تحضير
الحليب الاصطناعي
للأطفال حديثي الولادة الأصحاء المولودين بعد مدة حمل مكتملة

إذا كان عمر طفلك الرضيع أقل من 3 أشهر، أو وُلد ولادة مبكرة، أو يعاني من ضعف في جهاز المناعة أو مشاكل صحيّة أخرى، فعليك استشارة مقدّم الرعاية الصحية الخاص بك حول تحضير الحليب الاصطناعي لطفلك الرضيع.

MDHHS
Michigan Department of Health & Human Services

استخدميه بسرعة

استخدمي الحليب الاصطناعي الذي قمت بتحضيره في غضون ساعة واحدة (1) من بداية الإرضاع.

أخزنيه حسب أصول التخزين السليمة

إذا كنت لا تنوين استخدام الحليب الاصطناعي الذي قمت بتحضيره في خلال ساعة واحدة (1)، فعليك وضعه في البرّاد واستخدامه في غضون 24 ساعة.

وبعد الانتهاء من إرضاع رضيعك، أحرصي على التخلّص من أي حليب اصطناعي تبقّى في القنينة. وأحرصي على ألاّ تحفظي ما تبقّى في البرّاد لاستخدامه في وقت لاحق. يمكن أن يؤدي اختلاط الحليب الاصطناعي مع اللعاب إلى نمو الجراثيم.

WIC MICHIGAN

MDHHS
Michigan Department of Health & Human Services

لن تميّز Michigan Department of Health and Human Services (إدارة الصحة والخدمات الإنسانية لولاية ميشيغان التي تُعرف باسمها المختصر MDHHS) ضد أي شخص أو مجموعة بسبب العرق، أو الديانة، أو العمر، أو المنشأ الوطني، أو اللون، أو الطول، أو الوزن، أو الحالة الزوجية، أو المعلومات الجينية، أو الجنس، أو التوجّه الجنسي، أو الهوية الجنسانية التي يتصورها الشخص لنفسه أو التعابير الجنسانية التي يعطيها الشخص عن نفسه، أو المعتقدات السياسية، أو الإعاقة والعجز.
هذه المؤسسة ملتزمة بتكافؤ الفرص في الأعمال التي تقدمها.

MDHHS-Pub-1292-Arabic (2-22)

الإرضاع

1

تطلّعي إلى **العلامات التي توحي لك بأن طفلك جائع** كقيامه بمصّ أصابعه أو استدارة وجهه بحثاً عن الرضاعة.

2

أحرصي على حمل طفلك بشكل يكون رأسه أعلى من بقيّة جسمه. وامسكي قنينة الرضاعة بشكل مسطّح (بشكل أفقي مع أرضيّة الغرفة).

3

أحرصي أيضاً على إرضاع طفلك ببطء حيث تدعيه يمصّ بضع بلعات، ثم أميلي القنينة عن فمه إلى الأسفل. وعندما يعاود المص، أرفعي القنينة إلى فمه. واستمري في إرضاعه حتى يدير وجهه عن القنينة أو يبتعد عنها.

أحرصي دائماً على عدم إسناد قنينة الرضاعة بمخدّة أو بطانيّة أثناء إرضاع طفلك، ولا تتركي طفلك أبداً لوحده دون مراقبة أثناء الرضاعة.

التنظيف

نظّفي **يديك**.

نظّفي جميع أجزاء القنينة والمغرفة الموجودة في العبوة. استخدمي الماء الدافئ والصابون. ثم اشطفيها، وبعد تنظيفها جفّفيها بالهواء.

نظّفي **منطقة التحضير**.

المزج

ملاحظة: تسري هذه الخطوات بشأن مزج الحليب الاصطناعي على أنواع ماركة Similac التالية: Advance، و Sensitive، و Soy Isomil، و Spit Up، و Total Confort. أحرصي على اتّباع الخطوات المكتوبة على عبوات جميع ماركات الحليب الاصطناعي الأخرى وأتباع أي تعليمات إضافية يطلبها مقدّم الرعاية الصحية منك. إن الحليب الاصطناعي المجفف للأطفال الرضّع ليس معقّماً وقد يحتوي على جراثيم. وإذا كنت قلقة، ففكّري في استخدام حليب اصطناعي بشكله السائل إن أمكن.

1

أضيفي ماءً من مصدر آمن إلى القنينة بمقدار الكمية التي تريدها.

2

أضيفي الحليب الاصطناعي المجفف بناءً على كمية الماء المستخدمة في الخطوة 1 (أنظري الجدول أدناه).*

3

ثبّتي حلقة التثبيت على القنينة **ورجّي القنينة جيداً.**

لتحضير مقدار	ماء	مسحوق
2 أونصة سائلة في القنينة	2 أونصة ماء	غرفْ مقدار مستوى مغرفة واحدة (1) غير مرصوصة*
4 أونصات سائلة في القنينة	4 أونصات ماء	غرفْ مقدار مستوى مغرفتين (2) غير مرصوصة*
8 أونصات سائلة في القنينة	8 أونصات ماء	غرفْ مقدار مستوى 4 مغارف غير مرصوصة*

**استخدمي المغرفة الموجودة في عبوة الحليب الاصطناعي ماركة Similac.*

- إذا كنت غير متأكدة من أن مياهك آمنة، فعليك الاتصال بدائرة الصحة المحلية التابعة لها، أو زيارة الموقع الإلكتروني التالي: bit.ly/CareforMIDrinkingWater.
- إذا اخترت تدفئة القنينة، فيمكنك القيام بذلك بأمان عن طريق وضع القنينة تحت حنفية ماء دافئ أو وضع القنينة في وعاء فيه ماء دافئ.
- **لا** تستخدمي جهاز المايكروويف أبداً لتسخين القنينة لأنه يسبّب إنشاء "بقع ساخنة" بوسعها أن تحرق طفلك.

أحرصي على اتّباع الخطوات المذكورة أعلاه لتحضير الحليب الاصطناعي لطفلك وحفظه وتخزينه بشكل صحيح.

استخدمي دائماً الكمية الصحيحة من الماء عند مزج الحليب الاصطناعي.

استخدام كمية ماء أكثر أو أقل بكثير من اللازم، أو صنع حليب اصطناعي للأطفال في منزلك، يمكن أن يسبب مشاكل صحية خطيرة.