

## حليب الأطفال: ما عليك معرفته

تنصح منظمة الصحة العالمية، ووزارة الصحة الكندية، وجمعية أخصائيي التغذية في كندا، وجمعية أطباء الأطفال الكندية بإرضاع الأطفال الرضّع طبيعيًا لأول 6 أشهر، مع الاستمرار في الرضاعة الطبيعية حتى عامين وأكثر إلى جانب الأطعمة الصلبة. قد تستخدم العائلات حليب الأطفال لأسباب متعدّدة. إذا كنت تُفكرين في إعطاء حليب الأطفال إلى رضيعك، تحدّثي إلى مقدّم الرعاية الصحية الخاص بك أو ممرض/ ممرضة وحدة الصحة العامة. إليك بعض النصائح التي عليك مراعاتها.

### المخاطر المحتملة التي تُصاحب تغذية الرضّع

عندما لا يرضع الأطفال طبيعيًا، قد يمرضون بسبب:	عندما لا تُرضع الأمّهات أطفالهن طبيعيًا، يصبحن أكثر عرضةً لما يلي:	عندما لا يرضع الأطفال طبيعيًا، يصبحون أكثر عرضةً لما يلي:
<ul style="list-style-type: none"><li>المياه الملوّثة</li><li>أخطاء تصنيع حليب الأطفال</li><li>أغلاط تحضير حليب الأطفال</li><li>التخزين غير الصحيح لحليب الأطفال</li><li>استخدام منتجات أخرى غير حليب الأطفال (مثل الحليب المُكثّف).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>النزف غير العادي بعد الولادة</li><li>السكري من النوع الثاني</li><li>سرطان الثدي والمبيض.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>التهابات الأذن</li><li>التهابات الجهاز التنفّسي والرئتين</li><li>الإسهال المُعدي</li><li>متلازمة موت الرضّع الفجائي (SIDS).</li><li>زيادة الوزن والسمنة</li><li>السكري من النوع الثاني.</li></ul>

إذا كنت تعطين طفلك حليب الأطفال، ففكري فيما يلي:

- كيف تشعرين حيال إعطاء طفلك حليب الأطفال بعد أن عرفت مخاطره الآن؟
  - هل يُمكنك تحضير حليب الأطفال وإعطاؤه لطفلك بشكل آمن؟
  - دهل تركين تكاليف حليب الأطفال؟
  - هل تعلمين أن حليب الأطفال مطلوب من 9 إلى 12 شهرًا؟
- إذا كنتِ ترغبين في الحصول على مزيد من المعلومات حول تغذية الرضّع، اتّصلي بوحدة الصحة العامة أو مقدّم الرعاية الصحية الخاص بك. هناك أوراق نصائح إضافية وفيديو لمساعدتك في حال كنتِ تفكرين في استخدام حليب الأطفال أو إذا كنتِ تستخدمينه بالفعل.

## فيديو: حليب الأطفال: ما عليك معرفته

### أوراق النصائح

- ورقة نصائح رقم 1 – اتخاذ قرار مدروس
- ورقة نصائح رقم 2 – الاستعداد لتجهيز حليب الأطفال
- ورقة نصائح رقم 3 – كيفية تحضير رضعات حليب الأطفال السائل الجاهزة للاستخدام من أجل أطفال أصحاء
- ورقة نصائح رقم 4 – كيفية تحضير رضعات حليب الأطفال السائل المُكثّف من أجل أطفال أصحاء
- ورقة نصائح رقم 5 – كيفية تحضير رضعات مسحوق حليب الأطفال من أجل أطفال أصحاء
- ورقة نصائح رقم 6 – كيفية إرضاع طفلك باستخدام قنينة/زجاجة الحليب وكيفية نقل حليب الأطفال

للحصول على معلومات حول كيفية وأوقات إرضاع طفلك انظري:  
• حليب الأطفال: ما عليك معرفته

