

Arabic

الرضاعة الطبيعية بأمان أثناء انتشار مرض كوفيد-19 الوبائي



STRENGTHENING REFUGEE AND MIGRANT CHILDREN'S HEALTH STATUS

IN SOUTHERN AND SOUTH-EASTERN EUROPE

unicef 
for every child



Co-funded by
the Health Programme
of the European Union



COMMISSARIAT
FOR REFUGEES AND MIGRATION
REPUBLIC OF SERBIA

الرضاعة الطبيعية بأمان أثناء انتشار مرض كوفيد-١٩ الوبائي

إذا كنت أمًا، أو تنتظرين مولودًا، فمن الطبيعي جدًا أن تكون لديك أسئلة عما هو أكثر أمانًا لرضيعك أثناء تفشي مرض كوفيد-١٩ الوبائي.

هل يجب أن أرضع الطفل طبيعيًا أثناء الوباء؟

بالطبع. يوفر لبن الأم الأجسام المضادة التي تمنح الأطفال الرضع في كل مكان تعزيزًا صحيًا، ويحميهم من عدة أمراض معدية. يمكن أن تحارب الأجسام المضادة وعناصر المنشطات الحيوية الموجودة في لبن الأم عدوى الإصابة بمرض كوفيد-١٩، إذا تعرض له الرضيع.

هل يمكن أن نتقلي مرض كوفيد-١٩ إلى طفلك الرضيع عن طريق الرضاعة الطبيعية؟

حتى الآن، لم يتم اكتشاف انتقال مرض كوفيد-١٩ النشط (الفيروس الذي يمكن أن يسبب العدوى) عن طريق لبن الأم والرضاعة الطبيعية، برغم استمرار الباحثين في اختبار لبن الأم.

هل يجب أن أرضع الطفل طبيعيًا إذا كنت مصابة بمرض كوفيد-١٩، أو أشك أنني مصابة به؟

نعم، استمري في الرضاعة الطبيعية، مع اتباع الإجراءات الوقائية اللازمة. تشمل هذه الإجراءات الوقائية ارتداء كمامة إذا كان ذلك متاحًا، وغسل يديك بالماء والصابون، أو فرك اليدين بسائل كحولي قبل ملامسة طفلك وبعدها، وتنظيف وتعقيم الأسطح التي لمستها. لا يحتاج صدرك إلى الغسل إلا إذا سعلت عليه. بخلاف ذلك، لا يجب غسل صدرك قبل كل رضاعة.

ماذا يجب أن أفعل إذا كنت مريضة للغاية لإرضاع الطفل طبيعيًا؟

إذا كنت تشعرين بالمرض للرضاعة، حاولي العثور على وسائل لتوفير لبن الأم لطفلك. حاولي ضخ اللبن من الثدي وإعطاءه لطفلك عبر كوب أو ملعقة نظيفة. إذا كنت تشعرين بعدم القدرة على إرضاع طفلك، فاطلبي مشاركة أحد أفراد العائلة لفعل ذلك. يُعتبر ضخ اللبن من الثدي مهمًا لمواصلة إنتاج اللبن؛ حتى يمكنك إرضاع طفلك طبيعيًا مرة أخرى عندما تشعرين بصحة جيدة بما يكفي لفعل ذلك. لا توجد فترات زمنية معينة للانتظار بعد بعد الإصابة المؤكدة بمرض كوفيد-١٩ أو المشتبه فيها.

هل يجب أن أرضع الطفل طبيعياً إذا كان الطفل مريضاً؟ ✓

وإصلي الرضاعة الطبيعية لطفلك.

سواءً التقط طفلك الصغير عدوى كوفيد-19 أو مرض آخر، فمن المهم مواصلة الرضاعة بلبن الأم. تعزز الرضاعة الطبيعية من جهاز طفلك المناعي، وتنتقل أجسامك المضادة إلى الرضيع عبر لبن الأم؛ مما يساعده على محاربة الأمراض المعدية.

ما الإجراءات الوقائية التي يجب اتخاذها أثناء الرضاعة الطبيعية؟ ✓

تأكد من اتباع إرشادات غسل الأيدي.

يجب أن تغسلي يديك بالماء والصابون قبل ملامسة طفلك وبعدها.

يمكنك أيضاً استخدام سائل كحولي لفرك يديك.

من المهم أيضاً تنظيف وتعقيم أي أسطح قد لمستها.

إذا تعرضت لأي مشكلات في الجهاز التنفسي، أو إصابة مؤكدة

بمرض كوفيد-19 أو مشتبه فيها؛ فارتدي كمامة.

يمثل محتوى هذه النشرة وجهات نظر المؤلف (المؤلفين) فقط، ويتحمل ويتحمل مسؤوليته؛ لا يمكن اعتباره عاكساً لوجهات نظر المفوضية الأوروبية و/ أو الوكالة التقنية للمستهلكين، أو الصحة، أو الزراعة والغذاء أو أي هيئة من الاتحاد الأوروبي. لا تتحمل المفوضية الأوروبية والوكالة أي مسؤولية عن استخدام النشرة الناتج عن المعلومات التي تحتويها.

الرضاعة الطبيعية
بأمان أثناء
انتشار مرض كوفيد-١٩
الوبائي