

مكملات الرضاعة الطبيعية

قد تحتاج بعض الأمهات إلى استخدام مكملات الرضاعة الطبيعية لطفلهما الذي يرضع من الثدي لأسباب طبية، في حين قد يختار البعض الآخر المكملات لأسباب شخصية.

ما هي مكملات الرضاعة الطبيعية؟

إعطاء طفلك حليب ثديك المعصور، أو اللبن البشري المتبرع به، أو الحليب الصناعي للأطفال بالإضافة إلى الرضاعة الطبيعية.

خيارات مكملات الرضاعة الطبيعية

مكملات الرضاعة الطبيعية بالترتيب وفقًا لما يجب عليك تجربته أولاً، إذا كان متاحًا:

الخيار الأول: حليب الأم، الطازج المعصور من الثدي يدويًا أو بالمضخة

الخيار الثاني: حليب الأم المجمد مسبقًا والمذوب قبل الاستخدام مباشرة

الخيار الثالث: حليب متبرعة مبستر من بنك حليب بشري معتمد

الخيار الرابع: حليب الأطفال الذي يتم شراؤه من المتجر والمُعتمد على حليب الأبقار (راجعني الإرضاع بالحليب الصناعي)

حليب الأم هو الأفضل

حليب الأم - الطازج أو المجمد (عندما لا يكون الطازج متاحًا) - هو أفضل طريقة لإرضاع طفلك.

فإذا كنت بحاجة إلى إعطاء طفلك شيئًا آخر غير حليبك

الخيار 1 - حليب متبرعة مبستر من بنك حليب بشري معتمد

نظرًا إلى أن بنوك الحليب المعتمدة لديها كمية صغيرة من الحليب، فعادة ما يتم إعطاؤه فقط بوصفة طبية للأطفال المبتسرين أو الأطفال المصابين بمرض شديد أو المعرضين لمخاطر عالية.

ما هو حليب الأم المتبرع به المبستر؟

هو حليب بشري متبرع به لبنك الحليب البشري المعتمد. يتم فحص المتبرعات بعناية للتأكد من صحتهم وسلامة حليبهم. يكون الحليب مبسترًا للقضاء على البكتيريا والفيروسات الضارة.

توخي الحذر

للمساعدة في ضمان نمو طفلك بشكل جيد والحفاظ على صحته، اتبعي دائمًا الإرشادات الموجودة على الملصق عند إعداد وتخزين الحليب الصناعي.

الخيار 2 - حليب الأطفال الصناعي الذي يتم شراؤه من المتجر

إذا لم تتمكني من الحصول على الحليب من بنك حليب بشري معتمد، فإن الخيار الأفضل التالي هو شراء حليب الأطفال المُعتمد على حليب الأبقار من المتجر. يمكن أن يوفر هذا لطفلك تغذية كاملة. يتوافر الحليب الصناعي في 3 أنواع: سائل جاهز للإرضاع، وسائل مركز، ومسحوق.

إذا كان عمر طفلك أقل من شهرين وولد في الأسبوع 37 أو قبل ذلك، أو إذا كان وزنه أقل من 2500 جرام عند الولادة، فاستخدمي الحليب الصناعي السائل - إما الجاهزة للإرضاع وإما المركز. الحليب الصناعي المجفف ليس معقمًا ويمكن أن يصيب طفلك بالمرض. يجب استخدام الحليب الصناعي المتخصص فقط إذا أوصى به مقدم الرعاية الصحية.

قبل استخدام مكملات الرضاعة الطبيعية

تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية قبل إعطاء طفلك أي شيء آخر غير حليب ثديك. سيساعدك هذا في الحصول على جميع المعلومات التي تحتاجينها لإرضاعه بأمان.

يمكن أن يؤدي استخدام مكملات الرضاعة الطبيعية سواء الحليب أو الحليب الصناعي عندما لا تكون هناك حاجة إليه إلى تقليل تدفق الحليب، ويسبب امتلاء الثدي (راجعني صعوبات الرضاعة الطبيعية) وتجعل الرضاعة الطبيعية أكثر صعوبة. كما من الممكن أن تؤثر على صحة طفلك.

لكن في بعض الأحيان يكون من الضروري طبيًا إعطاء مكملات الرضاعة الطبيعية لإنقاذ طفلك بالمزيد من الغذاء والطاقة. الشيء الأكثر أهمية هو أن يحصل طفلك على ما يكفي من الطعام وأنه يتغذى بأمان - سواء بحليب الثدي أو بالحليب الصناعي أو كليهما. تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية إذا كانت لديك مخاوف بشأن إعطاء طفلك حليبًا صناعيًا.

إذا استخدمت مكملات الرضاعة الطبيعية:

- أعطي طفلك أكبر قدر ممكن من حليب ثديك.
- احصلي على الدعم من مقدم الرعاية الصحية أو مستشار الرضاعة الطبيعية للحفاظ على تدفق حليب ثديك. قد يتيح لك ذلك بالعودة الكاملة للرضاعة الطبيعية في المستقبل.
- استخدم معلقة أو كوبًا صغيرًا دون غطاء، وليس زجاجة رضاعة. أو استخدم أداة إرضاع متخصصة إذا أوصى بذلك مقدم الرعاية الصحية.

الخلاصات الهامة



إذا كنت تفكرين في استخدام مكملات الرضاعة الطبيعية، فتأكدي من أن لديك كل المعلومات التي تحتاجينها لاتخاذ قرار مستنير. ناقشي الأمر مع مقدم الرعاية الصحية أو ممرضة الصحة العامة أو اتصلي بهيلث لينك برينتش كولومبيا (HealthLink BC) على الرقم 1-8-1 للحصول على النصيحة.

التبرع بحليبك الإضافي إلى بنك لبن الأم الإقليمي (BC Women's Provincial Bank)

إذا كان لديك لبن إضافي ترغبين في التبرع به، تحدثي مع طبيبك أو القابلة، فقومي بزيارة bcwomensmilkbank.ca أو اتصلي بالرقم 604-875-3743.

ماذا عن مشاركة الحليب بصورة غير رسمية مع الأمهات الأخريات؟

ما هي المشاركة غير الرسمية ("مشاركة الأقران") لحليب الأم؟

مشاركة حليب الأم غير الخاضع للفحص، وغير المبستر مع الأصدقاء أو أفراد الأسرة أو من خلال مجموعات مشاركة اللبن المحلية أو عبر الإنترنت.

الأمهات اللاتي يرغبن في إعطاء أطفالهن حليب الأم ولكنهن غير قادرات على إنتاج ما يكفي بأنفسهم يفكرون أحيانًا في المشاركة غير الرسمية لحليب الأم. ولكن قبل إعطاء طفلك الحليب من متبرعة غير رسمية، تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية حول المخاطر والفوائد.

توخي الحذر



لا توصي وزارة الصحة الكندية والجمعية الكندية لطب الأطفال وجمعية بنوك الحليب البشري في أمريكا الشمالية بمشاركة حليب الأم مع الأصدقاء أو العائلة أو مجموعات مشاركة الحليب. حيث إن الحليب المتشارك بشكل غير رسمي لا يتم فحصه أو تعقيمه للقضاء على البكتيريا والفيروسات الضارة.

ما هي المخاطر؟

نظرًا إلى أن الحليب المتشارك بشكل غير رسمي لا يخضع للفحص أو البسترة، فقد يتضمن المخاطر الآتية:

- يمكن أن ينقل فيروسات مثل فيروس نقص المناعة البشري والتهاب الكبد B وC إلى طفلك. قد لا تعرف المتبرعات أنهن مصابات ببعض الفيروسات والبكتيريا.
- إذا كانت المتبرعة تدخن أو تشرب الكحول أو إذا كانت تتعاطى أدوية بوصفة طبية أو أدوية بدون وصفة طبية، أو مكملات من الأعشاب أو مخدرات الشارع، فإنه يمكن أن تنتقل المواد الضارة إلى الحليب وتؤذي طفلك (راجع الكافيين، والتدخين، والكافيين والتدخين والكحول والمخدرات والرضاعة الطبيعية).
- إذا لم يتم جمع الحليب وتخزينه بأمان، فإنه يمكن أن تنمو البكتيريا وتصيب طفلك بالمرض.
- قد يتم خلط حليب المتبرعة غير الخاضع للفحص بالماء أو حليب الأبقار أو أي شيء آخر لا تعرفينه.

تخفيض المخاطر

- إذا كنت تفكرين في المشاركة غير الرسمية لحليب، فقللي من المخاطر عن طريق:
- عدم شراء الحليب عن طريق الإنترنت
- اعرفي كل ما يمكنك معرفته بشأن صحة المتبرعة وأسلوب حياتها
- لا تستخدمي إلا حليب أحد أفراد الأسرة أو الصديقات المقربات
- قللي من عدد المتبرعات اللاتي تستخدمين حليبهن
- وجود اتصال مستمر وجهًا لوجه مع المتبرعة
- اسألي مقدم الرعاية الصحية عن أنواع الفحوصات التي يجب أن تخضع لها المتبرعة، واطلبي من المتبرعة مشاركة نتائج الفحوصات مع مقدم الرعاية الصحية
- تأكدي من أنه يتم التعامل مع الحليب وتخزينه وإرساله إليك بأكثر قدر ممكن من الأمان
- تعلمي كيفية تخزين الحليب البشري وإعادة تسخينه بأمان (راجع [اعتصار حليب الثدي](#))

هل تعلمين



لم يتم إثبات أن المعالجة الحرارية في المنزل لحليب الأم ("التسخين السريع") يمكن أن تزيل البكتيريا والفيروسات الخطرة التي يمكن أن تصيب طفلك بالمرض.

لمزيد من المعلومات حول المشاركة غير الرسمية لحليب الأم، راجعي perinatalservicesbc.ca/Documents/Guidelines-Standards/HealthPromotion/InformalMilkSharing_FamilyInfo.pdf.