

HOW TO PROTECT YOUR FORMULA-FED BABY FROM ILLNESS AND MALNUTRITION

كيف يمكنك حماية طفلك المغذى علي حليب الأطفال الاصطناعي من الامراض وسوء التغذية

It is safer and healthier for your baby to be breastfed.

انه من الاكثر امانا وصحة لطفلك ان يرضع من صدرك.

Formula feeding your baby is dangerous in the current situation. If you are both breastfeeding and using infant formula or other milks, it is safer to only breastfeed. Breastfeed before feeding formula in order to stimulate breastmilk production. You can gradually replace each formula feed with a breastfeed. The more the baby suckles, the more milk will be produced. This may take a few days.

تعتبر الرضاعة الاصطناعية خطيرة في مثل هذه ظروف. إذا كنت تقومين بالرضاعة الطبيعية واستخدام حليب الأطفال الاصطناعي، أو أي من أنواع الحليب الأخرى، فالاعتماد على الرضاعة الطبيعية فقط يكون الأكثر امانا على الإطلاق. احرصى على القيام بالرضاعة الطبيعية قبل الرضاعة الاصطناعية من أجل تحفيز انتاج حليب صدرك. يمكنك استبدال كل عملية رضاعة اصطناعية بالرضاعة الطبيعية تدريجيا. علما بأنه كلما زادت رضعات الطفل كلما زاد انتاج الحليب، وقد يستغرق بضعة أيام.

If your baby is under 6 months, infant formula is the only suitable milk to use. If your baby is over 6 months, you do not need to use infant formula but can use other milk sources instead.

إذا كان عمر طفلك اقل من ستة اشهر، فحليب الأطفال الاصطناعي هو الحل الوحيد لتوفير الحليب. وإذا كان عمر طفلك أكثر من ستة اشهر، فلا داع لاستخدام حليب الأطفال الاصطناعي، بل يمكنك استخدام مصادر الحليب الأخرى.

Powdered Infant Formula is very difficult to safely and hygienically prepare in this situation. We have provided you with Ready-to-Use Formula which is

safer to use. It already has pure water added: it is not necessary to add water.

من الصعب إعداد حليب الأطفال المجفف بطريقة صحية ونظيفة في مثل هذه الظروف.. **وعليه** قدمن لك حليب أطفال أكثر أمانا **ومعد للاستخدام الفوري.** الماء النقي مضاف اليه مسبقا، لذا لا حاجة لأضافة الماء اليه.

Do not keep the left-over formula milk. Left-over milk can make your baby very sick and can be life-threatening. Discard the milk container after each feed.

لا تبقي علي الحليب المتبقي في قنينة الرضاعة. فالحليب المتبقي في قنينة الرضاعة يمكن ان يصيب طفلك بالمرض الشديد. ارمي قنينة الرضاعة بعد كل رضعة.

Bottles are more difficult to clean than cups. A baby can cup feed. Cleaning of feeding utensils (cups, spoons) is essential to prevent sickness. Disposable plastic or paper cups are one option to remove the need for cleaning. **We have provided you with these cups to feed your baby.**

تنظيف قناني الرضاعة الاصطناعية أكثر صعوبة من من تنظيف الأكواب. علما بأن الطفل يمكنه ان يرضع عن طريق الكوب. تنظيف اواني التغذية (الأكواب والملاعق) ضروري لمنع المرض. يمكنك التخلص من عملية التنظيف باستخدام الأكواب البلاستيكية او الورقية المعدة للاستخدام لمرة واحدة. **لقد قمنا بتوفير هذه الأكواب لتغذية طفلك.**

If you wish to continue to bottle feed, hygiene is essential to reduce the risk of infection. If not cleaned properly, they can cause illness, malnutrition and death.

إذا كنت ترغبين في الاستمرار في استخدام قنينة الرضاعة الاصطناعية فأن النظافة ضرورية للحد من خطر العدوى. إذا لم تقومي بتنظيفها بشكل صحيح، فيمكن أن تتسبب في المرض وسوء التغذية والموت.

كيف يمكنك ارضاع طفلك عن طرق الكوب كل الاطفال يمكنهم الرضاعة بالكوب!



- تأكدي من ان طفلك مستقيظا تماما.
- احملني الطفل قريبا اليك وبصورة مستقيمة.
- امسكي الاكتاف والرقبة.
- احملني الكوب الى فم الرضيع بصورة يمكن للحليب من ان يصل الى شفتيه.
- لا تسكبي الحليب في فم الرضيع؛ ابق الكوب قريبا بما يكفي حتى يتمكن الرضيع من ان يرشف الحليب بنفسه.
- لا تستعجلي – استمري بتقريب الحليب الى فم الطفل بينما يقوم هو / هي بمصه او يأخذ رشفات بلسانه.
- ابق الكوب بوضعية مائلة.
- لا تبعدي الكوب عن الطفل حين ي توقف بل حتي يبعد نفسه عنه تماما.
- اسمحي له بالبدء من جديد عندما يكون جاهزا.
- اتبعي اشارات وسرعة طفلك.
- استخدمني كوبا نظيفا دائما.

العمر بالاشهر	الوزن (كغم)*	عدد الرضعات باليوم (24 ساعة)	ملغ من الحليب في اليوم
1	3	8	450
2	4	7	600
3	5	6	750
4	5	6	750
5	6	6	900
6	6	6	900

HOW TO CUP FEED YOUR BABY

All babies can cup feed!



- Make sure the baby is fully awake
- Hold the baby closely in an upright position
- Support the shoulders and neck
- Hold the cup to the infant's mouth such that the milk just reaches the infant's lips.
- Do **NOT** pour the milk into the baby's mouth; tip the cup just enough so that he can lap the milk himself.
- Do not rush – continue to hold the milk to the baby's lips while the baby sucks or sips or takes it with his/her tongue.
- Keep the cup in this tilted position.
- DO NOT take the cup away when the baby pauses, unless he pulls away.
- Allow him to start again when he is ready.
- Follow your baby's signals and speed.
- Always use a clean cup!

Age in months	Weight (Kgs)*	No. of feeds per day (24 hours)	Ml of formula per day
1	3	8	450
2	4	7	600
3	5	6	750
4	5	6	750
5	6	6	900
6	6	6	900

چگونه باید نوزاد فرمول تغذیه شده را از بیماری و سوء تغذیه محافظت کند

امن تر و سالم تر است که نوزاد شما از شیر مادر تغذیه شود.

تغذیه نوزادان با فرمول در وضعیت فعلی خطرناک است. گر شما با شیر مادر از فرمول شیر یا شیر دیگر استفاده می کنید، امن تر است که فقط شیر مادر بدهید. قبل از تغذیه نوزادان با فرمول، او را شیر مادر بدهید به منظور تحریک تولید شیر مادر. شما می توانید به تدریج هر شیر خشک را با شیر خودتان جایگزین کنید. هر چه بیشتر نوزاد شیر مادر می خورد، بیشتر شیر تولید می شود. ممکن است که فرایند تحریک تولید شیر مادر چند روز طول بکشد.

اگر سن کودک شما زیر 6 ماه باشد، فرمول نوزاده تنها شیری هست که مناسب برای استفاده می باشد. اگر کودک شما بیش از 6 ماه دارد، نیاز به استفاده از فرمول نوزاده نیست اما می توانید از منابع شیر دیگر استفاده کنید.

بسیار دشوار است که شیر خشک بدون خطر و با رعایت از بهداشتی در این وضعیت آماده شود. ما برای شما فرمول آماده برای استفاده را تهیه کردیم که امن تر برای استفاده هست. آن در حال حاضر دارای آب خالص اضافه شده هست؛ لازم نیست که در آن آب اضافه کنید.

فرمول باقی مانده را حفظ نکنید. شیر باقی مانده می تواند نوزاد شما را بسیار بیمار کند و می تواند تهدید کننده برای زندگیش باشد. بعد از هر تغذیه بسته ی شیر بیاندازید.

شیشه برای تمیز کردن سخت تر از فنجان است. خوراندن کودک با فنجان ممکن است. تمیز کردن ظروف تغذیه (فنجان، قاشق) ضروری برای جلوگیری از بیماریها است. فنجان پلاستیکی یا کاغذی یکبار مصرف یکی از گزینه ها برای حذف نیاز به تمیز کردن است. ما برای شما این نوع فنجان را تهیه کردیم تا بتوانید نوزادان بخورانید.

اگر مایل به ادامه خوراندن از وسط شیشه باشید، به منظور کاهش خطر رعایت از بهداشت ضروری است. اگر فنجان خوب تمیز نشود، می تواند بیماری، باعث بیماری سوء تغذیه و مرگ شود.

چگونه می توانید کودکتان با فنجان بخورانید

هر نوزاد می شود با فنجان تغذیه کرد!

- اطمینان حاصل کنید که نوزادتان به طور کامل بیدار است.
- از نزدیک در حالت نشسته نوزادتان بگیرید.
- از شانه و گردنش حمایت کنید.
- فنجان را به دهان نوزاد به طوری که شیر فقط لبش می رسد نگه دارید.
- شیر به دهان نوزاد نریزید. فنجان را نزدیک کنید به اندازه کافی به طوری که او می تواند خودش شیر را لیس بزند.
- عجله نکنید - ادامه به برگزاری شیر به لب نوزاد در حالی که او بمکد یا جرعه کند یا با زبان خود شیر گیرد.
- در این موقعیت کج فنجان را نگه دارید.
- وقتی که نوزاد توقف می کند از او فنجان نگیرید مگر اینکه خودش آن را دور می کشد.
- نوزادان اجازه بدهید تا دوباره شروع کند زمانی که خودش آماده است.
- سیگنال و سرعت نوزاد خود را دنبال کنید.
- همیشه از فنجان تمیز استفاده کنید!

سن در ماه	وزن در کیلو	تعداد از خوراک در روز	میلیگرام از فرمول در روز
450	8	3	1
600	7	4	2
750	6	5	3
750	6	5	4
900	6	6	5
900	6	6	6