

الرضاعة الطبيعية – حفنة من المعرفة

يتم توفير الرضاعة الطبيعية بشكل صحيح من قبل الطبيعة

يبدأ إنتاج الحليب أثناء الحمل. في النصف الأول من العام ، يحتاج الطفل إلى حليب الثدي فقط. بعد ذلك ، ينصح بمواصلة الرضاعة الطبيعية بالإضافة إلى الغذاء التكميلي المناسب. طالما أن الأم والطفل يريدان ذلك ، حتى عامين أو أكثر.

ملامسة الجلد مباشرة بعد الولادة

حان الوقت لتقع في الحبا! يدعم ملامسة الجلد للجلد الواسعة وغير المضطربة الرابطة الحميمة. في كثير من الأحيان في هذه الحالة ، يبدأ الطفل في الرضاعة الطبيعية من تلقاء نفسه.

وضعية الاستلقاء عند الرضاعة الطبيعية

تميل الأم إلى الخلف مدعومة جيدا ومسترخية ، بينما يستلقي الطفل على بطنها. هذا الوضع يجعل من السهل على الرضيع الوصول إلى الثدي لأن ردود أفعاله الفطرية يمكن أن تكون فعالة للرضاعة الطبيعية.

الرضاعة الطبيعية المتكررة صحيحة ومهمة

يريد الطفل أن يرضع من الثدي من ثماني إلى اثنتي عشرة مرة – أو أكثر – في غضون 24 ساعة. لذلك يحصل على الكثير من الحليب والكثير من التقارب الجسدي.

الحصول على حليب الثدي باليد

يمكن للأمهات أيضا الحصول على الحليب بشكل فعال عن طريق اليد. هذه الطريقة عملية للغاية وسهلة التعلم وتجعلك مستقلا عن المساعدات التقنية.

توصية منظمة الصحة العالمية بشأن الرضاعة الطبيعية

الرضاعة الطبيعية حصرا لمدة 6 أشهر. لا يحتاج طفلك إلى أي طعام أو سوائل أخرى. من الشهر 7 ، يمكنك إدخال الأطعمة التكميلية بهدوء ومواصلة الرضاعة الطبيعية حتى سن 2 سنة أو أكثر - تماما كما تحب أنت وطفلك.

مبادرة „Babyfreundlich“

„صديقة للطفل“ هو نظام راسخ عالميا.

في ألمانيا ، تضمن المبادرة جودة عياداتنا ، والتي تم اعتمادها على أنها صديقة للأطفال. تعمل جميعها وفقا للخطوات ال 10 المثبتة لمنظمة الصحة العالمية واليونيسف - بنجاح ملحوظ. نعطي مساحة للحب.



babyfreundlich.org



WHO/UNICEF-Initiative Babyfreundlich e. V.

Zum Aquarium 6 a

46047 Oberhausen

Tel.: 0208 828556-0

E-Mail: info@babyfreundlich.org