

إعطاء الحليب بالكوب

الزجاجة ليست البديل الوحيد للإرضاع

استخدام الكوب مناسب منذ الولادة؛ إنّه ملائم لإعطاء الحليب الطبيعي المشفوط أو الصناعي للرضيع. يمكنك استخدام أي كوب نظيف ذا فتحة واسعة وناعمة. لا تطول المدة المُستغرقة في الإطعام إذا قارنًا بين الكوب والزجاجة. الكوب آمن أكثر من زجاجة الإرضاع؛ فأغطية الزجاجات والحلمات قد تأوي الجراثيم التي تدخل إلى الحليب وتعرّض الرضيع للأمراض.

إن تنظيف الكوب سهل؛ اغسليه بالماء الساخن والصابون فقط، ولا يستلزم الكوب التعقيم مثل الزجاجة.

في حالات الطوارئ استخدمى الأكواب ذات الاستخدام الواحد.



وقت الإطعام هو وقت التواصل مع طفلك: اغمره بالأحضان والنظر المباشر والكلام معه والابتسام والغناء له.

خطوات بسيطة للإطعام بالكوب:

أجلسي الطفل مستقيماً على حرك واسندي ظهره ورقبته. إذا كان الطفل صغيراً جداً لفيه بقماش أو قماط حتى لا تضرب يداؤه الكوب خطأ.

1

ضعي الحليب في كوب صغير وارفعي الكوب إلى شفته السفلية حتى يصل الحليب إلى طرف الكوب بالقرب من شفتي الطفل. على الطفل أن يكون مدركاً وفتحاً فمه وعينه.

2

ارفعي الكوب إلى زاوية أعلى بلطف وبطء. لا تسكبي الحليب في فمه دفقة واحدة، بل اسمحي للطفل أن يحدّد سرعته في الرشف والبلع وأخذ وقفة للراحة. حافظي دائماً على مستوى الحليب عند طرف الكوب. عندما يشبع الطفل، سيفلق فمه ولن يشرب المزيد.

3

قد يشرب الرضيع عن طريق الرشف أو الشفط أو يلحق الحليب بلسانه كما هو موضح في الصورة على اليسار. الإطعام بالكوب يعطي الطفل الحرية لتحريك لسانه بطريقة تشبه المص اللإرادي وقت الرضاعة.

هل تعلمين أنّ معاودة الإرضاع بعد انقطاع ممكنة؟ تسمّى تلك العملية: إعادة الإرضاع.

إنّ الرضاعة تنقذ الحياة، خصوصاً في حالات الطوارئ.

تواصلي مع أخصائيات الرضاعة لمعرفة المزيد.



Adapted from The World Health Organization - Infant Feeding in Emergencies: A Guide for Mothers and UNICEF/WHO 20-hour Baby Friendly Hospital Initiative Course by Magdalena Woolery (PhD Health Studies, BSc Nursing, Dip HE Nursing) and Julie Fogarty (BFA, GradDipTchg), January 2020 (updated April 2020). Poster endorsed by the following: