

## Nuôi con bằng sữa mẹ, Cách Thức Thân Thiện với Em Bé

Tên tôi là \_\_\_\_\_ và mục tiêu của tôi là nuôi con tôi duy nhất bằng sữa mẹ **Phúc lợi của việc nuôi bằng sữa mẹ thì rất quan trọng cho tôi và cho con tôi. Tôi yêu cầu những hướng dẫn dưới đây được hỗ trợ miễn là chúng an toàn cho tôi và cho con tôi.** Nếu tôi không thể trả lời những câu hỏi về những phương pháp nuôi em bé đã chọn, xin nói với người đối tác sinh nở của tôi \_\_\_\_\_ hoặc bác sĩ của tôi \_\_\_\_\_ những người này đã hỗ trợ tôi về quyết định nuôi con bằng sữa mẹ.

Hãy Đánh Dấu Vào Nơi Thích Hợp:

### **Nuôi Con Duy Nhất Bằng Sữa Mẹ**

Mục tiêu của tôi là nuôi con tôi duy nhất bằng sữa mẹ. Xin vui lòng đừng cho con tôi bất cứ những thứ phụ trợ nào trước khi nói với tôi hoặc đối tác sinh nở của tôi. Tôi cần tất cả việc bú của con tôi được thực hiện trên vú tôi để tôi thiết lập một sự cung cấp sữa tốt.

### **Không Bình Sữa Hoặc Núm Vú Cao Su**

Xin đừng cho con tôi núm vú nhân tạo bao gồm núm vú cao su hoặc bất kỳ những bình sữa với sữa pha, nước, hoặc nước đường. Nếu vì lý do y khoa cho thức ăn phụ trợ, tôi muốn được đầu tiên nói chuyện với chuyên viên tư vấn sữa hoặc bác sĩ của con tôi về việc thử cách nuôi em bé với sữa nặn.

### **Da - Kề - Da**

Khi con tôi sinh ra, tôi muốn con tôi được đặt lên ngực tôi, da-kề-da với tôi cho ít nhất 30 phút. Nếu có thể, xin vui lòng thực hiện định kỳ kiểm tra trẻ sơ sinh với con tôi trên ngực tôi. Trong thời gian chúng tôi ở đây, tôi muốn ôm con tôi da-kề-da càng nhiều càng tốt. Mền có

thể phủ lên chúng tôi nhưng không ở giữa chúng tôi nếu cần thêm sự ấm.

### **Giờ Đầu**

Xin vui lòng giúp tôi khởi động cho bú sữa trong vòng 30 phút đến 1 tiếng sau khi sinh. Điều đó có nghĩa đặt con tôi da-kề-da với tôi sớm nhất có thể sau khi sinh, giúp tôi bắt đầu cho con tôi bú khi con tôi sẵn sàng (cử động, liếm môi, v.v.v). Xin đừng ép con tôi lấp miệng vào vú nếu con tôi chưa có lộ dấu hiệu sẵn sàng. Thay vì đó, giữ con tôi da-kề-da với tôi đến khi con tôi sẵn sàng thử lấp miệng vào vú.

### **Kiểm Soát Định Kỳ**

Xin kiểm tra con tôi với sự hiện diện của tôi xin đừng mang con tôi rời xa tôi trừ khi sự sẵn sóc y khoa không thể thực hiện trong phòng tôi.

### **Sinh Mổ**

Nếu tôi sinh bằng giải phẫu, Tôi mong muốn ôm con tôi da-kề-da càng sớm có thể được sau khi giải phẫu. Nếu tôi không thể ôm con tôi sau khi giải phẫu, xin cho phép đối tác sinh nở của tôi được ôm con tôi da-kề-da.

Health.mo.gov/living/families/babies/breastfeeding  
Missouri Department of Health and Senior Services

Poslodavac jednakih mogućnosti i afirmativnih akcija.  
Usluge se pružaju po nediskriminirajućim os novama.

**Ở Trong Phòng**

Tôi muốn ở chung phòng với con tôi 24 giờ trong ngày để cho con tôi có đầy thời gian da-kề-da và tôi có thể học hỏi dấu hiệu và cho con tôi bú lúc đầu tiên có dấu hiệu đói. Nếu vì lý do gì đó tôi và con tôi không được ở chung phòng, hãy mang con tôi đến chỗ tôi khi có dấu hiệu đói bụng sớm nhất, như là bú tay, làm tiếng động bú, mắt cử động nhanh, hoặc di động môi.

**Hỗ trợ Nuôi Con Bằng Sữa Mẹ**

Xin hãy dạy tôi làm thế nào để xác định một lần lấp miệng vô vú tốt và làm sao để chỉnh sửa tư thế của con tôi và việc lấp miệng vô vú nếu sự cải thiện cần thiết. Xin dạy tôi làm sao để nhận biết được dấu hiệu đói sớm nhất của con tôi và làm sao để biết con tôi bú sữa tốt.

**Bơm Sữa**

Nếu con tôi không thể bú sữa hoặc bị cách ly với tôi vì lý do y khoa, tôi muốn có thể dùng máy bơm sữa trong vòng 6 tiếng sau khi sinh. Nếu quý vị nghĩ rằng tôi sẽ cần máy bơm sữa lâu hơn thời gian tôi ở bệnh viện hoặc nếu không có sẵn máy bơm sữa đôi, xin nhắc nhở tôi gọi văn phòng WIC của tôi.

**Túi Rời Bệnh Viện**

Xin đừng cho tôi túi đựng sữa pha hoặc chỉ tôi những món quảng cáo miễn phí, hoặc những vật liệu quảng cáo liên quan đến sữa trẻ em nhân tạo.

**Hỗ Trợ Nuôi Con Bằng Sữa Mẹ Sau Khi Rời Bệnh Viện**

Tôi mong muốn được nhận thông tin liên lạc cho sự hỗ trợ nuôi con bằng sữa mẹ trong trường hợp tôi cần sự giúp đỡ với việc nuôi sữa mẹ sau khi con tôi và tôi về nhà.