

## الرضاعة الطبيعية للطفل بطريقة ودية

اسمي \_\_\_\_\_ و هدفي ان ارضع طفلي طبيعيا بشكل حصري.

فوائد الرضاعة الطبيعية مهمة جدا بالنسبة لي. أرجو أن تكون هذه المبادئ التوجيهية المعتمدة طالما هو مأمونا بالنسبة لي.

إذا كنت غير قادر على إجابة أسئلة حول اختياره ممارسات تغذية الرضع، يرجى التحدث معشريك أو الدكتور الخاص بي \_\_\_\_\_ وكلاهما يدعمون القراري بخصوص

الرضاعة الطبيعية.

### الرجاء التأكد من جميع ما ينطبق:

#### □ الرضاعة الطبيعية بشكل حصري

إذا كان لدي الولادة القيصرية، أود أن الإمساك بطفلها من الجلد إلى الجلد بأسرع ما يمكن بعد العملية. إذا كنت عاجزاً عن لبعض الوقت. يرجى السماح لشريك في الإمساك بطفلي من الجلد إلى الجلد.

#### □ أثناء وجودي في الغرفة

وأود ابقاء ولدي معي في الغرفة طوال 24 ساعة في اليوم . حتى اتمكن من وضع طفلي من الجلد إلى الجلد اطول وقت ممكن و حتى استطيع ان اتعرف على علامات الجوع ولكي يرضع مني . إذا كان هناك سبب يمنع طفلي من ابقاء في نفس الغرفة. رجاء جلبي لي في أقرب وقت من ظهور علامات الجوع ، مثل الرضاعة على أيديه مما يجعله امتصاص اصابعه و حركة العين السريعة أو حركات معينة.

#### □ المساعدة حول الرضاعة الطبيعية

الرجاء علمني كيفية تحديد المزلاج وكيفية تصحيح بطفلي في وضع المزلاج إذا تحتاج إلى تحسين. الرجاء علمني كيفية التعرف المبكر على علامات الجوع يستتبط وكيفية معرفة ما إذا كان الرضيع قد شبع من الرضاعة..

#### □ مضخات الثدي

إذا كان الطفل غير قادر على الرضاعة الطبيعية أو فصل من الام بسبب لأسباب صحية، أريد أن أكون قادراً على استخدام مضخة الثدي خلال 6 ساعات. فإذا كنت انا في حاجة إلى ضخ أكثر من المستشفى أو إذا لم يكن هناك مضخة الثدي الكهربائية المزودة متوفرة، الرجاء تذكيري الاتصال بويك.

#### □ أكياس الخروج من المستشفى

رجاء لا تعطيني كيس أو إظهار أي عروض ترويجية أو تسويق المواد المتعلقة حليب اصطناعي .

#### □ دعم الرضاعة الطبيعية بعد الخروج من المستشفى

أرغب في الحصول على معلومات الاتصال الدعم الرضاعة الطبيعية او قد أحتاج مساعدة حول الرضاعة الطبيعية بعد وصولي الى المنزل..

#### □ عدم استخدام الزجاجات أو البزازات

رجاء لا تعطي ولدي حلمات اصطناعية لهيات بما أو أي أنواع من زجاجات المياه مع صيغة أو محلول الجلوكوز . إذا كان هناك سبب طبي عن التكميلية، أود أولاً أن أتكلم مع طبيب استشاري للرضاعة أو طبيب التغذية البديلة عن محاولة طرق تكثيف الحليب.

#### □ الجلد إلى الجلد

عندما يولد طفل، أود أن يكون على صدري من الجلد إلى الجلد مع لي على الأقل ثلاثين دقيقة. إذا أمكن، يرجى إجراء الفحوصات اللازمة اثناء وجود طفلي على صدري طوال فترة إقامتي، أريد أن أكون قادرة على حضن طفلي مع الجلد إلى الجلد قدر الامكان. ممكن ان يتغطى الطفل لكي لا شعر بالبرد.

#### □ الساعة الأولى

الرجاء مساعدتي بدء الرضاعة الطبيعية في غضون 30 دقيقة إلى ساعة من الولادة. هذا يعني وضع طفلي من الجلد إلى الجلد بأسرع ما يمكن بعد الولادة وهذا يساعد على بدء الرضاعة الطبيعية عندما يبدو على الطفل (مثل استئصال ، لعق الشفاه الخ) رجاء لا تجبر طفلي على أن يأخذ إذا لم تظهر عليه علامات الاستعداد. وبدلاً من ذلك، أحتفظ بطفلي من الجلد إلى الجلد حتى يكون مستعداً لمحاولة المزلاج..

#### □ فحوصات روتينية

يرجى فحص طفلي اثناء وجودي وابقاه معي في الغرفة طوال الوقت الا في حال هناك فحوصات لا يمكن اجرائه في الغرفة.

#### □ الولادة القيصرية

Health.mo.gov/living/families/babies/breastfeeding

Missouri Department of Health and Senior Services

تكافؤ فرص العمل صاحب العمل الايجابي. الخدمات المقدمة على أساس غير تمييزي