

תאריך	שם היועצת	שם הלקוחה
___ / ___ / ___		

הוראות כלליות לטיפול בפתח צינורית סתום (שלפוחית חלב)

לפני ההנקה:

- קומפרסים רטובים וחמים לריכוך העור - טבלי את הפטמה במים חמימים למשך כ-15 דקות
- הוציאי קצת חלב על חיתול בד או פד גזה. שפשפי בעדינות את הפטמה עם האזור הרטוב
- הניקי קרוב ככל האפשר לשפשוף

בין ההנקות:

- יצירת אזור לחות על הפיטמה – מרחי שמן קוקוס או זית אורגניים על אזור השלפוחית. במקרה ובזמן ההנקה הבאה יש עדיין עודף של שמן - סיפגי אותו בעזרת טפיחות עדינות עם מגבת נייר נקייה או פד גזה. אין צורך לשטוף עם מים וסבון לפני כל הנקה ושטיפה מוגזמת עלולה לגרום לזיהום מישני.
- סבני פעם ביום את האזור עם סבון (רצוי סבון מוצק ולא נוזלי שאותם קשה יותר לשטוף) אחרי הסיבון ושטיפת האזור, ניתן לנסות לקלף בעדינות (עם האצבע תחת מים חמים) את השכבה החיצונית של השלפוחית.

✓ יש חשיבות מרובה להמשך ההנקה גם מהצד עם השלפוחית. ריקון יעיל מפחית את הסיכוי ליצירת סיבון מישני או להחמרה.

✓ הצמדה נכונה ועמוקה של התינוק, חיונית לצורך ניקוז השלפוחית.

✓ נוחי הרבה. הקפידי לשתות.

✓ הקפידי על היגיינה בעת הטיפול בשד או באביזרי השאיבה והאכסון (הנחיות על כללי היגיינה קיימות בעלוני מיימילק ובאתר החברה)

✓ במידת הצורך היעזרי במשך כאבים אנטי דלקתי ממשפחת האיבופרופן (אדויל נורופן וכד'). אם עדיין לא לקחת כדור ממשפחה זאת, או שידועה אלרגיה משפחתית, התייעצי עם רופא המשפחה בטרם השימוש.

✓ לעיתים צינורית חסומה עלולה להתפתח לדלקת בשד. שימי לב להופעת סימני דלקת כמו החמרת הכאב והתפשטותו לאזור נרחב יותר, התפתחות אדמומיות בשד עם תחושת חום מקומית, לעיתים מלווה בחולשה כללית. במקרה זה, חשוב שתיצרי קשר עם היועצת איתה נפגשת. במקרה והסמפטומים מלווים גם בעליה מהירה של חום ותחושת שפעת, פני לרופא המשפחה שלך ועדכני את היועצת בקליניקת מיימילק.

אם תוך 5-7 ימים אינך חשה בשיפור יש לפנות ליועצת למעקב, ולשקול ביצוע תרביית חלב אם

למידע נוסף ולהזמנת הבדיקה: www.mymilk.co.il/mastitis

חשוב! אם לאחר היעלמות השלפוחית נותר פצע, יש לפנות לרופא לשם התייעצות לגבי טיפול במשחה אנטיביוטי. במידה ואין הקלה תוך מספר ימים, או בכל מקרה של החמרה בסמפטומים, או חשש לך או לתינוקך יש לפנות לרופא עור/ כירורג שד. אנא עדכני את היועצת במצב במייל.