



وزارة الصحة
المديرية العامة للخدمات الصحية
بمحافظة شمال الباطنة
مستشفى ومجمع صحم الصحي

✗ المعتقد الخاطئ:

إنتاج الحليب خلال الساعات الأولى بعد الولادة قليل جداً ولا يكفي احتياج المولود.

✓ التصحيح:

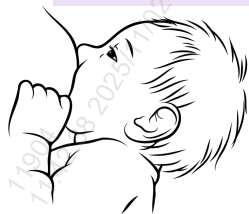
قد يبدو ذلك بسبب نوعية الحليب المفرز في الأيام الأولى وهو اللبأ الذي يكون ثقيل ولزج القوام ولونه اصفر داكن فلا تشعر الأم بوجوده، إلا انه بإمكان طفلك الحصول عليه والاستفادة من فوائده، وكميته القليلة تكون مناسبة لحجم معدة الرضيع.

✗ المعتقد الخاطئ:

الطفل الذي يرضع رضاعة طبيعية يكون بحاجة لكميات أكبر من الماء في الجو الحار

✓ التصحيح:

حليب الأم يحتوي على كميات كافية من الماء لاحتياج الطفل سواء في الجو البارد او الحار، وذلك بناءً على دراسات علمية أجريت في مناطق شديدة الحرارة.



حليب الأم هبة من الله سبحانه وتعالى ولا يضاھيه أي غذاء آخر؛ فهو يحتوي على كل العناصر الغذائية والمناعية التي يحتاجها طفلك، وتتغير تركيبة حليب الأم كلما كبر الطفل لتتناسب مع احتياجاته الغذائية. ولكن على الرغم من ذلك قد تلجأ بعض الأمهات الى استخدام طرق أخرى لتغذية اطفالهن نظراً لشيوع الكثير من المفاهيم الخاطئة حول الرضاعة الطبيعية.

وهنا بعض من هذه المعتقدات الخاطئة المتعلقة بالرضاعة الطبيعية مع تصحيحها.

✗ المعتقد الخاطئ:

العديد من الأمهات يعتقدن أنهن لا ينتجن حليب كافي لأطفالهن!

✓ التصحيح:

باستطاعة أغلب الأمهات إنتاج كمية كافية من الحليب لأطفالهن، لكن في حالة عدم زيادة وزن الرضيع ، فقد يكون ذلك بسبب عدم حصول طفلك على حليبك بشكل صحيح ، ويكون ذلك عادةً بسبب الوضعية الخاطئة للرضاعة.

معتقدات خاطئة عن الرضاعة الطبيعية

TRUE



or

FALSE





✗ المعتقد الخاطئ:

في حالة تناول الأم لبعض الأدوية، عليها التوقف عن الرضاعة الطبيعية.

✓ التصحيح:

معظم الأدوية تظهر بشكل بسيط جداً في حليب الأم ولا تسبب أي قلق أو خطر على صحة الطفل. إلا أنه يجب على الأم استشارة الطبيب قبل تناول أي دواء.

✗ المعتقد الخاطئ:

حجم الثدي يرتبط بكمية الحليب المنتجة، فالثدي الصغير لا يستطيع إنتاج حليب كافٍ للطفل.

✓ التصحيح:

حجم الثدي يرجع إلى كمية النسيج الدهني حول قنوات إفراز الحليب، فحجم الثدي لا علاقة له بكمية الحليب المنتجة، وإنما تعتمد على تكرار عملية إرضاع الطفل من الثدي.

✗ المعتقد الخاطئ:

على الأم المرضعة تناول كمية كبيرة من الطعام لإنتاج كمية أكبر من الحليب.

✓ التصحيح:

الأم المرضعة بحاجة لتناول 500 سعرة حرارية إضافية على احتياجاتها المعتاد من أجل تعويض النقص من المغذيات اللازمة لإنتاج الحليب. كما أن بعض الأمهات تتناول احتياجاتها المعتاد ويستطعن الإرضاع دون حدوث أي تأثير.



✗ المعتقد الخاطئ:

في حال الإصابة بعدوى، عليك التوقف عن الرضاعة الطبيعية.

✓ التصحيح:

حليب الأم يكون محمي من العدوى وانتقال الأمراض عدا في بعض الحالات الاستثنائية. لذا على الأم الاستمرار بالرضاعة الطبيعية وعدم التوقف وذلك لتقوية مناعة الطفل وتقليل فرصة إصابته بالأمراض المعدية.

✗ المعتقد الخاطئ:

على الأم غسل وتنظيف الحلمة في كل مرة ترغب في إرضاع طفلها.

✓ التصحيح:

حليب الأم بذاته يعمل على حماية الطفل من العدوى، لذلك يبقى غسل الحلمة قبل كل رضعة بلا داعي، كما أن غسل الثدي يزيل الزيوت التي تحمي وترطب الحلمة مما قد يسبب جفافاً للآم. بعكس الرضاعة الصناعية التي تتطلب اهتماماً دقيقاً نظراً لتجمع وتكاثر البكتيريا في قنينة الرضاعة بسهولة.

✗ المعتقد الخاطئ:

شفط الحليب وسيلة جيدة لمعرفة كمية الحليب المتوفرة في الثدي.

✓ التصحيح:

الطفل الذي يرضع جيداً بإمكانه الحصول على كمية أكبر من التي يتم شفطها، وأن عملية الشفط توضح الكمية التي يمكن شفطها وليس الكمية التي يمكن إنتاجها من الرضاعة المباشرة.

