SSWAHS

ماوؤں کے لیئے معلومات
اوپر کا دودھ پلانے کے بارے میں

Mother's Information Sheet
For Complementary Feeding

نیشنل ہیلتھ اینڈ میڈیکل ریسرچ کونسل آف آسٹریلیا اور این ایس ڈبلیو بریسٹ فیڈنگ پالیسی کا کہنا ہے کہ کل مدتی ماں کا دودھ پینے والے بچوں کو کسی بھی قسم کے معمول کے مطابق دیئے جانے والے دوسرے دودھ سے حسب ذیل وجوہات کی بنا پر مستثنی کرنا چاہیئے :

- آپ کا اپنا دودھ جو آپکے بچے کا کسی بھی روگ (انفیکشن) سے بچاؤ کرتا ہے ، فارمولا دودھ اس میں مخل ہوتا ہے ۔

- آپ کا دودھ جتنا استعمال ہوگا ، اتنا بنے گا بھی ۔ اگر آپ کسی وقت اپنا دودھ نہ پلا سکیں یا اس کی جگہ بوتل دیں تو آپ کا دودھ کم بنے گا ۔

- اگر آپکی چھاتیوں سے دودھ نہیں نکلے گا تو یہ تکلیف دہ ہوجایئں گی اور دودھ بنانا بند کردیں گی ۔

- اس سے آپ کا بچّہ فارمولا دودھ کے پروٹین سے الرجک ہوجائے گا ۔

- بچّے کی طلب پر دودھ پلانے سے شروع میں ہونے والے یرقان کے مواقع کم ہوجاتے ہیں ۔

- تحقیقات سے معلوم ہوا ہے کہ بچّوں کو اسپتالوں میں زائد یا فالتو دودھ کا دینا اسپتال سے ڈسچارج ہونے کے بعد ماں کا اپنا دودھ پلانے کے امکانات کو کم کردیتا ہے ۔

آپ کو پرزور مشورہ دیا جاتا ہے کہ :

- آپ باقاعدگی سے اپنا دودھ دبا کر نکالا کریں برابر بچّے کو ملتا رہے اور خون کا جماؤ نہ ہو ۔

- اپنے نکالے ہوئے دودھ کوجب ضرورت ہو استعمال کریں تاکہ گائے کے دودھ کے پروٹین سے الرجی کے امکانات کو کم کیا جاسکے ۔

(Adapted from NH&MRC Infant Feeding Guidelines for Health Workers, 2003, p443 & John Hunter Hospital Consent for Complementary/Supplementary Feeding)