

“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 để 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 lựa chọn 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.BreastfeedLA.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

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.



San Gabriel Valley Medical Center

AHMC Healthcare

Main Phone: (626) 289-5454

438 W. Las Tunas Drive • San Gabriel, CA 91776

sgvmc.com

Trung tâm sản khoa

Women's Pavilion

tại Trung tâm y khoa

San Gabriel Valley Medical Center

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 hăng 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 chuyển 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. Ở cùng phòng với bé

Làm như thế sẽ cho phép quý vị đáp ứng khi bé có tín hiệu muốn ăn và cho bé bú ngay khi bé đói. Đừng đợi đến khi bé khóc.

5. Nhu cầu ăn, bé đòi ăn.

SGVMC khuyến khích chỉ cho bé ăn bằng sữa mẹ. Chỉ cung cấp sữa bột khi có chỉ định về y tế hoặc khi mẹ yêu cầu. Nếu quý vị cho con bú sữa bột, bé sẽ no không bú sữa mẹ và vì vậy sẽ giảm lượng sữa mà cơ thể của mẹ có thể sản sinh ra.

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 thất vọng

nếu quý vị gặp khó khăn. Hầu hết các vấn đề về sữa mẹ đều có thể dễ dàng giải quyết được. Yêu cầu nhân viên bệnh viện, hay một người bạn hoặc người thân đã có kinh nghiệm cho con bú, hoặc một tư vấn của WIC giúp đỡ. Danh Mục Tài Nguyên Nuôi Con Bằng Sữa Mẹ (Breastfeeding Resource Directory) có sẵn trợ giúp cho con bú sữa trong khu vực và quý vị luôn có thể liên lạc với Women's Pavilion Postpartum Unit (Ban Hỗ Trợ Phụ Nữ Sau Khi Sinh) tại số (626) 457-3242 nếu có bất kỳ thắc mắc hay lo ngại nào.

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:

- 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.
- San Gabriel Valley Breast Milk Depot
1150 S. Sunset Blvd., West Covina, CA 91790
-nhận quyên góp sữa mẹ 24/7
626-851-2714 (xin vui lòng gọi trước)

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.