

لهن تأثير قوي على قرار المرأة في الالتزام بالرضاعة الطبيعية ونجاح تجربتها في الرضاعة الطبيعية. إن الرعاية الجيدة من القابلة تساعد على تحسين حياة الأمهات والرضع وصحتهم ورفاهيتهم طوال فترات ما قبل الولادة وخلالها وما بعدها.

الرضاعة الطبيعية مهمة لأنها تعتبر طريقة منخفضة التكلفة لتوفير أفضل تغذية للطفل. وتحمي الطفل من الأمراض الشائعة على المدى القصير والبعيد. وتقلل من خطر الإصابة بالسرطان وأمراض أخرى لدى الأم. إن تكاليف عدم الرضاعة الطبيعية كبيرة على مستوى الأسر والدول. كما تُعتبر الرضاعة الطبيعية أيضاً قراراً مراعيًا للاعتبارات المناخية وعامل أساسي لتحقيق أهداف التنمية المستدامة.

توصي منظمة الصحة العالمية، وصندوق الأمم المتحدة للطفولة بما يلي:

- البدء المبكر بالرضاعة الطبيعية خلال الساعة الأولى من الولادة.
- الاقتصار على الرضاعة الطبيعية للأشهر الستة الأولى من الحياة.
- الاستمرار في الرضاعة الطبيعية حتى عمر سنتين مع إدخال الأطعمة (الصلبة) المكتملة الآمنة والكافية غذائياً عند عمر 6 أشهر.

تضع الحلقة الدافئة ثنائي الرضاعة الطبيعية (الأم والطفل) ضمن أولوياتها وتتبع مسار الجدول الزمني لأول 1000 يوم. وتسعى جاهدة لربط مختلف الجهات الفاعلة من خلال تنسيق الجهود على جميع المستويات لتوفير سلسلة متصلة من الرعاية. قد تكون كل جهة أو صلة في الحلقة الدافئة بالفعل جزءاً من مبادرة موجودة مثل المستشفى صديق الطفل أو برنامج صحة المجتمع. سيسنقيد ثنائي الرضاعة الطبيعية (الأم والطفل)، من خلال الرسائل المتسقة ونظم الإحالة المناسبة من جميع أعضاء الحلقة الدافئة، من الدعم المستمر والاستشارة المتخصصة بالرضاعة الطبيعية. بعد ذلك يتم تمكين جميع الأمهات لتجربة الرضاعة الطبيعية تجربة أكثر إرضاءً وفعالية. ستساعد الحلقة الدافئة في بناء بيئة مواتية للرضاعة الطبيعية وواقية من تأثير شركات الحليب الصناعي.



بصفتك قابلة، يمكنك دعم الرضاعة الطبيعية بعدة طرق

1. مناقشة الرضاعة الطبيعية مع الشباب في جلسات تعليم الصحة الإنجابية .
 2. توعية الأمهات والأسر قبل الولادة بفوائد وطريقة الرضاعة الطبيعية الحصرية والمستمرة، وحول ما يحدث في وقت الولادة وما بعدها فوراً .
 3. تمكين الأم من تحقيق تجربة ولادتها المثالية من خلال :
 - تشجيع وجود الشريك و/أو المرافق لدعم الأم في أثناء عملية الولادة .
 - تبني الوضع الذي ترغب به الأم أثناء المخاض والولادة .
 - تجنب الفصل والإجراءات الطبية الغير ضرورية .
 4. دعم "الساعة الذهبية":
 - الحرص على تطبيق تلامس الجلد للجلد بعد الولادة مباشرة .
 - السماح باستمرار تلامس الجلد للجلد دون انقطاع خلال الساعة الأولى أو حتى يرضع الطفل .
 5. تقديم المشورة المبنية على المعرفة للأمهات المرضعات في الأيام الأولى وخلال فترة ما بعد الولادة .
 6. تمكين الأمهات عن طريق وضع استراتيجيات تمكنهم من الجمع بين الرضاعة الطبيعية والعمل .
 7. العمل مع الآخرين لضمان استمرارية رعاية كل من الأم والطفل .
 8. رفض أي هدايا أو عينات أو رعاية أو عروض لتكيفية حليب الرضع أو زجاجات أو حلمات من الشركات .
 9. كيف يمكنك أيضاً حماية الرضاعة الطبيعية وتعزيزها ودعمها؟
-
-
-
-

World Alliance for Breastfeeding Action (WABA)



تم تطوير هذه البطاقة بالتعاون مع الاتحاد الدولي للقبالات .

www.waba.org.my/warm-chain/