

الرضاعة الطبيعية في ظل كوفيد-19

ما يجب عليك معرفته

الرضاعة الطبيعية تحمي أطفالك من الأمراض، وتساعد على نمو جسمهم بطريقة صحيحة. وللرضاعة الطبيعية دور فعال في وقاية الأطفال من الأمراض المعدية لأنها تقوي جهازهم المناعي عن طريق نقل أجسام مضادة من الأم إلى الطفل.

لا يزال بإمكانك إرضاع طفلك من الثدي مباشرة، أو من خلال عصر الثدي، أو بأي طريقة أخرى إذا كنت مصابة بمرض كوفيد-19 أو تشبهين في إصابتك به.



اتَّبعي التدابير الوقائية الأساسية مثل استخدام كمامة طبية، وغسل اليدين بالصابون أو بمطهر، وتنظيف الأسطح وتطهيرها.



عليك بعصر الثدي لإرضاع طفلك بأمان إذا كنت مصابة بمرض كوفيد-19 أو إذا منعك الإعياء الشديد من مواصلة الرضاعة الطبيعية من الثدي مباشرة.



اتَّبعي طرقاً أخرى إذا منعك الإعياء الشديد من الرضاعة الطبيعية أو عصر الثدي، مثل استئناف الإرضاع الطبيعي بعد التوقف عنه لفترة، أو الاستعانة بمُرْضِعة، أو استخدام حليب مُرضعات مُتبرعات.



اطلبي المساعدة إذا كنت أنت أو طفلك الرضيع أو أطفالك الصغار من المصابين بمرض كوفيد-19 أو من المُشْتَبِه في إصابتهم به، وكنْتِ تشعرين بالإجهاد أو الخوف أو عدم القدرة على الاحتمال.

