

A család, barátok hozzájárulhatnak a szoptatás sikeréhez



Így tud Ön is segíteni:

Tájékozódjon

- Szerezzen be minél több információt a szoptatásról.*
- Beszélgessen barátaival, rokonaival, más szoptató családokkal és egészségügyi szakemberekkel.

Bátorítsa az új szülőket

- Az új szülők esetleg aggódnak amiatt, hogy lesz-e elegendő tejük* a kisbaba számára.
- A legtöbb szoptató anyukának a kelleténél több teje is van.
- Mondja el a szülőknek, hogy mellettük áll és tud segíteni.

Biztosítson a szülőknek elegendő teret és időt

- Ne telefonáljon állandóan, és látogatásait fogja rövide.



*Breastfeeding/breast milk are also known as chestfeeding/chest milk respectively.

Segítsen a mindennapos teendők elvégzésében

- Ajánlja fel segítségét olyan mindennapos teendők elvégzésében, mint például a mosogatás, mosás, takarítás és a többi gyerek ellátása.

Segítsen a baba körül

- A babák sokféle okból sírnak – nem csak akkor, ha éhesek. Tanulja meg a baba megnyugtatójának különféle módjait, mint például a baba tartása úgy, hogy bőre bőrrel érintkezzen, séta a babával a karjában, ének és tánc.
- A fürdetés és a pelenkázás további alkalmakat jelentenek a baba megismerésére.

Legyenek reális elvárásai

- Egy kisbaba örökre megváltoztatja a szülők életét. Teljesen normális, ha a változásokra vegyes érzelmekkel reagálnak.
- Kérdezze meg a szülőket, hogy mivel tudna segíteni nekik. Fontos az Ön támogatása is.

Kérjen segítséget

- Ha a szülők úgy érzik, hogy a szoptatás nem úgy megy, ahogy kellene, kérjen segítséget! A Toronto Public Health munkatársai minden családnak segítséget nyújtanak a szoptatás terén, és segítenek kapcsolatba lépni további támogató szervezetekkel.

A Toronto Public Health irányelveivel és gyakorlatával támogatja a szoptatást, és a nemzetközi WHO/ UNICEF hivatalosan „baba-barátnak” nyilvánított bennünket.



PH1602S8635