

هر مادری که به تازگی صاحب فرزند شده و به کوچولوی تازه واردش شیر می دهد می داند که هیچ چیز مثل در آغوش گرفتن و شیر دادن به کودک لذت بخش نیست.

اما مادران تازه کار مهارت لازم برای نگهداری و مراقبت از کودک را ندارند چون آگاهی چندانی در باره حالات طبیعی و غیر طبیعی نوزاد ندارند یکی از مشکلات شایع بین بیشتر نوزادان استفراغ بعد از شیر خوردن است.

### **برگرداندن شیر در نوزادان ( ریفلاکس نوزادی ) :**

بالا آوردن شیر در نوزادان طبیعی است و تا زمانی که کودک از سایر جنبه ها مشکلی نداشته باشد جای هیچ گونه نگرانی نیست.

ریفلاکس که شایع ترین بیماری در نوزادان است با علائم مختلفی بروز می کند و معمولا از 15 روزگی نوزاد خود را نشان می دهد.

### **علل ریفلاکس :**

یکی از دلایل عمده مصرف بیش از حد مایعات (مثل شیر) می باشد. دومین دلیل شایع خوابیدن بیش از حد به پشت می باشد که باعث تشدید این حالت می شود، چرا که در این وضعیت به دریچه مری فشار آورده و در نتیجه موجب برگشت اسید معده می شود.

از دیگر دلایل آن می توان به ساختمان معده کودک و عادات غذایی نامناسب، استعمال دخانیات توسط اطرافیان، اضافه وزن و حساسیت های غذایی اشاره کرد.

تقریباً همه شیرخواران دچار برگشت محتویات معده به مری می باشند ولی با بزرگ تر شدن شیر خوار به تدریج از بین می رود و به طور معمول در 3 تا 4 ماهگی ریفلاکس بهبود می یابد. البته تعداد کمی از کودکان تا یک سالگی و تعداد بسیار کمتری تا 2 سالگی این مشکل را دارند. اگر بعد از دو سال ادامه داشته باشد غیر طبیعی است. ریفلاکس بالای 18 ماه باید مورد بررسی قرار گیرد.

شایعترین علتی که سبب می شود ریفلاکس در کودکان ادامه یابد آلرژی و حساسیت غذایی می باشد. اگر کودک از شیر مادر تغذیه می کند از مادر می خواهیم موقتا شیر پاستوریزه نخورد و به جای آن از قرص کلسیم استفاده کند زیرا شیر پاستوریزه در شیر مادر وارد می شود و ایجاد حساسیت می کند. کل لبنیات از رژیم غذایی مادر حذف گردد.

اگر کودک بزرگ تر باشد یا به دلیل مشکلی که دارد در همین یک سال اول از شیر خشک استفاده کند به طور قطع باید مصرف شیر خشک را قطع کنیم و به جای آن از شیر رژیمی استفاده شود که با نظر پزشک تجویز می شود.

در کودکان بالای 2 سال محدودیت غذایی بیشتر می شود یعنی از موادی مانند نوشابه، سس، غذاهای خارج از خانه مانند انواع فست فود، کاکائو، شکلات، بادام و پسته را از برنامه غذایی کودک حذف یا بسیار محدود کرد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات  
بهداشتی درمانی بابل

بیمارستان کودکان امیرکلا

موضوع:

## ریفلاکس

( برگرداندن شیر در نوزادان )

تهیه کنندگان:

زینب محمدی

مهجوبه قربانپور

پرستاران بخش NICU

بهمن 1391

باشد، اگر بیماری با روشهای ساده بر طرف نشود، اگر خون در استفراغ وجود داشته باشد، اگر کودکان دچار کم خونی باشد، اگر سرفه های پایدار با عفونتهای مکرر تنفسی وجود داشته باشد که به نظر برسد به علت برگشت مواد از معده به مری می باشد، اگر کودک در وزن گیری مشکل داشته باشد یا از خوردن غذا امتناع کند، اگر عمل بلع مشکل داشته باشد بایستی به پزشک مراجعه شود.

### منابع :

- درسنامه جامع پرستاری، شریف نیا حمید، تهران، نشر سالمی، 1386.
- کتاب جامع پرستاری، ایلدر آبادی، تهران، جامعه نگر سالمی، 1387.

## علایم ریفلاکس:

کودکتان بعد از هر بار شیر خوردن ممکن است مقدار کمی شیر بالا بیاورد یا دچار سکسکه شود. از دیگر علایم ریفلاکس می توان به سرفه، رشد کند تر از حد معمول، بی اشتهایی، اختلالات تنفسی و خس خس سینه هنگام نفس کشیدن، استفراغ جهنده، نگهداشتن نفس یا نفس نکشیدن نوزاد برای چند لحظه به طور ظاهری، ترشح بیش از حد بزاق دهان، تحریک پذیری و گریه غیرعادی، درد سینه و ورم گلو اشاره کرد.

## تشخیص:

متأسفانه تشخیص اینکه آیا نوزاد دچار سوزش سر دل مزمن شده یا نه چندان راحت نیست. به منظور تشخیص این مطلب حتما باید با پزشک کودک مشورت کنید.

**چه موقع باید به پزشک مراجعه کرد؟**  
در مواردی هم لازمست که بیماری کودک کاملاً جدی تلقی شود. اگر هر گونه مشکلی در تشخیص وجود داشته