

لماذا حليب الأم؟

حليب الأم هو أفضل غذاء الذي للأم توفيرها لرضيعها المنزاد
يعرضه الأنظر عن محتوياتها تنتج احتشاكاً بين الأم ورضيعها
كما تنتج تجزية فريسة من نوعها حيث أن دروسه وبحوث علمية
تؤكد ان حليب الأم جيد مانع للرضيع، اللاتم و للرجيح في كل دولة
العالم.

حليب الأم يحتوي على كل ما يحتاجه الرضيع خلال الأشهر الأولى
من حياته. يحسي الرضيع من عدة امراض: الزكام، السعال، الالتهاب
وعدة امراض اخرى بينما الرضيع يتابع تناول الحليب وكذلك يحسي من
امراضه مستقبلية، مثل الربو، التهابات، التهابات وراثية مثل السكر
و أمراض قلبية غير سن البلوغ!

منافع الحليب الأم كذلك ترجع إلى الأم. الامهات المرضعات
يفقدون الوزن الذي تكتسبه في فترة الحمل بسهولة وصعب ان يظهر
من فقدان « الحديد » بعد الولادة كذلك امراض الثدي.

من جهة أخرى حليب الأم غذاء بيولوجي حيث يجب حنجه
ولا نقول حيث توفر الطنافة و الطلوث كد كجد اقتنهادي للعائلة
يمكن لكل عائلة ان توفر حوالي 600 جسيمة.

في الغذاء سنويا، قلة الامهات بالامراض و الرضيع مشتلوا
حليب الأم يكلفون أقل نفقات لعماله نعم حيث يمكن استعمال
التجهيزات الحديثة و قلة تقييدات الأمهات عن عملهم.

بكل هذه الحقائق و باتفاق مع منظمة الصحة الدولية (OMS) و الاتحادية
الأمريكية لطب الأطفال، جمعية الرضاعة الاممانية لطب الأطفال توصي
على تغذية الطفل فقط بالحليب خلال السنة الأولى من حياته وموازاة
مع ذلك خلال السنتين الاغذية والحليب

البدانة .

جد مهم إعطاء الرضيع الثدي إذا أمكن ذلك خلال النصف الساعة الأولى بعد الولادة . بعد الساعة الأولى من حياته يبقى سائما بعرض الساعات ويوصى خلال هذه الساعات ان يبقى الرضيع مع أمه بالرغم من عدم رغبته في الرضاعة والاحتكاك - الجلد - يمكن إعطاؤه الثدي صلبا حينما لا تظهر رغبته في الرضاعة - تحريك الفم والبرحث عن الثدي . . . وليس حقل حينما يبالي

الثدي حقل؟

أي امرأة يمكن ان تغذي رضيعها بالحليب . الفرق بين الثدي اليسر واليمين من الدهون التي يحتوي عليها وليس الجعاز الذي ينتج الحليب .

من جهة اخرى من الصعب ظهور بعض الامراض حيث ان جميع أمراض الثدي لها وقاية يومنا هذا - اذا عاينتي او شعرتي بعرضه المرافقه استشري طبيباً للطفال ينتج الحليب حسب رغبته الرضيع حيث ان حينما يقبض الثدي يفرغ في اول وقت ممكن هذا الحيز . ينتج اكثر حليب حسب رغبته الرضيع الكمية تعيق كمية اللوات التي يتناول فيها الحليب كل يوم . الجودة كذلك تتغير تبعاً لاحتياجات الرضيع مع المدة . خلال الايام الاولى الحليب يكون لونه «أخضر» ويحتوي على أكثر كمية من البروتينات . وبعد ذلك يظهر الحليب العادي وذو ملح مائي وعلى ذلك في بداية الوجبة ونهايتها يبدو تركيزي أكثر للدهنيات حيث ان ليس هذا الحليب ثم ذو جودة ضعيفة بأنه مناسب للرضيع لكل ومتى يحتاجه .

جد مهم في البداية ان يطمس الرضيع دهنيات «دهنات» حيث ان «الدهنيات» يفرغ من بطنه الطبيعي - كما الثدي بحيث ان الرضيع يملئه ان احيانا ان يفرق بينهما . وبعد ذلك يغيب نظريته «مختلفة» تستعمل عجلات مختلفة - الرضاعة - الثدي . يمكن السب في ظهور دجاجيد في الثدي وعلة

الحليب على مدة طويلة . وغير موحى على استعمال دجاجيد مهم تظهر الدجاجيد ان الرضيع يقبض نظريته جيدة للثدي . ولذا مهم تصحيح الطريقة . اعطائي المساعدة لطبيب طفلا . كمرضتك او اخير في

الرضاعة .
استعمال الجوز الذي يجرز مع رأس الثدي يقلل مدة الرضاعة ويجعلها غير
مريحة .

رضيع ذو حمة حيدة لا يحتاج سوائل - مثل ريجوينا عليها حليب الأم
ولا يوصى اعطائه ماء او سوائل اخرى

- المدة و الزمن بين الوجبات
الزمن او المدة الذي يحتاجه كل رضيع يختلف من رضيع لآخر ومن ام لا اخرى وكذلك
يختلف من حيث سن الرضيع ومن حمة لا اخرى .
حيث ان الطبيب يختلف بين بداية ونهاية الوجبة للايام الاولى عندما
يبلغ الرضيع ستة اشهر الحليب عند البداية جد مائبة وتحتوي على البروتين
والسكريات وحليب النعانية جد مركزه وتحتوي على دهنيات وحببات
الوجبات الذي يتناول الرضيع كل يوم «الزمن» تختلف من واحدة لآخر
من افضل اطعامة الذي عندما يلهبه نوعه على ان الرضيع يتناول ثمان
وجبات حلا اربعة وعشرون ساعة . الجيد ان تدوم الوجبة حتى الرضيع
يترك الثدي المهم ان لا يرضع من الثديين معا ولكن المهم ان يفرغ كل
واحد منهم . لهذا يوصى ان يتناول او يفرغ ثدي قبل اطعامة الاخر
الوجبة وكيفية فدفن الرضيع للثدي .

رضاعة الثدي مختلفة عن رضاعة «الرضاعة» . الرضيع للرضاعة جيدة للثدي
عليها ان يكتشف كيفية رضع رأسه الثدي . الام والرضيع يجب ان يتواجا ان
معا . من افضل جسم الرضيع في احتكاك مع جسم الام . وجبة غير مريحة
يمكن ان تسبب آلام الظهر عندما تكون حالتها الظهر مستقيم والكتفين
مرتفعتين . ورأس الطفل يوضع على « قيل المفضل » يد الام .
يجب رفع عورة الرضيع ولحم يمكن ان تمرر رأسه تدبها على فم الرضيع لفتح
اذا كان الثدي كبير يمكن قيضه من الاسفل . طبعيا ان يظهر ان الرضيع يعمل
الخط السفلي تتحرك الذاذين و « حليمه » حين تشكل دائري .

من المفيد عدم قبحه الثدي بالحبس لأنه يعيب الرضيع قبحه الثدي. اذا كان
انف الرضيع يلفي بغيره الرضيع لكان اتجاه الثدي الاخر. اذا كان ثدي الام مدونين
على من الرفاعة الرضيع وامر على التلذذ.

- وجبايا اخرها.

السنطيف الذي يحتاجه ثدي الام هو السحاح اليومي وبعد الدارة المقطعية
الذي تستعمل للثدي.

الدم يحتاج الى تغيير ما كولاها ومشروباتها. من الممكن ان تكون الدم عطشى
و يحتاج الى شرب الماء بقوة. في حالة ارجيات للرضيع يجب على الام ان تترك
بعضه المكولات. عمل ساق يمكن ان تظهر بشكل اخر عن الرضاعة. ولا
مساعدة للام يمكن ان تكون جيدة. مساعدة الاب كذلك مهمة للرضاعة
يمكن ان يكون جيد ان الام تعلم اخراج الحليب. لزالة الدم الثدي عندما يكون
مليئا بالحليب. حليب الام سهل ان يبق في الثلج مدة سبعة وسبعة
ساعات و ستة اشهر وغير موحس الثديين امام الرضيع. اذا كان سويين
يمكن ان تكون الرضاعة حسنة شيئا ما. ومن الممكن ان تحتاج الام مساعدة اكثر
الرضاعة. توجد جماعات او مجموعات اهلها ذوي تجربة للمساعدة حول



Figura 1



Figura 2

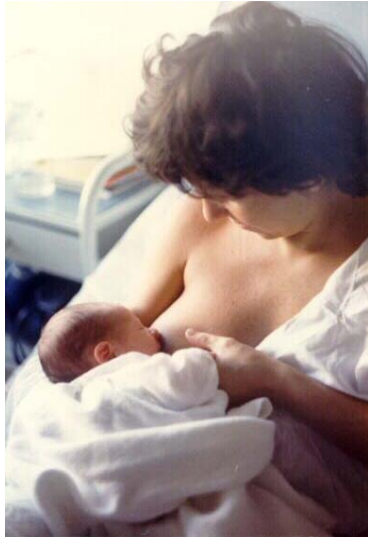


Figura 3



Figura 4



Figura 5



Figura 6



Figura 7