प्रस्तुत के बाद पहले सप्ताह में जब आपके दूध की आपूर्ति बढ़ती है तो आपके स्तनों का परिपूरण और भारो हो जाना आम है। यदि स्तनपान ठीक चल रहा हो तो स्तन का आरोपण 24 घंटों में कम हो जाएगा।

जब साधारण भारीपान से राहत नहीं मिलती है आपके स्तन अंततः रख तो स्तनों का सघन, सुजा हुआ, पीड़ादायक और अंतःविधायनक रूप से परिपूर्ण महसूस होने का कारण हो सकते हैं।

निरालान

- अपने शिशू को जन्म के पहले घंटे में दूधपान कराएं
- अब आपके शिशू भ्रम के सकंकें दिखाता है और जब तक शिशू चाहे उसका स्तनपान करें
- अक्सर दूधपान कराएं, 24 घंटों में 8-12 बार या उस से अधिक। दूधपान छोड़ने से राहत में भी नहीं!
- धारात्मक शिशू भ्रम के सकंकें दिखाता है और सौंदर्य प्राप्त है। जब शिशू पहरे स्तन पकड़ता है तो योग्य और असरधार्मिक अंतःविधायन हो सकते हैं, पतन दूधपान के दौरान दूध जारी नहीं होने से चलता है। अगर इससे रहना है, एक स्तनपान बोतल से सहायता के लिए पूरे करें।
- दूसरा स्तन प्रस्तुत करने से पहले अपने शिशू को पहला स्तन खट्टे कराएं। शिशू शायद दूसरा स्तन ना ले, आप अपने स्तनपान के दौरान वह स्तन पहले प्रस्तुत कर सकते हैं।
- पहले कुछ सप्ताहों में चूसनियाँ नहीं दें।
- अपने शिशू को स्तन के दूध के अलावा और कुछ ना दें, जब तक अपने स्वस्थ देखभाल प्रदाता दूधपान कर सकते हो।
- यदि शिशू ठीक से दूधपान नहीं कर रहा है, स्तन को पुनःपूर्ण से खाली लिए जाने के लिए जहाँ से दूध दिया जा सकता है, उस पकड़ने के लिए स्तन पंप का उपयोग करें।
- यदि आप अपने स्तन का दूध छुड़ा रहे हों तो इसे धीरे से करना सबसे बेहतर होता है।

उपचार

- स्तन बहुत भरे हुए, सघन, पीड़ादायक और छुट्टे पर रहें।
- स्तन पर हो ज्वाला खिंचाई हुई हो और बढ़ते नजर नजर
- यदि आपके शिशू के स्तन पकड़े जाने वाले हों, तो जिस स्तन पकड़ने में सुरक्षित हो आए।
- आप एक कम दर्जा का मुख्य महसूस कर सकते हैं।

स्तनपान सूचना संक्षेप

- आपकी स्तनशोथ के लक्षण प्रस्तुत हों तो अपने स्तनपान के समय दूध महसूस करें।
- अपने स्वस्थ देखभाल प्रदाता से संपर्क करें।

WIC #267 (9/13)