

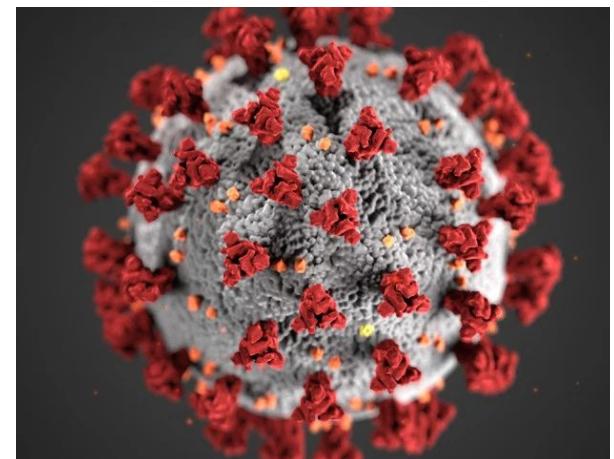
كوفيد-١٩ و إطعام الأطفال في حالات الطوارئ

منظمة CHEERing



ما هو فيروس الكورونا؟

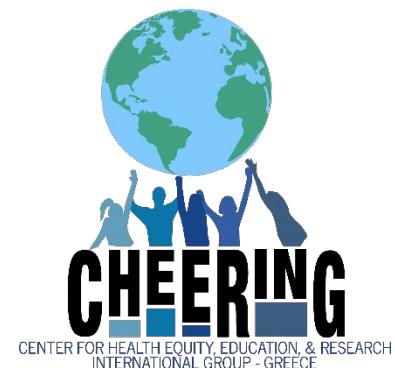
- فيروس كورونا الجديد يسبب بمرض اسمه كوفيد-١٩
- انتشر كوفيد-١٩ في كل أنحاء العالم
- الفيروس يسبب عدوى الرئتين ويمكن أن يسبب مشاكل في التنفس



كيف ينتشر مرض كوفيد-١٩؟



- جراثيم مثل فيروس كورونا يهجمون على جسمنا من الداخل
- إذا شخص مصاب بالمرض يعطس أو يسعل يمكن أن تنفس جراثيمهم وتصيب بالمرض
- حتى لو كان الشخص عديم الأعراض يمكنه أن ينقل المرض إليك



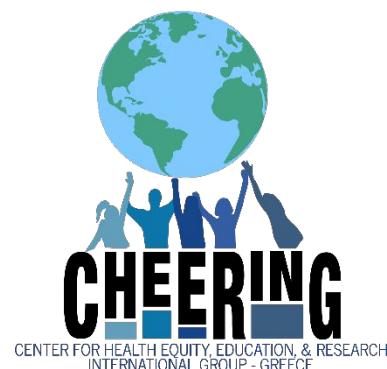
إطعام طفلك و كوفيد-١٩ : ماذا تفعل؟

- منظمة الصحة العالمية تُنصح بالرضاعة الطبيعية حتى في حالة إصابة الأم بمرض كوفيد-١٩
- الرضاعة الطبيعية تحمي طفلك من الفيروسات. استمرار بالرضاعة الطبيعية من الأم المصابة بفيروس كوفيد-١٩ هو أفضل للطفل من إيقاف الرضاعة
- <https://www.unicef.org/stories/novel-coronavirus-outbreak-what-parents-should-know>



هل ينتشر الفيروس للأطفال؟

- ظهرت لغاية الآن حالات قليلة نسبياً مرض كوفيد-١٩ بين الأطفال و لا نعرف السبب لذلك
- أغلب الأطفال المصابين بكورونا يتحسنون بسرعة و لا يمرضون بشكل خطير
- إذا أنت مصابة بكورونا ، استمر في الرضاعة الطبيعية لحماية طفلك
- لا تسعل على طفلك - غطي وجهك عندما ترضعين و عندما تكونين قريباً من طفلك



الرضاعة الطبيعية في حالات الطوارئ

- عندما يكون المرض في الهواء، يصنع جسم الأم خلايا خاصة تقاوم المرض
- تدخل هذه الخلايا الخاصة إلى حليب الأم
- من يشرب الطفل حليب أمه، الحليب يحمي الطفل من المرض
- حليب الأم دائماً نظيف، جاهز، وصحي



رضاع الطفل بواسطة الزجاجية (الببرونة) في حالات الطوارئ

إذا كنت لا ترضعين طفلك يجب أن تكوني حذرة جدًا:

- استخدم الكمية الصحيحة من الحليب الصناعي
- لا تعطي حليب حيوانات للأطفال عمرهم أقل من ستة أشهر
- استخدم الماء المغلي و النظيف
- قم بغلي و تعقيم الزجاجة (الببرونة)
- أحفظ الحليب الجاهز في الثلاجة
- لا تستخدم نفس الحليب أكثر من مرة
- فايروس كورونا و جراثيم أخرى تعيش على أسطح ليس نظيفة
- الرضاعة الطبيعية أسهل و آمن



إذا أرضع الجميع

- سيتم إنقاذ حياة أكثر من ٨٠٠،٠٠٠ طفل كل عام
- إسهال الأطفال ينخفض إلى النصف
- تنخفض مشاكل التنفس بمقدار الثلث
- هذه المعلومات من منظمة الصحة العالمية
-
-



Infant and young child feeding. World Health Organization.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>.

Published February 16, 2018.

Breastfeeding. World Health

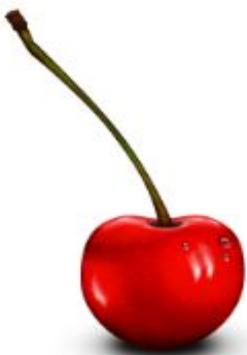
Organization https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_1

هل حليب سيكون كافي؟

- نعم! مازال تكفين الثدي طبيعياً فإن إنتاج الحليب سيكون كافي على شرط أن تبدأي الرضاعة الطبيعية من اليوم الأول من الولادة.
- احتمال قلة إنتاج الحليب ضئيلة جداً.
- لا تحتاجين إلى نظام غذائي خاص للرضاعة الطبيعية.
- سيكون حليبك صحي حتى لو عايشة في مخيم أو ملجاً أو بيت.
- انتبه على حركات أمعاء طفلك. على الطفل التبول و التبرز عدة مرات في اليوم. و لازم يزداد وزن الطفل. اذا حالة المشاكل يجب عليك ان تشوفين دكتور



ماذا حجم بطن طفلك؟



أول يوم

حجم كرز

5-7 mL

1- 1.4 teaspoons



ثاني يوم

حجم جوز

22-27 mL

0.75-1 oz

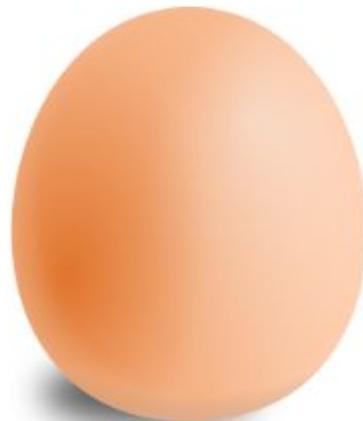


أسبوع

حجم مشمش

45-60 mL

1.5- 2 oz



أول شهر

حجم بيض

80-150 mL

2.5- 5 oz

www.letmommysleep.com

هل يمكنني توقف الحليب الصناعي و بدأ بالرضاعة الطبيعية؟

- بعض الأحيان - تعتمد على أشياء كثيرة
- إذا كنت تعطي زجاجة (الببرونة) واحدة في اليوم، يمكنك التوقف و التعويض عنها بالرضاعة الطبيعية
- في حال قررت إيقاف الرضاعة الصناعية (الببرونة) والاستمرار فقط بالرضاعة الطبيعية فيجب الإيقاف بصورة تدريجية (من أسبوع إلى عشرة أيام)، خلال هذه الفترة يجب زيادة عدد جلسات الرضاعة الطبيعية وذلك لتحفيز الثدي على إنتاج حليب أكثر. كما أن مراقبة وزن الرضيع خلال هذه الفترة مهم جداً للتأكد أن إنتاج الحليب كافي.



في حالات الطوارئ (أو حالات عادية)

أرضعي طفلك لمدة ستة أشهر

ابداً لإطعام طفلك الأطعمة الصلبة

في سادس شهر، و استمر

بالرضاعة الطبيعية



For smart, sharp, strong baby

**Give baby only
breastmilk for
first 6 months**

No water.

No fluid.

No other food.

