

تأثير مياه النعناع مقابل لبن الثدي لمنع حدوث الحلمة المتشققة لدى المرضعات البكرات

السيدة جودة نصر⁽¹⁾، سناء على نور الدين⁽²⁾، أمينة سعد جنيب⁽³⁾، رابعة السيد شعبان⁽⁴⁾
⁽¹⁾مدرس مساعد بقسم تمريض النساء و الولادة - كلية التمريض - جامعة الفيوم
⁽²⁾أستاذ تمريض النساء و الولادة - كلية التمريض - جامعة الزقازيق⁽³⁾ أستاذ تمريض النساء و الولادة -
 كلية التمريض - جامعة الزقازيق⁽⁴⁾ مدرس بقسم تمريض النساء و الولادة - كلية التمريض - جامعة طنطا.

مقدمه:

تعتبر الرضاعة الطبيعية مهمة لصحة كلا من الأم والطفل على السواء فالرضاعة الطبيعية توفر أفضل تغذية للرضيع فالأطفال الذين لا يرضعون من الثدي تزداد لديهم معدل الوفيات ويزداد لديهم الإصابة بالعديد من أمراض الطفولة المزمنة. وتعتبر إصابات الحلمة من الأسباب الأساسية لتوقف الأمهات عن إرضاع أطفالهن لما يصاحبها من ألم شديد. من الشائع أن تكون الحلمة مؤلمة في الأيام الأولى من بداية الرضاعة ألما عابرا بين اليوم الثالث الى اليوم السادس من الولادة أما إذا استمر الألم أو زادت شدته احتاج الأمر إلى تدخل. و يمكن التدخل لمنع إصابات الحلمة باستخدام مياه النعناع حيث اكتشف انه ذو حماية كذلك علاج مناسب في حالات الحلمات المتشققة. كما يمكن التدخل باستخدام العلاج البديل بدلا من الدوائي لهذه الحالات. و العلاج البديل المستخدم في علاج إصابات الحلمة له أشكال عديدة منها استخدم زيت النعناع في علاج الحلمات المصابة و الذي ثبت انه يحتوي على نسبة عالية من مادة المينثول والذي يعطى بجرعات صغيرة جدا . ويعتبر زيت النعناع امنا والذي استخدم قبل ذلك في علاج الحروق والجروح والالتهابات وأصبح واسع الاستخدام في منع ألم الحلمة وأصبح استخدام مياه النعناع من الامور الشعبية في منع ألم الحلمة.

الهدف من الدراسة :

تقييم تأثير مياه النعناع بالمقارنة مع اللبن المستخرج من الثدي كطريقة لمنع تشققات حلمة الثدي

التصميم البحثي:

دراسة عشوائية مقارنة

- مكان الدراسة:

هذه الدراسة تم تنفيذها بمستشفى الزقازيق الجامعي (قسم ما بعد الولادة)

- عينه الدراسة:

تضمنت عينه الدراسة ١٠٠ حاله طبقا للمواصفات الآتية(أمهات مرضعات بكرات - أمهات مرضعات تمت ولادتهن بطريقة طبيعية- أمهات مرضعات ليس لديهن مشاكل صحيه- أمهات مرضعات بكرات لا يوجد لديهن توام - أمهات مرضعات ليس لدي أطفالهن ايه مشاكل تعوق الرضاعة الطبيعية)

أدوات جمع البيانات:

تم جمع البيانات باستخدام:

- ١- استماره استبيان تحتوى على:
- الجزء الأول (البيانات العامة للسيدات)
- الجزء الثانى (بيانات خاصة بمعلومات الأم عن الرضاعة الطبيعية)
- الجزء الثالث (معلومات الأم عن مشاكل الثدي والحلمة)
- ٢- استخدام مقياس وصفى لقياس شدة ألم الحلمة
- ٣- مقياس بصرى لتقييم شفاء الحلمة المؤلمة
- ٤- استمارة تسجيل لنتائج العلاجات المختلفة
- ٥- وصف لتشققات الحلمة

النتائج:

متوسط اعمار الأمهات من ١٨ سنة الى ٢٩ سنة وفيما يتعلق بمعلومات الأمهات عن الرضاعة الطبيعية تقريبا معظمهن ليس لديهن معلومات عن الرضاعة الطبيعية وكيفيةها وبالنسبة لاستخدام النعناع بالنسبة لتقييم درجة الآلام تقريبا أقل من ثلثه أرباع عينه ليست لديهن آلام

الخلاصة:

يستنتج من نتائج الدراسة أن مياه النعناع فعال في منع حدوث تشققات الحلمة لدى السيدات المرضعات البكرات مقارنة باستخدام لبن الثدي

التوصيات:-

فى ضوء هذه النتائج يوصى بعمل أبحاث فى هذا المجال لتعميم استخدام الأعشاب الطبيعية بأمان وفاعلية

