

الرضاعة في أثناء اليقظة/النعاس

لا أرضع جيداً	أنا مستعد للرضاعة	قبل الرضاعة
لا يستيقظ الطفل بمفرده للرضاعة كل 3 ساعات	يستيقظ الطفل بمفرده كل ساعتين أو 3 ساعات	المص
المص غير النشط: • يلتقم من الثدي ثم يتركه • يلتقم لمدة أقل من 10 دقائق • فترات توقف طويلة • لا يستجيب للتحفيز أو الضغط على الثدي في أثناء الرضاعة الطبيعية	المص النشط: • يرضع لمدة 10 دقائق على الأقل • المص المتواصل حتى 8 إلى 10 مصات أو أكثر • تعقبها بلعة • قد يتوقف الطفل لمدة تتراوح بين 5 و10 ثوانٍ • يمكن استخدام اليد للضغط على الثدي • يمكن استخدام طريقة تدليك الطفل للتحفيز	هل حركة الفكين واسعة؟
لا	نعم	هل تسمعين صوت بلع؟
لا	نعم	هل تشعرين بألم في الحلمة؟
نعم	لا	التوجيهات:
إذا ظهرت هذه العلامات، فتوقفي عن الرضاعة الطبيعية واستخدمي مضخة الثدي، ثم أرضعي طفلك حليب ثدي/حليباً صناعياً باستخدام زجاجة الرضاعة. وجربي الرضاعة الطبيعية في المرة القادمة.	إذا ظهرت هذه العلامات، فأرضعي الطفل من أحد الثديين لمدة 20 دقيقة ثم اجعليه يتجشأ، ثم قدمي له الثدي الآخر.	بعد الرضاعة
• الحلمة ملتوية أو مجعدة • الطفل مستاء • الثدي ما زال ممتلئاً • كمية الحليب الناتجة عن مضخة الثدي لم تتغير كما لو أنه لم يرضع طبيعياً	• الحلمة أكثر طولاً ومستديرة • الطفل سعيد • الثدي لين • كمية الحليب الناتجة عن مضخة الثدي أقل بعد الرضاعة الطبيعية	يومياً
• أقل من 6 إلى 8 حفاضات شديدة الابتلال • أقل من 3 حفاضات بها براز بلون أصفر/أصفر فاقع • اتصلي بطبيب طفلك • استخدمي الرضاعة بالزجاجة والرضاعة الطبيعية	• على الأقل من 6 إلى 8 حفاضات شديدة الابتلال • على الأقل 3 حفاضات بها براز بلون أصفر فاقع	

- اطلبي من استشاري الرضاعة الطبيعية مساعدتك فيما يتعلق بالرضاعة الطبيعية في أثناء فترة مكوثك في المستشفى. يمكنه مساعدتك وإسداء النصائح بشأن طرق إيقاظ طفلك، والتقام الثدي، واستخدام مضخة الثدي.

10/2023

لا تغني هذه المعلومات عن الاستشارة الطبية من مقدم الرعاية المعني بك أو خطتك العلاجية أو المعلومات التي توفرها ممرضتك أو أي مقدم رعاية آخر. احرصي على اتباع خطة رعايتك الشخصية. لا يوجد في هذه الورقة ما يعتبر مشورة طبية أو تشخيصاً أو علاجاً. إذا كانت لديك أسئلة حول هذه المعلومات الطبية أو أي معلومات طبية أخرى، فتحدثي مع مقدم الرعاية الخاص بك. اطلبي المساعدة على الفور إذا كنت بحاجة إلى رعاية طبية عاجلة. إذا كنت خارج المستشفى، فاتصلي على الرقم 911. إذا كنت مريضة في المستشفى، فاطلبي المساعدة من ممرضتك أو أي عضو آخر في فريق رعايتك.

Ask a staff member about interpreters and other language access services and aids, available at no cost to patients and families

اسأل أحد الموظفين عن خدمات المترجمين الفوريين وغيرها من وسائل المساعدة وخدمات التواصل بلغات متعددة، المتاحة مجاناً للمرضى وأسرهم.

Pregúntenos acerca de los intérpretes y otros servicios y ayuda para el acceso al idioma que están a su disponibilidad sin costo alguno

