

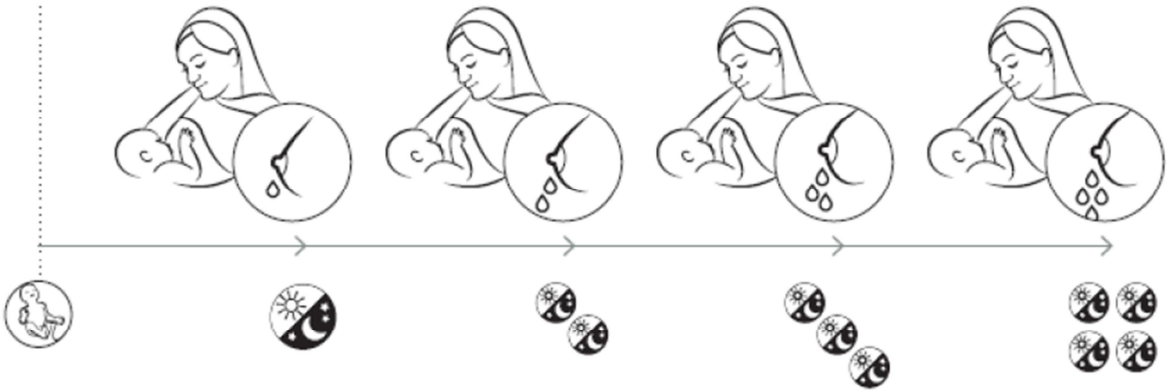


www.elacta.eu/de/neu-  
hiesche-dokumente-fuer-ibet-  
arbet-neu.html



1

من المفترض بدء الرضاعة الطبيعية (من الثدي) خلال الساعات الأولى من الولادة كما يجب عدم فصل الأم و الطفل خلال هذه الفترة و المحافظة على التواصل الجسدي بينهما



2

كميته من بالرغم خاصته قيمة ذو حليب وهو اللبأ الولادة بعد الاولى الساعات في الطفل يتلقى يبدأ الرابع او الثالث اليوم من و. المناعي جهازه يقوي و للرضيع كافيا يعتبر انه الا القليلة الثدي انتفاخ من بهذا تحسین الغالب في و الثدي من بكثرة بالتدفق الحليب

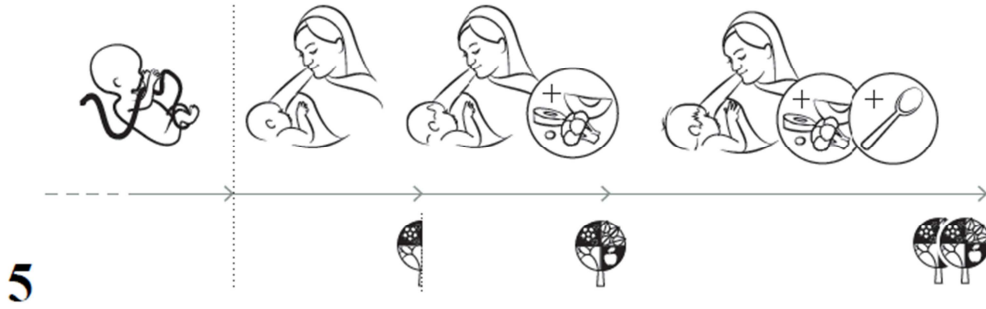


3

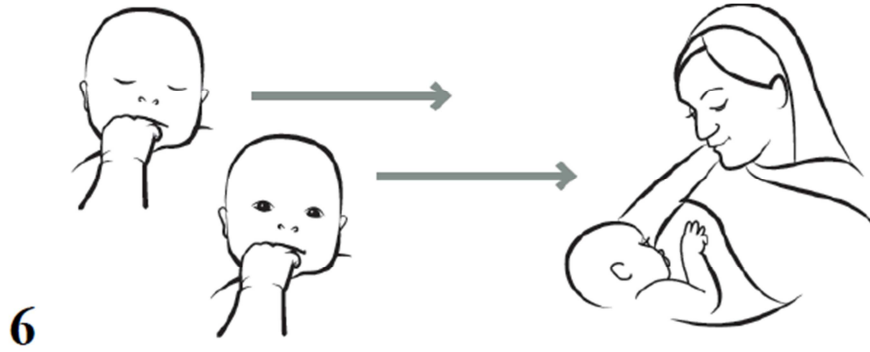
الرضاعة بصورة متكررة حتى اثناء الليل تضمن تدفق الحليب بكميات كافية



يعتمد إنتاج الحليب على مقدار الحليب المطلوب فعليا من قبل الطفل. اعطاء الطفل اطعمة او سوائل او اللهاية في الأيام الأولى يمكن أن يسبب خلل في عملية إنتاج الحليب ويجب تجنبها.



الرضاعة الطبيعية هي استمرار طبيعي للحمل. وتوصي منظمة الصحة العالمية بالاقتران على الرضاعة الطبيعية لمدة ستة أشهر، ومواصلة الرضاعة الطبيعية بعد إدخال الأغذية التكميلية المناسبة حتى عمر السنتين أو أكثر حسب رغبة الأم والطفل.



يظهر الأطفال رغبتهم في الرضاعة حتى أثناء نومهم فيبدوون غير مرتاحين كما يبدأون بتحريك الرأس كمن يبحث عن شيء و يصدرون اصوات الرضاعة و يقومون بفتح الفم و اغلاقه كأنهم يرضعون و يصدرون اصوات خافته او يقومون بتحريك ايديهم الى افواههم. و اخيرا يكون كاشارة تدل على الجوع

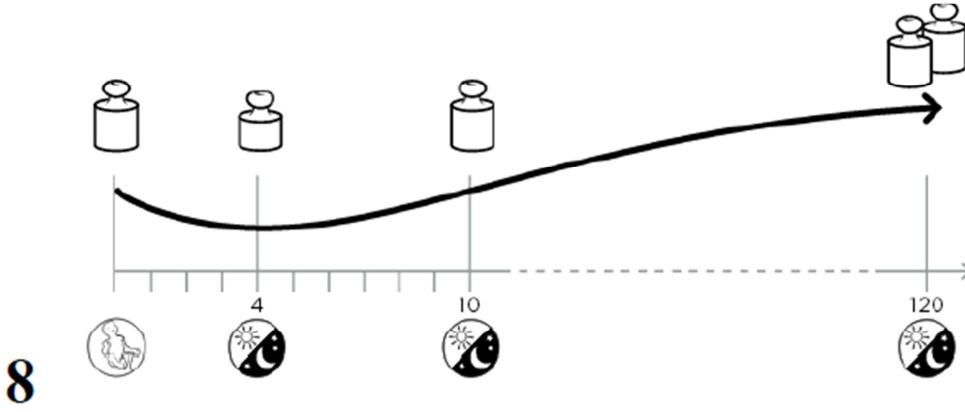


www.elacta.eu/de/neu-  
hiesche-dokumente-fuer-ber-  
arbeit-neu.html



7

عندما تقومين بارضاع طفلك يجب ان تحرصي على ان يكون فمه مفتوح بصورة كبيرة و انه يطبق بفمه على اكبر قدر ممكن من انسجة الثدي



8

معظم الأطفال يفقدون بعض الوزن خلال الأيام القليلة الأولى. طفلك يحصل على كمية كافية من الحليب عندما يصل الى وزنه عند الولادة من جديد عندما يصبح عمره 10 ايام ثم يبدأ الوزن في الزيادة بشكل مطرد و عند حوالي الشهر الرابع يصل وزن معظم الأطفال الى ضعف وزنهم لحظة ولادتهم.

العربية

