

إرضاع طفلك المولود - من الولادة إلى اليوم العاشر



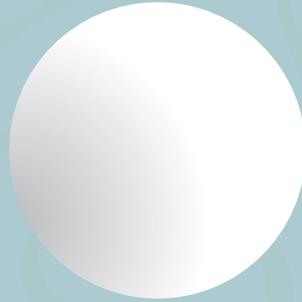
يولد الأطفال ليرضعوا رضاعة طبيعية. سيرضع مولودك بين ٨ و ١٢ مرة في اليوم؛ وهذا يعني كل ساعتين إلى ٣ ساعات يومياً. يضطر المواليد أن يأكلوا مراراً لأن معدتهم صغيرة جداً. ولا يستطيعون إلا أكل مقدار قليل في كل مرة.

نصائح مفيدة حول إرضاع مولودك

- الرضاعة من الثدي هي الطريقة الطبيعية لإرضاع مولودك.
- كوني صبورة بينما يتعلم طفلك طريقة الرضاعة.
- احضني واحببي طفلك خلال إرضاعه. فأعلمي أن طفلك يحب النظر إلى وجهك.
- أطعمي طفلك قبل أن يتأفف أو يصبح وتجنبي وضعه على جدول رضاعة صارم.
- في وقت ما بين اليوم الثامن واليوم الرابع عشر، سيصل طفلك إلى طفرة النمو الأولى وقد يريد أن يأكل أكثر بكثير من العادة.

حجم المعدة في اليوم العاشر

بيضة دجاج كبيرة جداً



١٦-١٢ ملعقة صغيرة أو ٨١-٦٠ مليلتر أو ٢-٢,٧٥ أونصة لكل رضاعة

حجم المعدة في اليوم الثالث

كرة طاولة



حوالي ٤,٥ إلى ٥,٥ ملعقة صغيرة أو ٢٢-٢٧ مليلتر لكل رضاعة

حجم المعدة في اليوم الأول

كرة زجاجية



١-١,٥ ملعقة صغيرة أو ٧-٥ مليلتر لكل رضاعة (رشفات فقط)

يتباطئ نمو المعدة بعد اليوم العاشر، ليصل مقدار كل رضعة عادة في حلول الشهر الثالث أو الرابع إلى ٤ أونصات (١١٨ مليلتر).

الحليب الطبيعي طعام كامل ومثالي لمولودك.

- الحليب الطبيعي طعام كامل لمولودك
- فهو غذاء مثالي للنمو والصحة
- ومن السهل للطفل أن يهضمه
- كما يتغير مع الوقت ليفي باحتياجات نمو طفلك
- ويحمي طفلك من المرض
- وهو محفوظ دائماً في درجة حرارة مثالية

تجنبي استعمال القناني واللاهيات في الشهر الأول إذا كنت ترضعين حليباً طبيعياً فقط.

عند حلول اليوم الرابع؛

- ينبغي على مولودك أن يبذل ٤ حفاضات ويغوط في ٤ حفاضات كل يوم.
- هام! يجب الاتصال بطبيب طفلك إذا كان طفلك يستهلك أقل من ٦ حفاضات في اليوم، أو لا يغوط مرة واحدة يومياً على الأقل في غاية اليوم الرابع.

أرضعي طفلك المولودة عندما تريد أن ترضع. فيمكن أن تزرح جسمها وتلمظ شفثتها وتمد لسانها وتجلب يديها إلى فمها أو تتأفف كثيراً عند الجوع. وإذا طال نومها أكثر من ٤ ساعات، فحاولي أن تستيقظيها من نومها لإرضاعها.

تتقيد هذه المؤسسة بتكافؤ الفرص في تقديم خدماتها.



مضادات حيوية
هرمونات
مضاد للفيروسات
مضاد للحساسية
مضاد للطفيليات
عوامل نمو
إنزيمات
معادن
فيتامينات
دسم
DHA/ARA
كربوهيدريد
بروتين
ماء

BREAST MILK FORMULA
الحليب الطبيعي يتميز باحتوائه لغالبية الأشياء المفيدة التي يتطلبها الأطفال الرضع.

معادن
فيتامينات
دسم
DHA/ARA
كربوهيدريد
بروتين
ماء

دعوة وزير الصحة للولايات المتحدة إلى العمل لدعم الرضاعة الطبيعية في عام ٢٠١١: ثمة مخاطر صحية مرتبطة بإرضاع المواليد حليباً اصطناعياً والافتقار المبكر من الرضاعة الطبيعية.

لاستفساراتك، يرجى التحدث مع العاملين في WIC.