



مستشفى الامام الحجة (عج) الخيري - كربلاء  
Imam Al-Hujjah Hospital - Karbala  
مسيرة أمل ومشروع حياة

## الرضاعة الطبيعية هدف لحياة صحية



خامساً



### تفريغ الثدي

ارضعي الطفل مع الحرص على  
التفريغ الكامل للثدي قبل الانتقال  
إلى الثدي الآخر لضمان حصوله  
على الغذاء الكامل من لبن أول  
الرضعة ولبن آخر الرضعة.

للتواصل معنا:  
07728222230 - 07817278886  
info@karbalahospital.org  
www.karbalahospital.org

facebook

مستشفى الامام الحجة عج الخيري - كربلاء  
Imam AlHujjah Hospital  
@imamhujjahhospital

### التعلق الصحيح بالثدي:

✓ ذقن الطفل ملامس للثدي  
✗ ذقن الطفل غير ملامس للثدي

✓ فم الطفل مفتوح بأتساع  
✗ الفم غير مفتوح على الاتساع

✓ الشفة السفلى مقلوبة للخارج  
✗ الشفة السفلى مقلوبة للداخل

الجزء الاكبر من المنطقة الداكنة  
المحيطة بالحلمة كلها داخل فم  
الطفل ✓

معظم المنطقة السوداء حول  
الحلمة ليست بداخل فم الطفل ✗

لبن الأم نعمة من الله

## الوضعية الصحيحة:

1 جلوس الأم في وضعية مريحة.

2 ضم الأم طفلها بذراعها من مؤخرة كتفيه وليس من مؤخرة رأسه.

3 ان تسند الام ثديها كله من الأسفل.

4 ان تنتظر الأم حتى يفتح الطفل فمه ويبيدي رغبة في الرضاعة ثم تضم الطفل الى ثديها وتضع الحلمة وهالة الثدي (المنطقة الداكنة المحيطة بالحلمة)، كلها داخل فم الطفل.



الرضاعة الطبيعية  
هدف لحياة صحية



### ثانياً

أتركبي الطفل يرضع كلما أراد ليلاً ونهاراً.

### ثالثاً

ارضعي طفلك رضاعة طبيعية خالصة لمدة ستة أشهر دون اعطائه اي سوائل او اغذية أخرى وحتى نهاية الشهر السادس.

### رابعاً

الوضعية الصحيحة والتعلق الصحيح بالثدي.

**لبن الأم** نعمة من الله وهبها للطفل ليقيه من المرض ويمنحه العافية والنمو الجسمي والعقلي السليم فلا تحرمي طفلك هذه النعمة فكل ام قادرة على ارضاع طفلها.

**لذا من اجل رضاعة طبيعية ناجحة عليك عزيزتي الام اتباع الارشادات التالية:**

### أولاً

ارضعي طفلك بعد الولادة مباشرة خلال الساعة الاولى من الولادة للحصول على اللبأ.

### فوائد اللبأ:

- 1 غذاء كامل وكاف لاحتياجات الطفل في الايام الاولى.
- 2 يعتبر التطعيم الاول للطفل لحمايته من الامراض.
- 3 يقوي العلاقة العاطفية بين الام وطفلها.