



## نصائح الأم في الأشهر الأخيرة من الحمل (من الشهر ٧ الي ٩)

عزيزتي الأم :

الآن وانت في إنتظار مولودك كم هو جميل هذا الشعور.  
نحن بدورنا في مستشفى الفروانية نوصي باتباع وعملا  
بسياسة تشجيع الرضاعة الطبيعية المعتمدة لدينا،  
نتمنى منك أن تتعاوني معنا من أجل أن تتلقى انتي  
وظفك العناية الكافية. (مهمتنا صحتكم أولاً)



عزيزتي نصائحنا لكي هي :

١ - وضع طفلك بالتلامس المباشر معك منذ الساعة الأولى للولادة ؛  
حيث انه يستطيع أن يتعرف عليك ويستطيع ان يلتقم الحلمة ويأخذ  
منك مادة اللبأ المفيدة جدا له من الساعات الأولى من الولادة.

٢ - المساكنة بينك وبين طفلك ؛

- وهذا يعني ان يبقى طفلك معك بعد الولادة طوال الوقت وهذا  
يساعدك

في ان ترضعية طوال الوقت وتتعرفين على علامات الجوع لديه.

٣- تتعلمين الالتقاط الجيد بالثدي والاضاع المختلفة اثناء الرضاعة

٤- تتعلمين كيفية تعصير الحليب باليد

٥- الارضاع عند الطلب نهارا وليلا بدون وضع جدول ؛

• تقليل نسبة حدوث مشاكل الثدي وخاصة التورم والالام

• تطول فترة الرضاعة الطبيعية

٦ - في حالة انفصالك عن طفلك لسبب طبي معين ؛

- لا تقلقي سيقوم الطاقم الطبي المسئول في المستشفى بتزويدك  
بالمعلومات الضرورية عن كيفية اعتصار الحليب ونقله وتخزينه.

٧- يسمح باصطحاب مرافق مع الام لمساندتها بعد الولادة.



وفي حالة مواجهتك مشكلة اثناء فترة الرضاعة الطبيعية يمكنك الاتصال بنا على الخط الساخن

(51373270)

أو مراجعتنا في عيادة الرضاعة الطبيعية من الأحد إلى الخميس من كل اسبوع من الساعة 8 صباحا إلى 1 ظهرا