

تغذية الرضيع الذي لديه صعوبة التشبث بحلمة الثدي Feeding the Baby with a Difficult Latch (Arabic)

هذه خطة مصممة للرضع المولودين في الأسبوع 38 أو أكثر الذين يعانون من صعوبة تثبيت الفم على الثدي.
This plan is intended for infants born at 38 weeks gestation or greater who are having difficulty latching at the breast.

- مارسي التلامس الجسدي منذ الولادة قدر الإمكان، خاصة خلال الأيام الأولى.
Practice skin to skin contact from birth and as much as possible, especially during the first days.
- اطعمي طفلك عندما تكون علامات الجوع ظاهرة (الاستيقاظ من نوم عميق، لسان مندفع، لعق الشفاه، وضع اليدين على الفم).
Feed your infant when hunger cues are apparent (coming out of a deep sleep, thrusting tongue, licking lips, putting hands to the mouth).
- عادة ما يتغذى الرضيع جيداً خلال فتره النقاهة مباشرة بعد الولادة. بعد ذلك، يذهب العديد من الرضع في دورة نوم عميقة. بعض الرضع يستمرون بالشعور بالنعاس لمدة 24 ساعة أو أكثر. يعتبر هذا سلوك طبيعي لحديثي الولادة المتم فترة حمله للرضع الأصحاء.
Infants typically have a good feeding during the recovery period immediately after birth. After that, many infants go through a long sleep cycle. Some infants remain very sleepy for up to 24 hours or more. This is considered normal newborn behavior for the full term, healthy infant.
- إن لم يستيقظ طفلك بعد مرور ثلاث ساعات من بدء عملية الرضاعة السابقة، ايقظي طفلك عن طريق إزالة القماط أو تبديل الحفاض أو إزالة بعض الملابس إذا دعت الحاجة.
If your infant is not awake 3 hours from the start time of the previous feeding, wake your infant by un-swaddling them, changing the diaper, and removing some clothing if needed.
- أقضي حوالي 15 دقيقة بمحاولة تشبث الرضيع على الثدي. يجب على رضيعك أن يرضع بنشاط على الأقل مدة 10 - 15 دقيقة. أطلبي المساعدة من ممرضة طفلك إذا دعت الحاجة.
Spend about 15 minutes attempting to latch your infant at the breast. Your infant should be able to actively suckle for at least 10-15 minutes. Request assistance from your nurse if needed.
- إذا أصبت أنت أو رضيعك بالإحباط أو عدم القدرة على تحقيق التشبث على الثدي، توقف عن تلك المحاولة واستمري بالتلامس الجسدي قدر الإمكان.
If you or your infant become frustrated or are unable to achieve a latch at the breast, stop for that feeding and continue skin to skin contact as much as possible.

- حليب اللبأ الذي يتم عصر ظهوره يدويا من الثدي هو الحليب الأفضل لطفلك. إذا كان طفلك يعاني من مرحلة نعاس وغير قادر على التغذية بشكل فعال كل ثلاث ساعات، ننصحك بالعصر باليد كتقنية فعالة لظهور اللبأ لدعم غذاء طفلك.

Expressed colostrum is the preferred milk for your infant. If your infant is experiencing this sleepy phase and unable to effectively feed every 3 hours, we recommend **hand expression** as an effective technique for expressing colostrum to supplement your infant.

عندما تقدمي لطفلك أية من مكملات التغذية، استخدمي الإرشادات التالية لتحديد الكمية الموصى بها:

When offering your infant any supplemental feeding, use the following guidelines to determine the recommended volume:

أول 24 ساعة من العمر First 24 hours of life	25-48 ساعة من العمر 25-48 hours of life	49-72 ساعة من العمر 49-72 hours of life	73-96 ساعة من العمر 73-96 hours of life
2-10 ml. كل 2-3 ساعات Every 2-3 hours على الأقل 4-6 مرات At least 4-6 times per day	5-15 ml. كل 2-3 ساعات Every 2-3 hours على الأقل 8 مرات في اليوم At least 8 times per day	15-30 ml. كل 2-3 ساعات Every 2-3 hours 8 مرات على الأقل يوميا At least 8 times a day	30-60 ml. كل 2-3 ساعات Every 2-3 hours 8 مرات على الأقل يوميا زيدي بحسب الحاجة Increase as needed

- ما لم تتم الإشارة إلى ذلك طبيا، فلا حاجة لتقديم المكملات الغذائية الإضافية للرضع على الأقل خلال 24 ساعة الأولى من ولادته.

Unless medically indicated, there is no need to offer your infant additional formula supplements for at least the first 24 hours.

- يجب أن تُقدم المكملات الغذائية عند الثدي أثناء الملامسة الجسدية عند الإمكان للمحافظة على اهتمام طفلك بالثدي. ستساعدك ممرضتك أو مستشارة الرضاعة في اختيار طريقة الرضاعة المكملّة الأفضل لطفلك.

Supplements should be offered skin to skin at the breast whenever possible to maintain your infant's interest in the breast. Your nurse or Lactation Consultant will help you decide which supplemental method is best for your infant.

- إن لم تستطعي إظهار الكمية المرغوبة من اللبأ المطلوب للتكملة الغذائية ، عندها ننصح بحليب الأطفال المركب (الرضاعة غير الطبيعية) بعد مرور 24 ساعة الأولى ، إلا إذا أوصى الطبيب بالقيام بذلك عاجلاً.

If you are not able to express the desired amount of colostrum needed for supplementation, then infant formula is recommended **after the first 24 hours**, unless medically indicated sooner.

- إلى أن يصبح طفلك أكثر يقظة ويتغذى أكثر بانتظام ، نحن كذلك ننصح الشفط بمضخة المكبس الكهربائية للحصول على إمدادات وفيرة من الحليب. **قومي بالشفط بعد كل عملية إرضاع لمدة 15-20 دقيقة.**

Until your infant is more wakeful and feeding more regularly, we also recommend pumping with an electric piston style breast pump to establish a plentiful milk supply. **Pump after every feeding session for 15-20 minutes.**

- كرري هذه الخطة كل ثلاث ساعات أو عاجلاً في حال أبدى رضيعك إشارات الجوع. استمري بمتابعة الخطة إلى أن يتمكن رضيعك من التمسك بالثدي وإثبات المقدرة على الثبات والامتصاص بشكل نشط والبلع لمدة 10-15 دقيقة على الأقل.

Repeat this plan every 3 hours or sooner if your infant shows hunger cues.

Continue following this plan until your infant is able to maintain a latch, and demonstrate the ability to actively suck and swallow for at least 10-15 minutes.

- احتفظي بسجل عن عدد مرات رضاعة الطفل ، المكملات الغذائية ، التبرز والبول كل يوم.
- Keep track of your infant's feeding, supplements, stools and urine each day.
- تأكدي أن يتم فحص وزن طفلك خلال يوم أو يومين بعد ذهابك إلى المنزل وعند الحاجة بعد ذلك إلى أن تكوني أنت وطبيب طفلك واثقين من مقدرة طفلك / طفلتك على الرضاعة من الثدي.

Have your infant's weight checked within 1-2 days of going home and as needed thereafter until both you and your infant's physician are confident about the infant's ability to breastfeed successfully.

إخلاء المسؤولية: تحتوي هذه الوثيقة على معلومات و/ أو مواد تعليمية قام بتطويرها النظام الصحي لجامعة ميشيغان (UMHS) للمرضى المصابين بمثل حالتك تماماً. وقد تحتوي على روابط لمحتوى موجود على الإنترنت لم يتم النظام الصحي لجامعة ميشيغان بإنشائها ولا يتحمل مسؤوليتها. وهي لا تحل محل الاستشارة الطبية التي تحصل عليها من مقدم رعايتك الصحية لأن تجربتك قد تختلف عن تلك الخاصة بالمريض القياسي. تحدث مع مقدم رعايتك الصحية إذا كانت لديك أي أسئلة حول هذه الوثيقة أو حالتك أو خطتك العلاجية.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by the University of Michigan Health System (UMHS) for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by UMHS and for which UMHS does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

المؤلف: UMHS Lactation Program

المترجمون: UMHS Interpreter Services

برامج توعية المرضى التي يقدمها النظام الصحي بجامعة ميشيغان مُرخصة بموجب سياسة عزو التشارك الإبداعي - غير التجارية / المشاركة بالمثل 3.0 للوثائق الحرة

Patient Education by [University of Michigan Health System](http://www.umich.edu) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 Unported License](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/). Last Revised: 05/2017 تمت آخر مراجعة في 05/2017