



نداء الطفل



أمي ، إذا شعرت إنو حليبك مش كافي ، ماتخافي
رضعيني أكثر وكثير مرات ، هيدا بيزيد من كمية حليبك

تستطيع جميع الأمهات انتاج كميات كافية
من الحليب لسد احتياجات أطفالهن بشكل كامل
طيلة فترة الأشهر الست الأولى بعد الولادة
وكلما أكثر الطفل من الرضاعة كلما ازداد ادرار الحليب
ولاصحة أن نوعية حليب الأم تتغير بحال قلقها
أثناء الحرب أو الحصار ، يبقى حليب الأم أفضل غذاء للطفل



استشارة مجانية عن تغذية الرضيع : 03 /824100





نداء الطفل



أمي ، رضعيني بسّ حليبك ،
ما تعطيني لا شراب ولا أكل حتى طبّق ست شهور

يوجد تطور ملموس على صحة الطفل ومستوى ذكائه
إذا استمر في الرضاعة الطبيعية ودون أي طعام أو شراب آخر
حتى نهاية الشهر السادس من عمره

لا حاجة لاعطاء الطفل الماء أو الماء والسكر أو الأعشاب
(مثل : اليانسون ، البابونج) . الأفضل أن تشرب الأم هذه السوائل
التي تنقلها لطفلها من خلال حليبها



استشارة مجانية عن تغذية الرضيع : 03 / 824100





نداء الطفل



أمي ، خليّني إرضع منكِ بالساعة الأولى لولادتي

تعزّز الرضاعة الطبيعية المباشرة بعد الولادة
وملامسة جسم الطفل لجسم أمه من الترابط بين الأم والطفل
وتسرّع من إدرار الحليب وتكثر من كميته



استشارة مجانية عن تغذية الرضيع : 824100 / 03





نداء الطفل



أمي ، إذا ما كنتي معي ، خَلِينِ يعطوني حليبك بالكباية

كيف نطعم الطفل بالكوب :

نحمل الطفل في وضع عمودي أو شبه عمودي في حضننا

نضع الكوب بخفة على شفة الطفل السفلى

وندع حافة الكوب تلمس شفة الطفل العليا

لانسكب الحليب في فم الطفل .

ندع الطفل يشرب (يرشف) الحليب من الكوب





نداء الطفل



أمي ، ما تعطيني بيبرونة حليب

توجد عدة مخاطر
لاستخدام الحليب الاصطناعي
وزجاجة الارضاع أهمها :
التباس بالحلمة مما يؤدي إلى ترك الطفل الثدي
تخفيف كمية إدرار حليب الأم
احتمال الاصابة بسوء التغذية
الاصابة بالاسهال

هذا إلى جانب كلفة الحليب المرتفعة جداً



استشارة مجانية عن تغذية الرضيع : 03 /824100





تدأء الطفل



أمي ، مع حليبك اعطيني أكل تاني
بعد ما طبّق ست شهور

إلى جانب استمرار الرضاعة ، يحتاج الطفل
إلى إضافة وجبات مكملّة لحليب الأم بعد إنهائه الشهر السادس
تعطي الأم طفلها الأطعمة تدريجياً كل نوع على حدى :
إبتدأء بالحبوب المهروسة (مثل :الأرز)
وإضافة الخضار (مثل : جزر ، كوسا)
ثم الفاكهة (مثل : تفاح ، موز)
وبعدها نضيف أطعمة غنية بالبروتينات
(مثل : عدس ، حمص ، اللحم ، صفار البيض)



استشارة مجانية عن تغذية الرضيع : 03 /824100





نداء الطفل

أمي بتعرف
كيف ترضعني

أمي ، رضعيني
بَسْ حليبك ،
ما تعطيني لا شراب
ولا أكل حتى
طبّق ست شهور

أمي ، خليني
إرضع منك
بالساعة الأولى لولادتي

نداء الطفل

أمي ، رضعيني
اللبالوحده

أمي ، ما تعطيني
بيرونة حليب

أمي ، مع حليبك
اعطيني أكل تاني
بعد ما طبّق
ست شهور

أمي ، إذا شعرت إنو
حليبك مش كافي ، ما
تخافي . رضعيني أكثر
وكتير مرات ، هيدا
بيزيد من كمية حليبك

أمي ، إذا ما كتتي معي ،
خلين يعطوني
حليبك بالكباية

إعداد: د. ممي حداد وإيمان الزين

آب ، 2006

استشارة مجانية عن تغذية الرضيع : 03 /824100

ANERA & LABA



نداء الطفل



أمي بتعرف كيف ترضعني

تكون الأم في وضع مريح ويكون رأس الطفل مسنوداً
مع خط مستقيم مع جسمه ، والهالة والحلمة داخل فم الطفل ،
وذقن الطفل ملاصقة للثدي وشفته السفلى مقلوبة للخارج
ترضع الأم الطفل من كلا الثديين . وتبدأ بالثدي الأول
حتى يكتفي الطفل ويترك الثدي ، وبعدها تعطيه الثدي الثاني
ترضع الأم طفلها كلما شاء وطالما شاء . . .



استشارة مجانية عن تغذية الرضيع : 03 /824100



نداء الطفل



أمي ، رضعيني اللبن لوحده

ترضع الأم طفلها اللبن (الصمغ)
ولا شيء غيره في الأيام الأولى
وتعطيه بتكرار مما ينشط من إدرار الحليب
ولا حاجة لإعطاء المولود
أي سوائل مثل السكر الفضي أو الأعشاب



استشارة مجانية عن تغذية الرضيع : 03 /824100

