

מידע למטופלת

ניהול הנקה סביב ניתוח של האם המניקה

מטופלת יקרה,

המידע שלפניך נועד לכוון ולהדריך אותך בנושא ניהול הנקה סביב הניתוח הצפוי. בין אם התינוק שלך בן שבועות ספורים ויונק הנקה מלאה ובין אם הוא גדול יותר וכבר אוכל מזון מוצק, החששות בנושא ההנקה סביב הניתוח מובנים: האם וכיצד תוכל להנקה להימשך כאשר את מאושפזת? כיצד התינוק יסתדר בלעדייך במשך מספר ימים? אלו תרופות תוכלי ליטול כדי להמשיך להניק ללא חשש?

רקע:

את ודאי יודעת כי להנקה ישנם יתרונות בריאותיים, התפתחותיים, קוגניטיביים ונפשיים וכי חלב אם עוזר להגן על התינוק מפני מחלות וזיהומים. לחלב אם ישנם בנוסף יתרונות בריאותיים עבורך כאם מניקה. אשפוז שלך והיעדרותך מהבית למספר ימים, אינו מחייב הפסקת ההנקה ברוב המקרים! אם את מעוניינת להמשיך להניק גם לאחר הניתוח, ישנה חשיבות רבה לניהול נכון של ההנקה ושאיבת חלב לפני הניתוח ולאחריו. אם את מעוניינת להפסיק להניק, הגמילה צריכה להיות הדרגתית על מנת למנוע התפתחות דלקת בשד. התייעצי עם יועצת הנקה או אחות טיפת חלב כיצד לעשות זאת.

לפני הניתוח:

אם התינוק אינו מורגל בשתייה מבקבוק, נסי להרגילו קודם לכן על מנת להקל עבורו את השינוי. הצטיידי במשאבת חלב טובה. מומלץ להכין מספר מנות של חלב שאוב (אם לא מתאפשר לך לשאוב או שאת חוששת כי אין מספיק חלב שאוב, הצטיידי בתמי"ל – תרכובת מזון לתינוקות). הביאי איתך משאבת חלב אישית לאשפוז. (ניתן לשאול משאבה מ"יד שרה").

ביום הניתוח:

שמרי ככל האפשר על טווח שעות הנקה/שאיבה שאת מורגלת בו. רוקני את השד סמוך להעברתך לחדר ניתוח על מנת לאפשר לך מרווח זמן עד לשאיבה הבאה אשר תהיה רק לאחר התעוררותך מהניתוח.

לאחר הניתוח:

כדאי לשוב ולשאוב חלב כמה שיותר מוקדם. אין צורך לזרוק את החלב. המשיכי לשאוב באופן סדיר על מנת למנוע גודש ודלקת, אם תרצי, וישנו מלווה שיוכל לסייע לך, בתיאום עם אחות המחלקה, ניתן להביא את התינוק אליך להניק במהלך האשפוז. מצאי את התנוחה הנוחה עבורך, היעזרי בכרית רכה לתמיכה. בקשי מהצוות עזרה – אם את זקוקה לה.

לאחר השחרור:

בימים הראשונים ייתכן ויהיה לך קושי בהנקה בשל ירידה זמנית בכמות החלב. השתדלי לנוח ולהיעזר בבני משפחה בטיפול בתינוק. שתי מים בכמות מספקת. מומלץ להניק באופן תכוף יותר מהרגיל על מנת לעודד הגברת ייצור חלב. אם את מרגישה כי החלב אינו מגיע בכמות הרצויה או מתעוררת בעיה אחרת, פני ליועצת הנקה בטיפת חלב או קופת חולים.

תרופות:

חשוב שתשתמשי בתרופות להם את זקוקה בעת הצורך ובהתאם להוראה רפואית.

מניעה והקלה על כאב הם חלק בלתי נפרד מהחלמה מיטבית מהניתוח. ככל שהכאב פוחת, מתאפשרת ניידות מוקדמת ונשימה תקינה אשר מונעים סיבוכים. רוב משככי הכאבים הנפוצים נחשבים בטוחים בהנקה במינון הרגיל המקובל, בכל צורות המתן:

- ✓ Paracetamol **אקמול, דקסמול**
- ✓ Dipyron **אופטלגין**
- ✓ Ibuprofen **אדוויל, נורופן** - לא מומלץ בהריון אך בטוח בהנקה
- ✓ Diclofenac **וולטרן**

תרופות לטיפול בבחילות הנחשבות בטוחות הינן:

- ✓ Metoclopramide **פראמין**
- ✓ Ondansetron **זופרן**

רוב סוגי **האנטיביוטיקות** מותרות בהנקה. אם את זקוקה לטיפול באנטיביוטיקה עלייך לידע את הרופא המטפל שאת מניקה על מנת שיתאים את הטיפול עבורך.

אנו כאן לכל שאלה נוספת או עזרה לה את זקוקה.
פני לאחות המטפלת בך, והיא תוודא כי יועצת הנקה תיצור איתך קשר.

להתייעצות אישית בנושא תרופות בהנקה- ניתן ליצור קשר עם המכון הטרטולוגי של משרד הבריאות 02-5082825

בברכת בריאות שלימה והצלחה בניתוח
צוות המחלקה