



تعليمات الرضاعة للأطفال



إعداد الأخصائية :
ربي مكي



الطريقة الصحيحة لحمل الطفل

٢- شتي جذع الطفل قليلاً يعتبر مثالي ولكن للرضيع الذي يعاني من الارتجاع أو الاستفراغ يفضل حمله بشكل مستقيم لتخفيف الضغط على المعدة .



طريقة حمل الطفل الذي يعاني من الاستفراغ والارتجاع

٤- يجب أن تكون أفخاذ الطفل مثنية قليلاً في حضن الأم خصوصاً إذا كان الطفل يعاني من تشنج الأطراف أو يفضل أن يصاب جسمه .

٥- تقديم الرضعة:



- ١- مراعاة حمل الطفل جيداً قبل تقديم الرضعة
- ٢- تقديم الرضعة من الأعلى ليتمكن الطفل من رؤيتها.
- ٣- محاولة أن يمسك الطفل بالرضاعة .
- ٤- يمكن الضغط على خدود الطفل بشكل بسيط أثناء الرضاعة لمساعدته على المص بشكل أفضل .

ج - اختيار الحليب :

- يجب مراعاة الحالة الصحية للطفل واستشارة طبيب الأطفال وأخصائي التغذية .
- معظم انواع الحليب تعطي 20 سعرة حرارية / 30 مل .
- يجب مراعاة استخدام الملاعقة الخاصة بالحليب وقياس كمية الماء بدقة .

د - حمل الطفل :

- حمل الطفل جيداً وبشكل مريح له ومناسب لوضعه الصحي يساعده على الهدوء والرضاعة بشكل أفضل وأسرع خصوصاً للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، كما يقلل من رفض الطفل للرضاعة .
- ١- دعم الرأس مع إمالة الذقن للأسفل قليلاً مما يمكن الطفل من المص بشكل أقوى .
- ٢- يجب أن تكون ذراع الطفل للأمام قرب أو على الرضاعة وصدمة إرجاع كتف الطفل للخلف أو للأمام بشكل مبالغ فيه لكي لا يؤثر على قدرة الطفل على مص الحليب بشكل جيد .



- تحدث اضطرابات تغذية الرضع خلال الستة الأولى من عمر الطفل، وهذه الأنواع من الاضطرابات شائعة، وتحدث بنسبة ٢٥% إلى ٤٠% من الأطفال ذوي النمو الطبيعي وينسبه ٧٥% إلى ٨٠% في الأطفال الذين يعانون من تأخر في النمو، كما تحدث صعوبات واضطرابات التغذية لدى الأطفال الخدج أكثر من الأطفال المولودين في الشهر التاسع .
- معظم اضطرابات التغذية لدى الأطفال ناتجة عن عوامل متعددة منها اضطرابات الجهاز العصبي، والتشوهات الخلقية، وتسبب للطفل صعوبة في الرضاعة سواء كانت عضوية أو سلوكية .
- إليك بعض التعليمات والإرشادات التي يمكن تطبيقها أثناء إرضاع الطفل والتي بدورها قد تسهل عملية الرضاعة وتجعلها ممتعة أكثر للطفل والأم:

أ - اختيار الرضاعات :

- هناك أشكال وأنواع مختلفة من الرضاعات وتعتمد على ما يفضله الطفل والأم .



ب - اختيار الحلمة المناسبة :

- ١- مقاس الحلمة مناسب لحجم فم الطفل .
- ٢- شكل الحلمة مناسب للحالة الصحية للطفل وإذا كان يفضل شكلاً معيناً .
- ٣- الابتعاد عن الحلمة اللينة جداً لأنها تلتصق، والقاسية جداً لأنها متعبة للطفل .
- ٤- فتحة الحلمة مناسبة لقدرة الطفل على المص بحيث يتمكن من مص الحليب بسهولة ودون أن يتدفق بغزارة في فمه فيشرق .

