

## آموزش به بیمار

# ماستیت

### رژم غذایی مناسب:

-در بیماری ماستیت مایعات فراوان بنوشید.

-رژیم غذایی پرکالری و سرشار از ویتامین ث مانند: آناناس و

مرکبات استفاده نمایید

جهت پاسخگویی به سوالات مربوط به این بیماری با شماره تلفن زیر تماس  
حاصل فرمایید

تلفن: ۰۲۸۳۵۲۲۵۱۲۰ الی ۲۸

واحد آموزش سلامت

جهت اطلاعات تکمیلی به سایت ذیل مراجعه نمایید: نمایند:

[Vlayathose.semums.ac.ir](http://Vlayathose.semums.ac.ir)

منابع: راهنمای آموزش به بیمار منیژه نصیری زاده

-شستن پستان ها با آب گرم قبل شیردهی.

-برای تسکین درد پستان از کمپرس گرم ترجیحا قبل از شیردهی  
و کمپرس سرد بعد از شیردهی استفاده نمایید.

-شیردهی مکرر به نوزاد به کاهش التهاب کمک می کند

-از پوشیدن سوتین و تاپ های تنگ پرهیز نمایید پستان ها را  
مرتبا با آب و صابون شست و شو دهید بهتر است شیردهی با  
پستان مبتلا شروع شود در غیر این صورت شیردهی ابتدا از  
پستان سالم شروع شود و پس از جهش شیر نوزاد را به پستان  
مبتلا بگذارید.

-در منزل بیشتر استراحت نمایید.

## ماستیت:

ماستیت یک نوع بیماری التهابی و عفونی است که در پستان ها ایجاد می شود. این بیماری ممکن است به شکل خود به خود یا همزمان با شیردهی با شیردهی در پستان ها ایجاد شود. این بیماری سرطان نیست و سبب افزایش شانس ابتلا به سرطان نیز نمی شود. سن ابتلا به طور میانگین **24-71** سال می باشد.



## عوامل خطر:

وارد شدن باکتری های مضر دهان نوزاد به مجرای شیری پستان مادر، وجود ترک در نوک پستان راه ورود این میکروب و باکتری ها رو بیشتر کرده و احتمال ابتلا را بیشتر میکند. زنانی که زایمان نکرده اند یا یائسه شده اند به علت تغییرات هورمونی نیز ممکن است مبتلا شوند.

## علائم و نشانه های بیماری:

- ۱- درد پستان
- ۲- تورم و حساسیت پستان
- ۳- احساس وجود توده سفت در پستان
- ۴- عفونت پستان
- ۵- تب بالا به همراه لرز
- ۶- احساس ضعف و خستگی
- ۷- قرمزی پوست پستان
- ۸- خروج ترشحات غیرطبیعی از نوک پستان
- ۹- گرم و داغ شدن پستان
- ۱۰- سوزش پستان ها در زمان شیردهی

## عوارض بیماری:

در صورت عدم پاسخ به درمان و یا تاخیر در درمان احتمال ایجاد آبسه پستان وجود دارد.

## راههای تشخیص:

- ۱- در مراحل اولیه تشخیص این بیماری معمولاً با خودآزمایی پستان یا معاینه فیزیکی صورت میگیرد.
- ۲- سونوگرافی برای تشخیص آبسه پستان کاربرد دارد
- ۳- گرفتن کشت از ترشحات پستان نیز باعث تشخیص ارگانیزم ایجاد کننده عفونت می شود.

## درمان:

درمان اصلی ماستیت استفاده از آنتی بیوتیک و داروهای ضد التهاب می باشد که توسط پزشک تجویز می شوند. اگر آبسه تشکیل شده باشد نیاز است تا آبسه تخلیه شود.

## نکات آموزش خود مراقبتی به بیماران:

- تعویض مداوم پستان ها در هر نوبت از شیردهی که سبب تخلیه کامل پستان ها شود.
- ساعات بین شیردهی طولانی نشود.