

ZAMAŠENI MLEČNI VODI IN MASTITIS

Zamašeni mlečni vod

Če na dojki opazite majhno oteklino velikosti grahovega zrna, je to lahko zamašen mlečni vod. To se zgodi, če se del dojke med dojenjem ne izprazni popolnoma.

Ukrepi:

- pred dojenjem si prizadeti del dojke ogrejte s toplim obkladkom
- med dojenjem prizadeti del dojke masirajte v smeri proti bradavici
- lahko bo trajalo 2 ali 3 podoje, da se zmašeni mlečni vod odpre. Ko dojite, naj bo dojenčkova bradica usmerjena v prizadeti predel. Na ta način, bo vlek sesanja na prizadetem predelu najmočnejši.
- če s temi ukrepi niste uspešni, se posvetujte z zdravnikom.

Zamašeno mlečno izvodilo na bradavici

Pojavi se kot drobna bela pika na prsni bradavici in je ponavadi zelo boleča. Gre za zamašeno eno samo mlečno izvodilo.

Ukrepi:

- prizadeto mesto omehčajte s toplimi obkladki
- masirajte bradavico v smeri od bradavice nazaj, tako da sledite mlečnemu vodu (če ga lahko začutite)
- če težava vztraja, si na prizadeto prsno bradavico za nekaj ur položite obkladek z olivnim oljem. Nato masirajte prsno bradavico in pod tušem nežno spraskajte površino kože.



Mastitis

Ponavadi prizadene matere, ki imajo razpokane in ranjene (ožuljene) prsne bradavice ali so izpostavljene stresu (vrnitev v službo, počitniške aktivnosti, sprememba vsakodnevne rutine).

Simptomi vključujejo:

- nenaden pojav visoke vročine
- vroče in pordelo področje na dojki
- rdeče proge na dojki
- boleča in otekla dojka
- zatrdlina dojke v obliki klina
- mrzlica, podobna kot se pojavi pri gripi
- izjemna utrujenost

Ukrepi:

- pred dojenjem si prizadeto dojko ogrejte s toplimi obkladki
- nežno masirajte prizadeto področje
- nadaljujte z dojenjem na obeh dojkah (tudi na prizadeti)
- s pogostimi podoji redno praznite prizadeto dojko
- če dojenček prizadete dojke ne izprazni povsem, si mleko po dojenju izčrpajte s prsno črpalko
- po dojenju si prvi dan ali 2 prizadeto mesto 10-15 min hladite s hladnimi obkladki (led).
- počivajte v postelji kolikor je le mogoče
- pijte veliko tekočin

Vaš osebni zdravnik ali ginekolog vam bo predpisal antibiotik, ki ga prejemajte predpisani čas, tudi če boste že povsem brez težav. Nezadostno zdravljen mastitis se lahko ponovi.



Povzeto po: „Lactation Education Resources“.

Navodila je dovoljeno kopirati.

Informacije v navodilih so namenjeni splošnemu pouku o določenem problemu, niso pa mišljena kot nadomestek za svetovanje strokovnega delavca. V primeru kakršnekoli zdravstvene težave, materine ali otrokove, vedno poiščite nasvet zdravnika.

Nikdar ne opustite zdravnikovih navodil zaradi informacije, ki ste jo prebrali v zgornjih navodilih.