

# הנחיות לסחיטת חלב אם ראשונית



מחלקת פגים  
מרכז שניידר לרפואת ילדים



מקבוצת  
כללית

מרכז שניידר לרפואת ילדים בישראל  
مركز شنييدر لطب الأطفال في إسرائيل  
Schneider Children's Medical Center of Israel

# אמא יקרה, מאל טוב!

אנחנו שמחות לפיות שותפות בצרכי החצושה ומאחזות לב הריאות והצלחה.  
חלה אמ מהווה סיפול מיטבי לכל ילוד הנולד בזמן ואל אחת כמה וכמה לפג.  
סחיטה ושאיבת חלה פן בצרכ שלב לפיות חלק מהסיפול המקדמ והמבריא את תינוק.  
הפחאטה לפניק ולשאוב חלה פיא שלב. אנחנו כאן כפיאסייע לב התפליק זב.

בכל שאלה או בקשה תוכלי תמיד לפנות לצוות האחיות וליועצות ההנקה שבפגייה  
ובמחלקת היולדות.



החלב הראשוני שגופך מייצר נקרא 'קולוסטרום'.  
מומלץ להתחיל לסחוט את הטיפות הראשונות  
של הקולוסטרום באופן ידני מיד לאחר הלידה.

## יתרונות חלה אמ בפגים:

- משפר שרידות
- מפחית שכיחות זיהומים במערכת העיכול, הנשימה והאוזניים
- מפחית סיכון ל NEC - סיבוך של מערכת העיכול בפגים
- מקטין חומרת ROP - סיבוך עיניים בפגים
- מקדם התפתחות קוגניטיבית, מוטורית והתנהגותית
- פגים הניזונים מחלב אמ משתחררים מאשפוז הביתה מוקדם יותר
- מפחית סיכון למוות בעריסה
- מפחית אשפוזים בהמשך
- מפחית אלרגיות
- מפחית היארעות סכרת נעורים, השמנת יתר ויתר לחץ דם

## כל סיפח מכללה:

- חומצות שומן המפתחות את המוח
- הורמונים המסייעים לעיכול ותנועתיות המעי
- גורמי גדילה המסייעים למעי להבשיל ולגדול
- נוגדנים ותאים חיים ממערכת החיסון
- שומנים, סוכרים, וחלבונים שמסייעים לגדילה והתפתחות
- לפחות 600 חומרי הזנה שאינם נמצאים בפורמולות

הקולוסטרום הוא החלב הראשוני שמוצר החל משבוע 16 להיריון ומתחיל להופיע לאחר הלידה. הקולוסטרום הוא נוזל עשיר בחומרי הגנה, חיסון ובעל הרכב תזונתי מושלם לצורכי תינוק. מרקם הקולוסטרום סמיך ביותר וכמותו קטנה לעומת החלב הבשל. בימים הראשונים יש בין כמה טיפות לכמה מ"ל של קולוסטרום בכל סחיטה. כאשר הקולוסטרום מתחלף לחלב בשל, כמות החלב עולה.

### פנחיות ראשונות אסחיטת חלב אם יבנית:

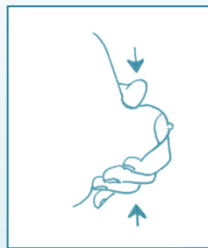
**חשוב להתחיל לסחוט חלב מוקדם ככל האפשר, רצוי תוך שעה מהלידה.**

1. יש לרחוץ ידיים בנוזל אלכוהולי (ספטל סקראב) ולהכין את המזרק הנמצא בערכה בהישג יד.
2. עסי בעדינות את שדיך לזמן קצר כדי לגרות אותם ולעודד את רפלקס שחרור החלב. יש לטפוח קלות על השדיים בעזרת הידיים בתנועות עיסוי סיבוביות ועדינות.
3. הניחי את היד מתחת לשד, מקמי את האגודל והאצבע המורה מסביב להילה אחת מול השנייה, מחוץ לגבול ההילה. בעדינות דחפי את היד פנימה לכיוון בית החזה, ואז לחצי על האצבעות זו כלפי זו מאחורי ההילה. לחצי שתי שניות ושחררי.
4. הכיני את המזרק במיקום המתאים.
5. המשיכי ללחוץ ולשחרר, טיפות חלב יתחילו לצאת בטפטוף איטי לתוך המזרק.
6. כאשר הטפטוף נחלש, הזיזי מעט את מיקום האצבעות סביב ההילה (להקפיד שהאצבעות יהיו אחת מול השנייה), והתחילי שוב.
7. כאשר הטפטוף נחלש, עברי לצד השני.
8. עסי שוב את השדיים וחזרי על שלבים 2 עד 5.
9. השתדלי למנוע חיכוך וכאב בזמן הסחיטה.

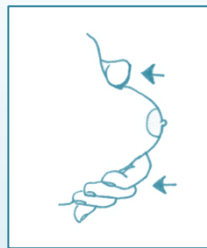
**יש לסחוט חלב בתדירות של 8-12 פעמים ביממה (כל שעתיים-שלוש) בכדי לבסס ולתחזק את תפוקת החלב.**



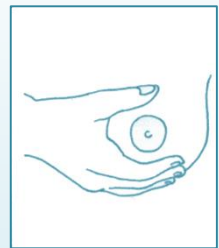
שלב 3



שלב 2



שלב 1



מיקום האצבעות על השד



קישור סריקה לסרטון עם הסבר נוסף לסחיטה ידנית:

משרד הבריאות בישראל פועל לקידום מתן קולוסטרום בריריות חלל הפה לצורך ספיגה מקומית של רכיבי החלב (Buccal Colostrum Administration). מחקרים מראים כי הדבר מחפה בהגנה את מערכת העיכול ומסייע הספיגה מיטבית של החלב, מפחית סיכון לסיבוכי פגות (NEC) ומקדם באופן כללי את בריאות הפג. פעולה זו צריכה להתבצע בתוך 8-10 שעות מהלידה.

נשמח אם תצליחו להעביר לנו אפילו מספר טיפות בודדות של קולוסטרום בטווח זמן זה מהלידה.



5 הדבקת מדבקה עם פרטי הסחיטה והיילוד



4 החזרת בוכנה הוצאת אוויר עודף והברגת הפקק



3 סחיטת טיפות חלב מהשד למזרק



2 הוצאת הבוכנה והרכבת הפקק



1 קבלת מזרק ופקק

את הקולוסטרום שנאסף רצוי להעביר לפגייה סמוך ככל האפשר לזמן הסחיטה במזרקים הסגולים הנמצאים בערכה. יש להדביק מדבקת זיהוי של התינוק על הכלי בטרם העברתו לפגייה. בהמשך יש להעביר את החלב המסומן (מדבקה כתומה עם תאריך ושעה ומדבקה סגולה של זיהוי הילד) לפגייה ולמסור לאחות המטפלת.

### סחיטה יפנית לאימה:

במהלך השבוע הראשון תרגישי יותר מלאות בשדייך, ובשלב הזה תוכלי לעבור מסחיטה יפנית למשאבת חלב (לרוב לאחר יומיים – שלושה מהלידה).

במחלקת הפגים תוכלי לקבל מכוחות העזר ערכת שאיבה סטרילית לשימוש במשאבות חלב הנמצאות בחדר השאיבה בפגייה.

אנו מאחזות אף בצלחה, בריאות ואימה אף וותינוק פנלנ/כ.ת.  
צוות יועצות הפנקא - מחלקת פגים



מרכז שניידר לרפואת ילדים | רחוב קפלן 14, פתח-תקווה | www.schneider.org.il | חפשו אותנו "מרכז שניידר"



נערך על ידי ליה שטראוס, אחות ויועצת הנקה | הפקה: דוברות שניידר, יולי 2021