

تغذیه مناسب طفل با شیر مادر

اسم من _____ و هدف من این است که طفل ام راتنها شیر مادر بدهم.
فواید تغذیه با شیر مادر برای من و طفل ام مهم است
من میخواهم که این دستور العمل های من رعایت گردد تا وقتی که برای من و طفل ام از نگاه طبیی بی ضرر باشد.
اگر من نتوانم به سوالات شما در باره تغذیه طفل جواب بدهم با شریک زندگی ام ----- و یا داکترم ----- صحبت کنید آنها مرا در قسمت تغذیه طفل با شیر مادر حمایت میکنند.

چیز های که به شما صندق میکند علامت بزنیید:

□ هم اطاقی شدن

من میخواهم که با طفل ام 24 ساعت هم اطاق باشم تا وقت زیادتر برای تماس جلد به جلد داشته باشم و علامت های گرسنگی طفل ام را بفهمم تا او را در اول گرسنگی اش تغذیه کنم. اگر طفل ام با من در یک اطاق نمیتواند باشد او را بریم بیاورید وقتی که اولین علامت های گرسنگی مثل مکیدن دست، صدای مکیدن را کشیدن، حرکت چشم با سرعت.

□ کمک با شیر دادن طفل از طریق پستان

لطفاً مرا طریق درست تغذیه طفل از پستان و موقعیت طفل هنگام شیر دادن را آموزش دهید. لطفاً به من بیاموزید که چطوری علامت های گرسنگی طفل را بفهمم و چطوری بفهمم که به مقدار کافی شیر خورده است.

□ پمپ های شیرکش

اگر طفل من نمیتواند که از طریق پستان شیر بخورد و یا باید بخاطر دلیل های طبیی از من جدا باشد من میخواهم که از پمپ های شیرکش 6 ساعت بعد از ولادت استفاده کنم.

اگر من زیادتر از دوران که در شفاخانه هستم به پمپ نیاز داشتم و یا پمپ برقی در دسترس نبود بیادم بیندازید تا با دفتر ویک در تماس شوم.

□ کیف های شیر

لطفاً برایم از کیف های که شیر مصنوعی برای نوزاد و تبلیغات شیر مصنوعی دارد ندهید.

□ کمک شیردهی بعد از اخراج شدن از شفاخانه

من میخواهم نمیر تماس کمک و مشاور شیردهی را برایم بدهید تا بعد از مرخص شدن بتوانم تماس بگیرم اگر به کمک احتیاج داشتم.

□ تنها شیر مادر

هدف من تنها تغذیه طفل با شیر مادر است. لطفاً به او چیزی دیگری بدون اجازه من و شریک زندگی من ندهید. من میخواهم که تنها از شیرم تغذیه کند تا شیرم زیاد گردد.

□ شیر چوشک و یا چوشک ندهید

لطفاً برای طفل ام شیر، آب و یا آب قند با شیر چوشک ندهید. اگر به خاطر مسایل طبیی باید چیزی بدهید من اول باید با مشاور شیردهی و یا داکتر طفل ام صحبت کنم.

□ تماس جلد به جلد

وقتی طفل ام به دنیا آمد میخواهم که طفل ام را حداقل سی دقیقه روی سینه ام بگذارید. اگر امکان داشته باشد معاینات لازم را روی سینه ام انجام دهید. در مدت که در شفاخانه استم میخواهم هر قدر امکان دارد طفل ام را در آغوش بگیرم. یک کمپل را بالای ما نه در بین ما بیندازید اگر باید گرم تر باشیم.

□ ساعت اول

مرا نیم یا یک ساعت بعد از تولد طفل کمک کنید تا او را شیر بدهم. یعنی طفل ام هر چه زودتر روی سر سینه ام بگذارید و کمک کنید او را شیر بدهم وقتی طفل ام آماده شد. لطفاً او را مجبور نکنید اگر آماده نیست. به عوض او را روی سینه ام جلد در جلد بگذارید تا خودش آماده مکیدن شود.

□ معاینات

لطفاً طفل ام را در اطاق ام در موجودیت خودم معاینه کنی اگر معاینه خاص لازم است که در اطاق ام انجام داده نمیشود میتوانید او را ببرید.

□ عملیات عاجل

اگر مرا عملیات کردید میخواهم به زودترین فرصت طفل ام را در آغوش بگیرم. اگر من نتوانم او را در آغوش بگیرم او را به شریک زندگی ام بدهید که در آغوش جلد در جلد بگیرد.