



بیمارستان فوق تخصصی فرمانیه

## تغذیه با شیر مادر و COVID 19



تهیه کننده: واحد آموزش

تاریخ تدوین: خرداد ۱۳۹۹

تاریخ بازنگری: خرداد ۱۴۰۰

۶- آزمایشات غربالگری در زمان همه گیری کرونا در زمان مقرر (۲-۵ روزگی) طبق برنامه کشوری و با رعایت اقدامات احتیاطی انجام شود.

۷- برای جلوگیری از انتقال عفونت در زمان همه گیری کرونا، مادران حتی المقدور از شیردوش های مشترک بخش استفاده نکنند و برای دوشیدن شیر از دست یا شیردوش های مناسب شخصی استفاده کنند.



۸-

غربالگری شنوایی طبق برنامه کشوری و با رعایت فاصله گذاری اجتماعی (فاصله ۲ متری از دیگران) انجام شود.

۹- اتاق نگه داری مادر و نوزاد باید تهویه مناسبی داشته باشد.

۱۰- در صورتی که در خانواده فردی مشکوک یا مبتلا به کرونا وجود دارد علاوه بر رعایت توصیه ها، در صورت امکان نوزاد در اتاق جداگانه ای و یا با فاصله ۲ متری از فرد محتمل یا مشکوک نگهداری شود.



نکاتی که رعایت آن در رابطه با مراقبت از نوزاد در دوران همه گیری ویروس COVID19 الزامی است:

۱- مطابق دستورالعمل های پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، مادر یا فرد مراقب نوزاد باید اصول بهداشت فردی و پیشگیرانه را قبل و بعد از هرگونه تماس و مراقبت از نوزاد رعایت کند.

۲- از در آغوش کشیدن و بوسیدن نوزاد جدا خودداری گردد.

۳- از تجمع بر بالین نوزاد پرهیز شود.

۴- از شرکت کردن و همراه بردن نوزاد در مهمانی ها و مراکز تجمع جمعیت به جز در موارد ضروری مانند واکسیناسیون خودداری شود. و در صورت مراجعه جهت دریافت خدمات ضروری مانند واکسیناسیون و... رعایت فاصله گذاری اجتماعی مورد توجه قرار گیرد. (فاصله ۲ متری از دیگران).

۵- از مصرف مواد دخانی (سیگار، قلیان و ...) در منزل خودداری شود.

تغذیه با شیر مادر در هر شرایط اقتصادی و اجتماعی، شانس بقای نوزادان را ارتقا داده و مزایای طولانی مدت سلامت و تکامل نوزادان و کودکان را فراهم می‌کند. مزایای متعدد و ذاتی تغذیه با شیر مادر بیشتر از خطرات احتمالی انتقال COVID-19 و بیماری‌های مرتبط با آن است.

انتقال ویروس COVID-19 از طریق تغذیه مستقیم از پستان مادر یا از طریق شیر دوشیده شده مادر ثابت نشده است، لذا دلیلی برای قطع شیردهی یا جلوگیری از آن وجود ندارد. البته در حین شیردهی مادر باید نکات بهداشتی مناسب مثل استفاده از ماسک را رعایت کند تا از احتمال انتشار قطرات حاوی COVID-19 به شیرخوار کاسته شود.

### توصیه های بهداشتی

۱- شست و شوی مرتب دست‌ها با آب و صابون یا شوینده‌های پایه الکلی (به خصوص قبل از لمس کودک و دوشیدن شیر).

۲- استفاده از ماسک به هنگام تغذیه کودک. توجه به نکات زیر در این خصوص مهم است:

- به محظ مرطوب شدن ماسک‌ها را تعویض کنید.

- بلافاصله ماسک‌ها را دور بریزید.

- از ماسک چندین بار استفاده نکنید.

- برای در آوردن ماسک، جلوی ماسک را لمس نکنید بلکه آن را از پشت ماسک جدا کنید.

۳- در صورت عطسه یا سرفه بر روی دستمال، بلافاصله آن را دور انداخته و مجددا دست‌ها را با آب و صابون بشوید یا از شوینده‌های پایه الکلی دست استفاده کنید.

۴- مرتباً سطوحی را که مادر با آن در تماس مستقیم است تمیز و ضد عفونی کنید.

۵- شست و شوی روتین پستان در مادران مبتلای قطعی/

مشکوک به COVID-19، قبل از هر بار شیردهی با پستان یا دوشیدن شیر توصیه نمی‌شود. مگر این که مادر به تازگی بر روی پستان یا قفسه سینه خود سرفه کرده باشد که باید قبل از شیردهی، پستان خود را به آرامی با آب گرم و صابون حداقل به مدت ۲۰ ثانیه بشوید.

در صورتی که مادر مبتلا قطعی/مشکوک به COVID-19 قادر به تغذیه مستقیم از پستان خود نباشد، بهترین روش تغذیه شیرخوار استفاده از شیر دوشیده شده مادر است.

اگر می‌خواهید شیر را با پمپ بدوشید، پیش از لمس کردن هر بخشی از پمپ شیردوش یا بطری جمع‌آوری شیر، دستان خود را بشوید و بعد از هر بار استفاده، از توصیه‌های مربوط به تمیز کردن صحیح لوازم شیردوشی پیروی کنید.

لازم است پس از هر بار استفاده از وسایل کمک تغذیه‌ای از جمله شیردوش و ظروف نگه‌داری شیر، با آب و صابون مایع شست و شو شود و به مدت ۱۵ ثانیه با آب گرم آبکشی شوند.

### در صورت امکان، شیر را بدوشید و از فرد

سالمی بخواهید آن را به نوزاد بدهد.

وجود ویروس COVID-19 در شیر دوشیده شده مادر مبتلای قطعی/مشکوک به COVID-19 تایید نشده است. بنابراین این بعید است که این ویروس از طریق شیر دوشیده شده مادر مبتلا قطعی/مشکوک COVID-19 به نوزاد منتقل شود.

نوزادی که سالم است می‌تواند با رعایت الزامات قرنطینه خانگی در کنار مادر باشد و نیاز به جدا کردن مادر و نوزاد به دلیل ابتلای قطعی/شک به COVID-19 مادر نیست. در صورت ناخوشی نوزاد، حتماً نوزاد را به بیمارستان منتقل کنند.

### علائم ناخوشی در نوزاد

افزایش یا کاهش مشخص دمایی بدن نوزاد، مشکلات تنفسی و تنفس تند و خوب شیر نخوردن نوزاد می‌باشد.

اگرچه مشخص نیست که شیر مادر آلوده به کووید-19 می‌تواند ویروس را به نوزاد منتقل کند یا خیر، (سازمان جهانی بهداشت) و (مراکز و جلوگیری از بیمار (CDC)) همه مادرانی را که مایل به شیردهی هستند به این کار تشویق می‌کنند

نوزادان و شیرخواران از نظر ابتلا به COVID-19 کم‌خطر هستند. در اغلب موارد ابتلا به ویروس COVID-19 در کودکان، بیماری خفیف یا بدون علامت را تجربه خواهند کرد.