

“Yêu mến em bé” là sao?

Bắt đầu khởi động trên toàn thế giới từ năm 1992, chương trình Bệnh viện yêu mến em bé là một chương trình chung giữa các tổ chức WHO và UNICEF. Mục tiêu của chiến dịch là chính thức công nhận những bệnh viện và trung tâm hộ sinh cam kết cung cấp môi trường xuất sắc cho các bà mẹ nuôi con bằng sữa mẹ qua việc đáp ứng mọi tiêu chuẩn đề ra trong tài liệu *Mười bước để thành công trong việc nuôi con bằng sữa mẹ*.

Sứ mạng của chúng tôi

Nhiệm vụ của chúng tôi tại Trung tâm y khoa San Gabriel Valley Medical Center là giúp cho những phụ nữ đang có thai biết lợi ích của việc nuôi con bằng sữa mẹ nhằm giúp họ quyết định một cách sáng suốt cách nuôi em bé sơ sinh và cung cấp cho họ những hỗ trợ cần thiết để thực hiện và tiếp tục sự lựa chọn đó.

Nhân viên của chúng tôi, đầy kinh nghiệm và tự tin trong nghề nghiệp, có thể thiết lập, giúp đỡ và bảo vệ sự gắn bó từ ban đầu giữa người mẹ và em bé sơ sinh cho tất cả các bà mẹ, đồng thời, họ luôn tôn trọng đức tin và sự chọn lựa của người mẹ trong việc nuôi con (cho con bú).

Tất cả các bà mẹ và em bé sơ sinh sẽ được ôm ấp cận kề ngay tức khắc sau khi sinh và sẽ được ở cùng phòng trong bệnh viện trừ khi không thích hợp về mặt y tế.

Những mẫu tin thú vị

- Sữa mẹ có khoảng 400 nguyên liệu chất bổ được biết qua phân tích, còn sữa nhân tạo pha sẵn có khoảng 40.
- Chi phí sữa bột nuôi em bé trong năm đầu tiên là khoảng \$3,000.
- Khi em bé sơ sinh hoàn toàn bú sữa mẹ trong 6 tháng đầu đời, nguy cơ em bị béo phì lúc còn nhỏ giảm 24%.
- Em bé sơ sinh khi được bồng, ôm ấp, cận kề với mẹ ngay sau khi ra đời thường thì nhiệt độ cơ thể, nhịp tim và lượng đường trong máu ổn định hơn.
- Tìm hiểu thêm tại: www.breastfeedingtraining.org

Hướng dẫn cho người mẹ trong việc NUÔI CON BẰNG SỮA MẸ

do San Gabriel Valley Medical Center thực hiện



Chiến dịch Bệnh viện yêu mến em bé

*Trung tâm sản khoa
Women's Pavilion*

*tại Trung tâm y khoa
San Gabriel Valley Medical Center*

*Viện Hàn lâm Nhi khoa Hoa
Kỳ (American Academy of
Pediatrics, AAP)*

*đề nghị chỉ cho em bé bú sữa
mẹ trong sáu tháng đầu đời.*



Women's Pavilion
at San Gabriel Valley Medical Center

Mục tiêu của chúng tôi là bảo đảm cho tất cả các bà mẹ được mọi cơ hội để thành công đồng thời tôn trọng và trợ giúp họ trong quyết định chọn phương pháp nuôi con (cho con bú).

Mười bước để thành công trong việc nuôi con bằng sữa mẹ dành cho các bà mẹ

1. Vì sao sữa mẹ tốt nhất? Tìm hiểu vì sao cho con bú chỉ bằng sữa mẹ là điều tốt nhất cho em bé và quý vị vì sao sữa bột có thể gây ra vấn đề. Dùng nguồn thông tin từ chương trình WIC, học hỏi từ những bà mẹ khác, từ các nguồn thông tin khác như sách báo và phim video. Ghi danh học các lớp nuôi con bằng sữa mẹ!

2. Cho tất cả mọi người biết Cho bác sĩ sản phụ khoa, gia đình, bạn bè và hãng sở của quý vị biết là quý vị đang dự định chỉ cho con bú sữa mẹ và quý vị cần họ hỗ trợ quý vị hoàn toàn. Cho bác sĩ và y tá tại Phòng chuyên dạ và sinh con cũng như y tá tại phòng nuôi em bé và y tá chăm sóc sau khi sinh là quý vị muốn chỉ cho em bé bú sữa mẹ.

3. Bồng và ôm ấp em bé sơ sinh ngay sau khi sinh. Em bé sẽ tỉnh táo hơn và muốn được bú vú mẹ. Cho bác sĩ và y tá biết là quý vị muốn được bồng và ôm ấp con cho dù quý vị có muốn cho con bú sữa mẹ hay không.

4. Em bé ở chung phòng với người mẹ. Việc này cho phép quý vị lúc nào cũng sẵn sàng khi thấy em bé có vẻ muốn bú và cho em bé bú ngay khi em bé đòi bú. Đừng chờ đến khi em bé khóc.

5. Cho bú thường xuyên, không cho bú sữa pha sẵn. Không cho em bé bú sữa pha sẵn chỉ vì có sẵn sữa pha sẵn. SGVMC sẽ không cấp sữa pha

sẵn cho các bà mẹ hoàn toàn chỉ cho con bú sữa mẹ, trừ khi vì lý do y tế. Nếu em bé được bú sữa pha sẵn, em bé sẽ no lâu và không chịu bú sữa mẹ thường xuyên.

6. Nghỉ xa. Nếu quý vị dự định đi làm trở lại, quý vị hãy bắt đầu bằng cách chỉ cho con bú sữa mẹ để giúp cho cơ thể của quý vị làm ra đủ sữa cần cho em bé. Hãy tập cho em bé bú bình sau này.

7. Nhờ mọi người giúp đỡ. Hỏi y tá xem bệnh viện có chuyên viên giúp đỡ về nuôi con bằng sữa mẹ không.

8. Đừng nản chí lúc khó khăn. Phần lớn những khó khăn gặp phải khi cho con bú đều dễ giải quyết. Nhờ bạn bè hay người thân trong gia đình từng cho con bú sữa mẹ hay chuyên viên cố vấn trong chương trình WIC giúp đỡ quý vị. Danh sách các nguồn hỗ trợ nuôi con bằng sữa mẹ trình bày nhiều nguồn trợ giúp trong khu vực của quý vị và quý vị lúc nào cũng có thể liên lạc với Cố vấn về nuôi con bằng sữa mẹ của chúng tôi qua số (626) 457-3281.

9. Lập kế hoạch lâu dài. Tập cho con bú sữa mẹ một cách thoải mái khi đi ra ngoài; dự tính cách thức bơm sữa khi quý vị đi học hay đi làm trở lại.

10. Làm quen với những bà mẹ nuôi con bằng sữa mẹ khác: làm quen với bạn mới; tham gia nhóm các bà mẹ thuộc tổ chức La Leche League. Và quan trọng hơn cả, hãy vui vẻ, thích thú làm quen với chính em bé của mình!

Các nguồn hỗ trợ nuôi con bằng sữa mẹ:

- Gọi cho Cố vấn về nuôi con bằng sữa mẹ của chúng tôi qua số (626) 457-3281
- Thuê máy bơm sữa tại Cửa hàng quà tặng của bệnh viện
- Tổ chức Breastfeed LA: info@breastfeedla.org
- Tổ chức La Leche League: (800)-LALACHE hoặc www.llli.org
- Nếu quý vị có thắc mắc hoặc vấn đề gì, xin liên lạc Phòng hậu sản thuộc Trung tâm sản khoa Women's Pavilion theo số (626) 457-3242.

Hướng dẫn và hỗ trợ việc nuôi con bằng sữa mẹ

- Y tá sẽ chỉ cho quý vị cách bồng con và giúp cho em bé ngậm bám vào vú đúng cách.
- Ban y tá và y tế sẽ giúp cho quý vị khi quý vị cho con bú theo dấu hiệu em bé đòi bú, khoảng 8 đến 12 lần trong 24 giờ theo tiêu chuẩn hướng dẫn của Viện Hàn lâm Nhi khoa Hoa Kỳ (American Academy of Pediatrics, AAP). Thời gian em bé bú trong mỗi cữ bú không giới hạn.
- Em bé sẽ không được cho bú thêm sữa pha sẵn, nước đường, v.v., hay cho ngậm núm vú giả trừ khi cần thiết vì lý do y tế.
- Theo AAP, quý vị được khuyến khích chỉ hoàn toàn cho con bú sữa mẹ trong lúc còn ở bệnh viện và tiếp tục chỉ hoàn toàn cho con bú sữa mẹ đến ít nhất là sáu tháng đầu.