

قائمة التدقيق لصحة الأم والطفل

إلى الأولياء الأعزاء،
سيرافكم هذا المسار في الخيارات المتعلقة بصحتكم وصحة أطفالكم. ندعوكم لملئه على أساس معرفتكم وحسب المعلومات التي تلقيتموها من طرف المتخصصين في APSS والذين هم تحت تصرفكم من أجل تعميق كل المواضيع المتعلقة بهذا المسار مع كل من النساء الحوامل والأمهات والآباء والعائلات والجالية.

الرضاعة والتغذية

التاريخ			التاريخ			التاريخ			الموضوع
لا	جزئياً	نعم	لا	جزئياً	نعم	لا	جزئياً	نعم	
									أهمية الرضاعة الطبيعية وعواقب عدم الرضاعة على الطفل * وعلى الأم
									أهمية الرضاعة الطبيعية الحصرية وعواقب تناول أطعمة أو سوائل أخرى دون وجود إرشادات طبية
									بدء الرضاعة الطبيعية عند الولادة، والرضاعة الطبيعية الحصرية لمدة 6 أشهر وإدخال الأطعمة التكميلية مع استمرار الرضاعة الطبيعية (توصيات منظمة الصحة العالمية OMS)
									فسيولوجيا الإرضاع من الثدي وكيفية البدء به وترسيخه بعد الولادة وكيفية تفادي الصعوبات الأكثر شيوعاً
									أهمية وتسيير التغذية التي تستجيب لإشارات الطفل
									وضعية مريحة وأمنة للرضاعة الطبيعية، عند الاتصال البصري مع الطفل
									أهمية وممارسة علامات التعلق والامتصاص الفعال مع التنقل الكافي للحليب
									علامات على تناول الحليب بطريقة مناسبة (زيادة في الوزن والبراز والبول)
									إقاعات أكثر شيوعاً خلال التغذية (8 مرات على الأقل في 24 ساعة)
									أهمية وتسيير التغذية الليلية
									أهمية وممارسة الضغط البدوي
									استخدام وتسيير مضخة الثدي (للأمهات المحتاجات إليها)
									كيفية تخزين حليب الأم
									تسيير الرضاعة الطبيعية في حالة الانفصال عن الطفل
									تسيير الرضاعة الطبيعية / تغذية الطفل خارج المنزل
									عواقب استخدام اللهايات، وقنينة الرضاعة، وواقبات الحلمة أثناء فترة معايرة الرضاعة الطبيعية
									إدارة الصعوبات الأكثر شيوعاً عند الرضاعة الطبيعية (الألم، الاحتقان، التهاب الثدي، إلخ)
									تسيير الأدوية في الرضاعة الطبيعية
									الإدخال الكافي للأغذية التكميلية مع استمرار الرضاعة الطبيعية
									معلومات ودعم مع احترام اتخاذ قرار مستنير بشأن تغذية الطفل (فقط للنساء / الآباء الذين يظهرون ميلاً لاستخدام الصيغة)
									أهمية اتباع نظام غذائي بديل مقبول وممكن وميسور التكلفة ومستدام وآمن (AFASS) وطرق تحضير وتخزين وإدارة بدائل حليب الأم (فقط للنساء / الآباء الذين سيستخدمون الصيغة)

رعاية ذات استجابة

الموضوع			التاريخ			التاريخ			التاريخ		
لا	جزئياً	نعم									

الصحة والأمان

الموضوع			التاريخ			التاريخ			التاريخ		
لا	جزئياً	نعم									

شبكة الدعم

الموضوع			التاريخ			التاريخ			التاريخ		
لا	جزئياً	نعم									

* يشار إليه دائماً للطفل والطفلة

التعليقات التوضيحية: