

## 모유 수유, 아기에게 친근한 방법

나의 이름은 \_\_\_\_\_이고 나의 목적은 독립적으로 아기에게 수유하는 것입니다.

모유 수유의 장점은 나와 아기에게 매우 중요합니다. 나와 나의 아기에게 의약적으로 안전한 한이 가이드라인의 지원을 요청합니다. 내가 선택한 수유 연습에 대해 대답을 할 수 없는 경우 모유 수유 결정을 지지하는 나의 출산 파트너 \_\_\_\_\_ 또는 나의 담당 의사와 상담하시기 바랍니다.

모든 해당 사항들을 체크하십시오.

### □ 독립적인 모유 수유

나의 목표는 아기에게 독립적인 모유 수유하는 것입니다. 나 또는 출산 파트너에게 말하기 전에 아기에게 어떤 보충제도 먹이지 마십시오. 충분한 젖을 아기에게 주기 위해 아기가 유방을 빨아야 합니다.

### □ 젖병 또는 공갈 젓꼭지 금지

아기에게 공갈 젓꼭지를 포함한 인공 젓꼭지 또는 분유, 물, 또는 포도당 물을 포함한 모든 유형의 병을 주지 마십시오. 먼저 수유 컨슬턴트 또는 소아과 의사와 유축과 함께 대체 수유 방법에 대하여 의논하겠습니다.

### □ 피부와 피부 접촉

아기가 태어났을 때, 아기를 저의 가슴에 올려 주면 좋겠고 적어도 30분 피부 접촉을 하고 싶습니다. 가능하다면, 일상 신생아 검사를 제가 앉고있는 상태에서 받고 싶습니다. 입원하고 있는 동안 아기와 피부 접촉하면서 안고있고 싶습니다. 저와 아기에게 보온이 필요한 경우 한 담요로 덮어주십시오.

### □ 첫 시간

출산 후 30분-1시간 이내에 모유 수유 시작을 도와주십시오. 아기가 젖을 먹을 준비가 될 때(예. 젖을 찾음, 입술을 핥음, 등등)가 되었을 때 가능한 한 빨리 아기에게 젖을 먹일 수 있도록 저에게 데려오십시오. 아기가 배가 고픈 조짐이 보이지 않으면 강제로 데려오지 마십시오. 대신에, 아기가 젖을 빨 준비가 될 때까지 아기와 피부접촉을 하고 싶습니다.

### □ 일상 검사

내 앞에서 아기 검사를 해주시고 내 방에서 할 수 없는 치료가 필요한 경우에만 아기를 데리고 가십시오.

### □ 응급 재왕 절개

재왕 절개 수술을 해야하는 경우, 수술이 끝나자마자 아기와 피부 접촉을 하고 싶습니다. 출산 후 얼마 동안 아기를 안을 수 없다면 나의 파트너가 아기와 피부 접촉을 할 수 있게 안도록 하여 하십시오.

### □ 모자 동실

아기와 충분한 피부 접촉을 하기 위하여 하루에 24시간 같이 내 방에서 있고 싶습니다. 그래서 아기의 수유 신호를 배우고 아기가 처음으로 배가 고플 때 아기에게 수유하고 싶습니다. 어떤 이유로 아기와 같은 방을 쓰지 않는 경우 아기가 손 빨기, 빠는 소리 내기, 급속 안구 움직임, 또는 젖을 찾는 행동 같은 배고픈 신호가 보이자마자 나에게 데리고 오십시오.

### □ 모유 수유 보조

젖을 잘 물리는 방법을 가르쳐 주시고 개선이 필요하다면 아기 젖을 빠는 올바른 자세를 바꾸는 방법을 가르쳐 주십시오. 아기의 배고픈 신호를 인식하는 방법과 아기가 젖을 잘 먹고 있는지 아는 방법을 가르쳐 주십시오.

### □ 유축기

아기가 젖을 먹을 수 없거나 의료적 이유로 떨어져야 하는 경우 출산 후 6시간 내에 유축기를 사용하고 싶습니다. 입원하는 동안 보다 길게 유축기를 사용해야 하는 경우 또는 이중 전기 유축기가 없는 경우 워 사무실에 전화하도록 상기시켜 주십시오.

### □ 퇴원 가방

분유 또는 홍보물 또는 아기 인공 우유에 관한 마케팅 자료가 들어있는 가방을 주지 마십시오.

### □ 퇴원 후 모유 수유 지원

아기와 내가 집으로 퇴원한 후 모유 수유에 대한 도움이 필요한 경우 모유 수유 지원 연락처를 받고 싶습니다.

Health.mo.gov/living/families/babies/breastfeeding  
Missouri Department of Health and Senior Services  
기회 균등/적극적 고용 개선 조치 고용주.

서비스는 차별없이 제공됩니다.