

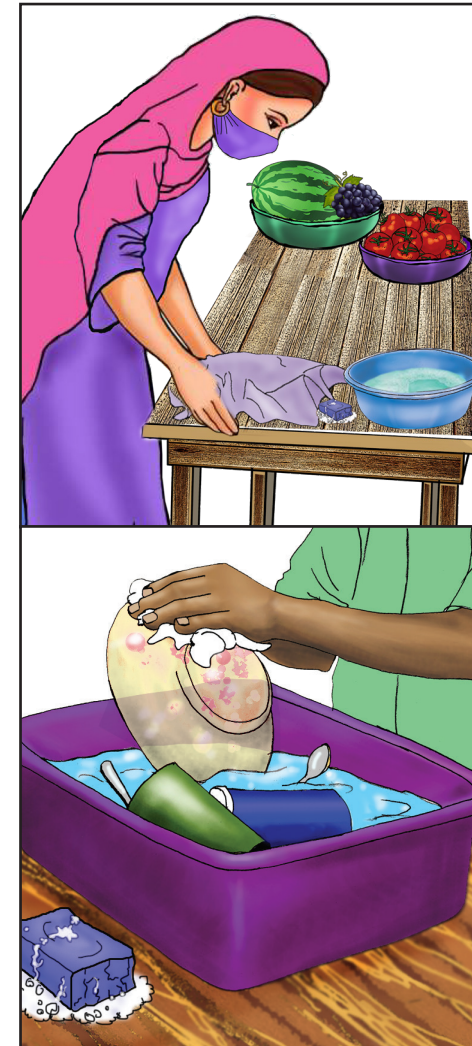
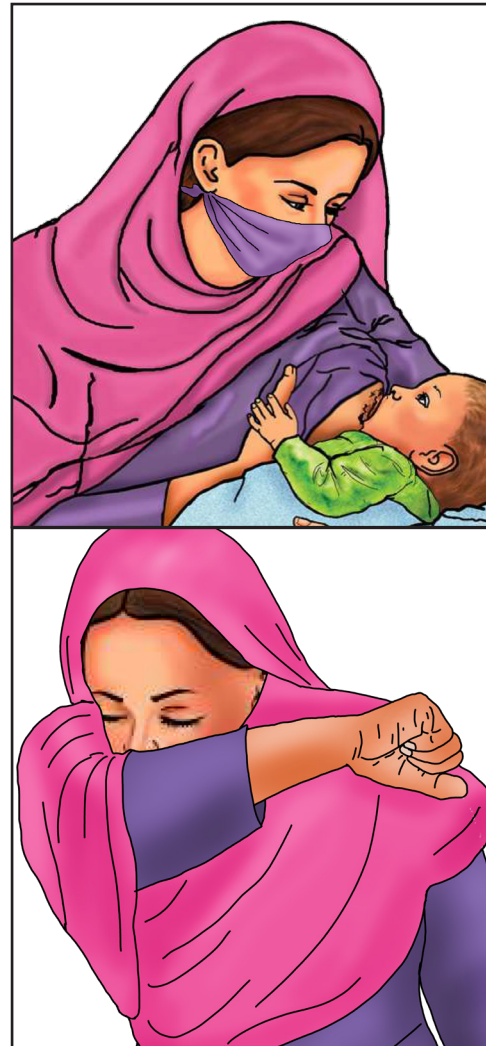
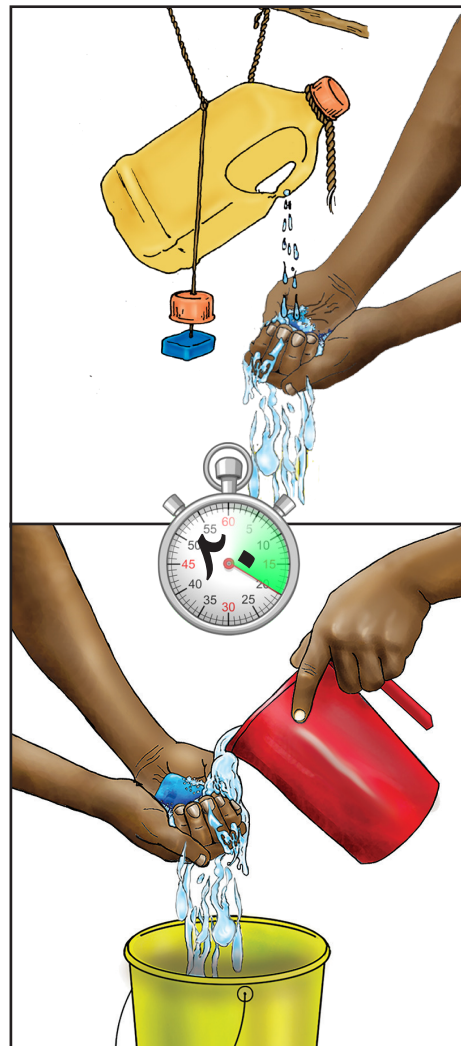
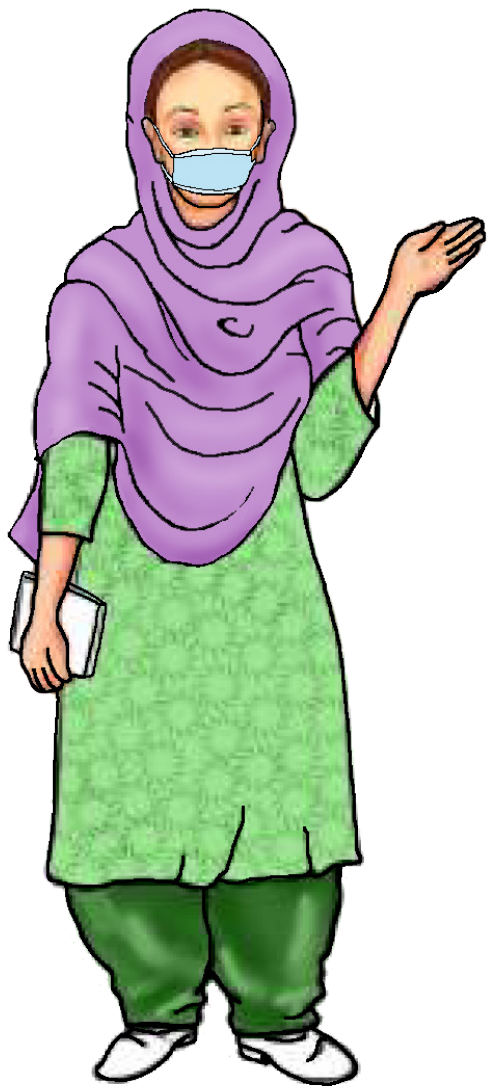


توصیه های تغذیه اطفال شیرخوار



زمانیکه مادران مشکوک یا مصاب به کووید-۱۹ باشند

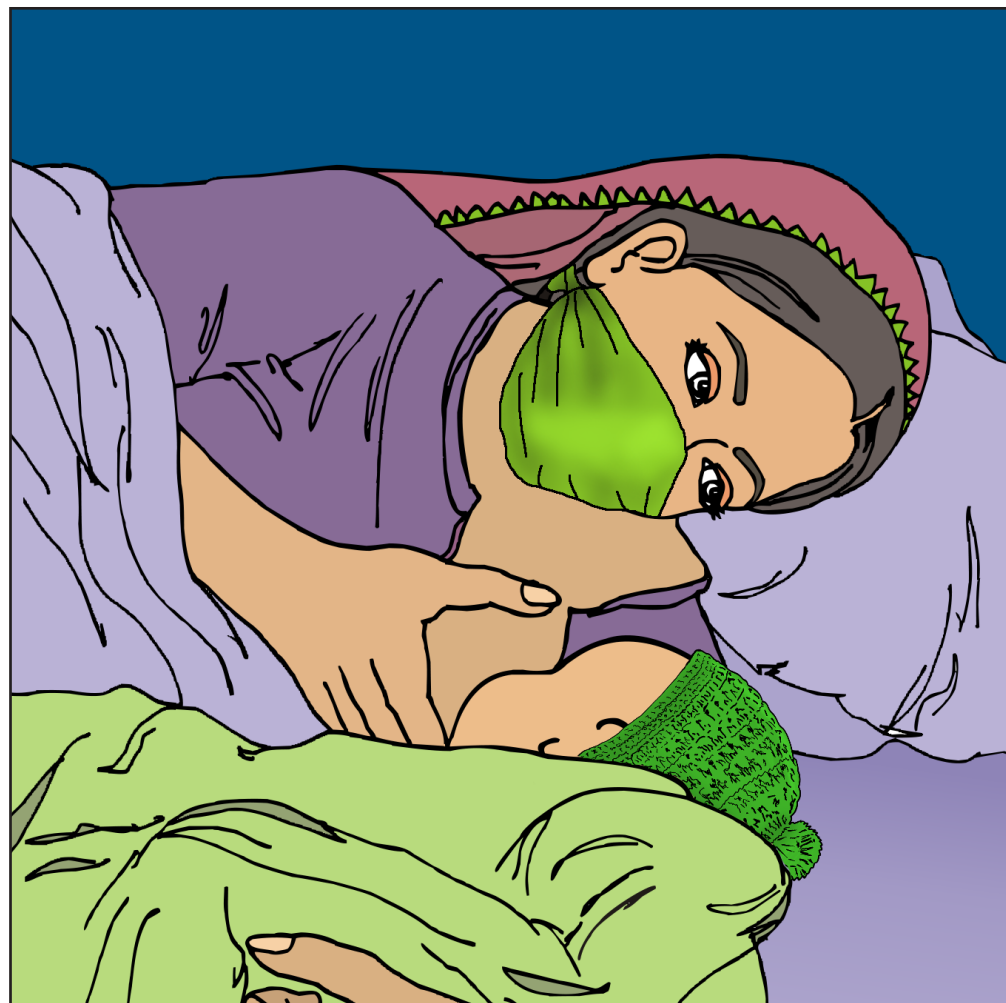
اقدامات لازم برای جلوگیری از شیوع کووید - ۱۹



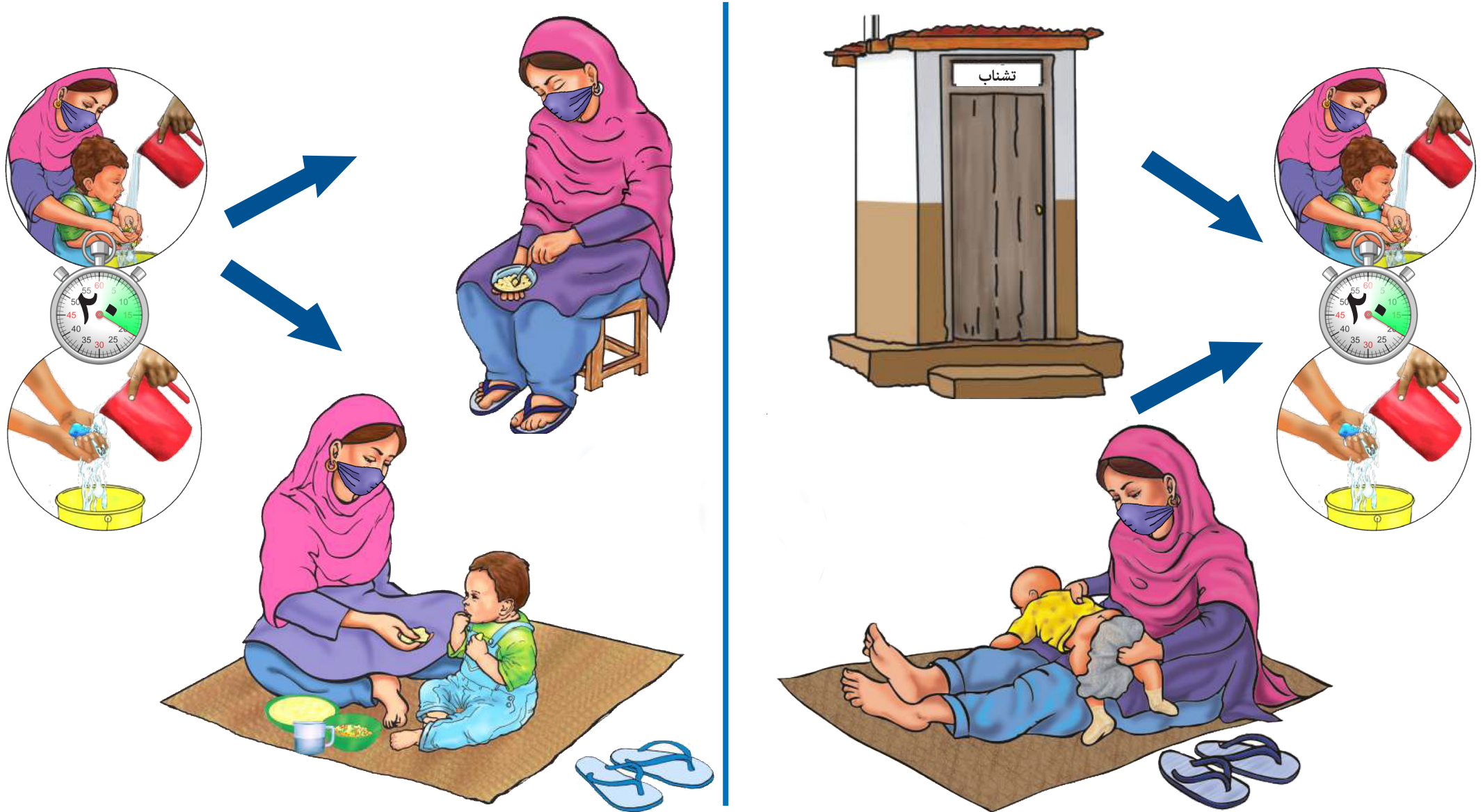
هنگام ولادت و بستن اقدامات لازمه را مراعات نماید



هنگام شیردهی در روز و شب اقدامات احتیاطی را انجام بدهد



برای جلوگیری از انتشار کوید - ۱۹ دستهای خود را مکرراً با آب روان و صابون برای ۲۰ ثانیه بشوید.



۲۰ برای روان و صابون برای مکرآ با آب را جودای دستهای ۱۹ دستهای کوید - ۱۹ - کوید پایته پیشویت.

- در منارزه با کوید - ۱۹ - شستی دست ها مکرآ با صابون و آب روان برای بران ۲۰ ثانیه لازمی متیاشد. این برای بران ۲۰ ثانیه لازمی متیاشد.

- در اوقات ذیل همیشه دست های خود را بشویید:

۸ قبل از آماده سازی و خوردن غذا

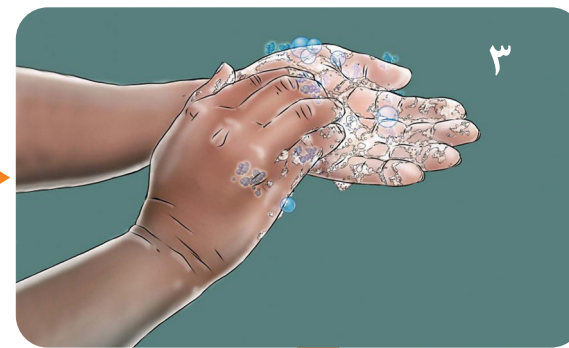
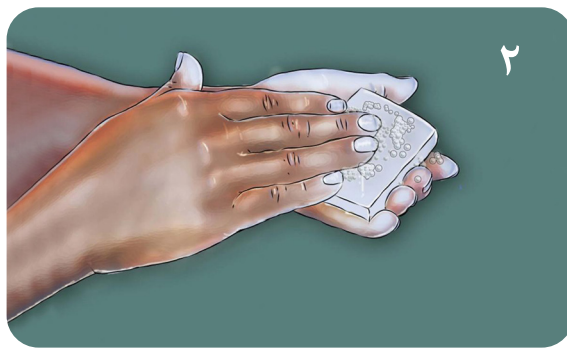
۸ قبل از تغذیه اشیرخوار

۸ بعد از استفاذه از برقت/تیشاب

۸ بعد از پاک کردن مواد غایطه طفل

- شستی دستها مکرآ بعد از تغذیه نمودن بینی، سرقه و عطسه با استفاذه دستمال کاعذای، پاک کاری خانه، بعد از انجام کشاروزی، و بعد از دست زدن به صواتات یا مالاری لازمی متیاشد.

برای شستن دست ها به مدت ۲۰ ثانیه مراحل ذیل را مراعات نمایید.



• همیشه دست‌ها را در نظر بگیرید:

- همیشه دست‌ها را در نظر بگیرید:

۱. دست‌ها را با آب گرم بشویید.

۲. دست‌ها را با آب سرد بشویید.

۳. دست‌ها را با آب گرم بشویید.

۴. دست‌ها را با آب سرد بشویید و به پشت و به پشت انگشتان خود را با هم بیندازید و به پشت و به پشت انگشتان خود را با هم بیندازید.

۵. دست‌ها را با آب گرم بشویید.

۶. دست‌ها را با آب سرد بشویید.

۷. دست‌ها را با آب گرم بشویید.

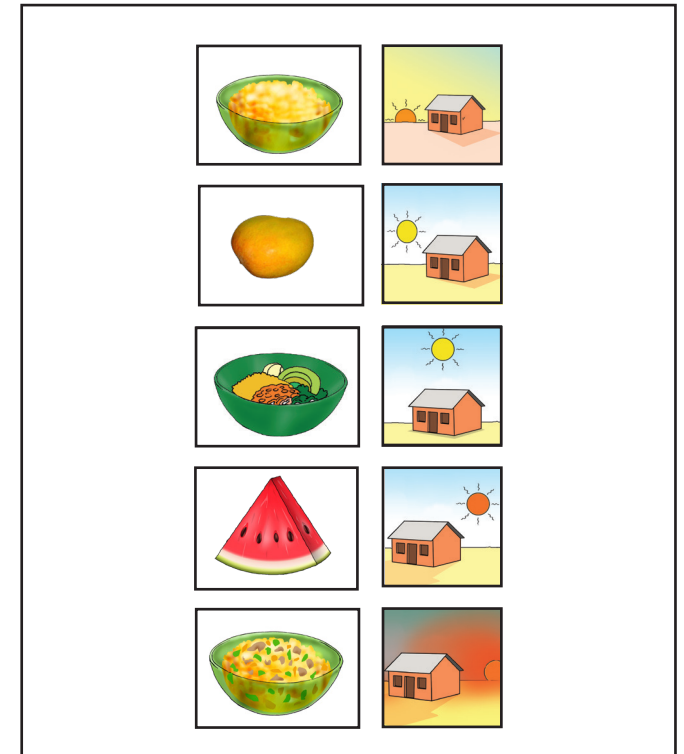
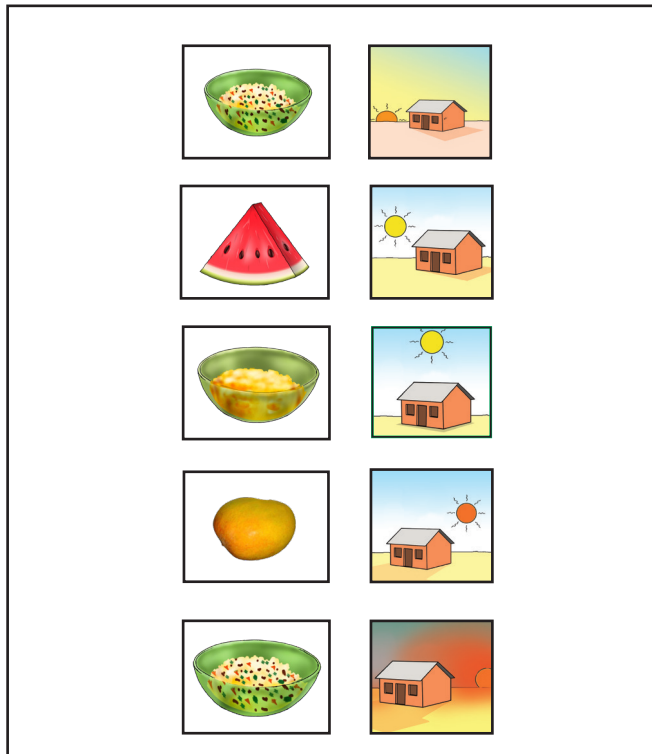
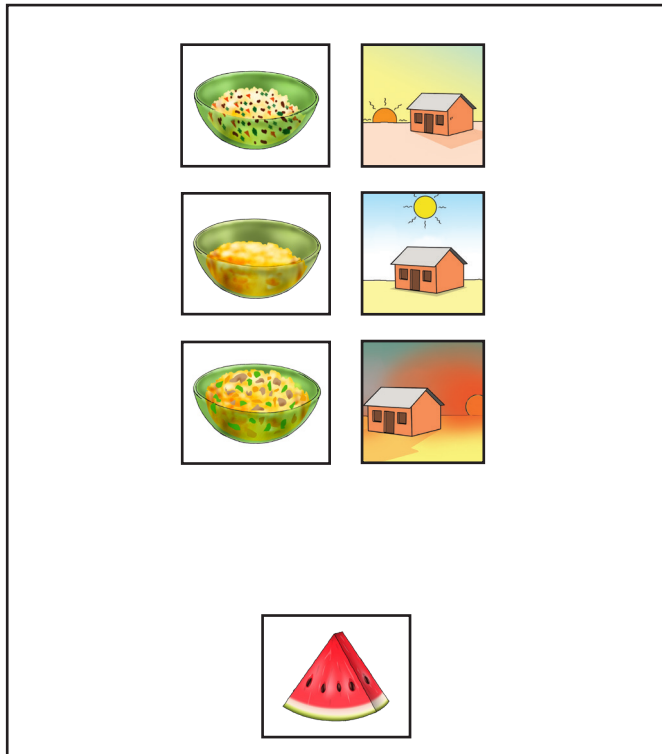
۸. دست‌ها را با آب سرد بشویید.

۹. دست‌ها را با آب گرم بشویید.

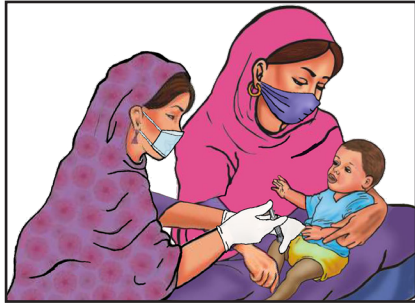
تمرینات تهیه غذای مصون و آب پاک



استفاده از غذای مکمل و مصون



چه وقت باید با کارکنان صحت مشوره نماید؟



واکسین



سوء تغذی



غذا نخوردن



استفراغ



اسهالات



بی خوابی

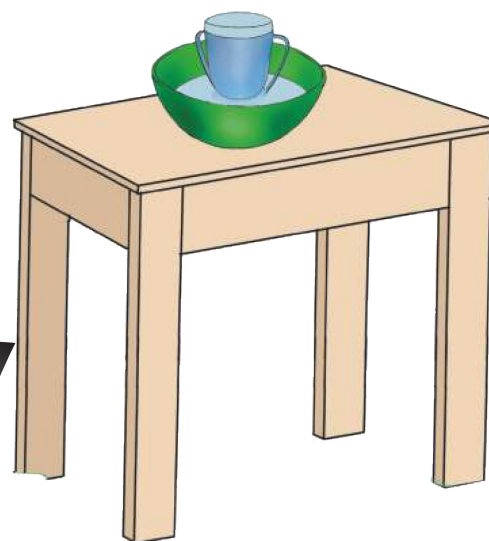


عفونت تنفسی



تب

چطور باید شیر دوشیده شود؟ و چطور طفل از طریق پیاله تغذیه شود؟



تغذیه طفل از طریق شیرخشک تا زمان صحت یاب شدن مادر از کووید - ۱۹



تغذیه طفل از طریق شیرخشک تا زمان صحت یاب شدن مادر از کووید - ۱۹

بطور مصون شیر خشک را مخلوط و طفل شیرخوار را تغذیه نمایید:

- در حالی که مادر در حال بهبودی از کووید - ۱۹ باشد و تا زمانیکه مادر به شیردهی آماده شود، تغذیه طفل از طریق شیرخشک آخرین توصیه خواهد بود.
- در صورت تغذیه طفل شیرخوار از شیرخشک تا زمانیکه مادر از ویرس کووید - ۱۹ صحت یاب میشود، بسیار مهم است که شیرخشک را بشکل مصون مخلوط و طفل را تغذیه نمایید.

جهت مخلوط نمودن شیرخشک مراحل ذیل را مراعات نمایید:

- زمانیکه شیرخشک را آماده میسازید باید از ماسک طبی (در صورت دسترسی) و یا ماسک تکه ای استفاده نمایید.
- قبل از اینکه شیرخشک را آماده نمایید دستهای خویش را با آب و صابون به مدت ۲۰ ثانیه بشویید.
- برای ضد عفونی نمودن تمام سطوح را تمیز و وسایل را با آب جوش بشویید.
- رهنمودهای که در عقب قطی شیر چاپ شده دقیق بخوانید. در صورتیکه نفهمیدید از دیگران کمک بگیرید تا برای تان واضح شود.
- به مقدار ضرورت (به مدت ۱ ساعت) شیرخشک را به طفل آماده نمایید.
- مقدار آب جوشانده و یا تصفیه شده را بدقت اندازه گیری کنید که با شیرخشک نوزاد مخلوط شود.
- مقدار شیرخشک را بدقت اندازه گیری نمایید.
- شیر خشک و آب را تا زمانی مخلوط نمایید که پودر بطور کامل حل شود.

چطور باید طفل خود را با شیر خشک تغذیه نمایید:

- زمانیکه طفل را از شیرخشک تغذیه مینمایید باید از ماسک طبی و یا تکه ای استفاده نمایید.
- قبل از اینکه نوزاد را با شیر خشک تغذیه نمایید دستهای خویش را با آب روان و صابون به مدت ۲۰ ثانیه بشویید.
- شیرخشک را توسط پیاله که با آب جوشانده تمیز شده باشد، به طفل بدهید.
- پیاله را به لب بالایی طفل قرار داده و بگذارید که طفل مقدار کمی از شیر را بنوشد و بعداً توسط زبان خویش شیر را بچوشد. شیر را در دهن طفل نریزید.
- استفاده از شیر چوشک برای طفل صحی نمیشود زیرا که شستن آن مشکل بوده و سبب بروز میکروب به طفل میشود.

یادداشت: تغذیه با غذا و مایعات به غیر از شیرمادر به اطفال که کمتر از شش ماه هستند، بشمول شیر حیوانات یا آب، سبب بروز مریضی در طفل میشود.

unicef 

د هر ماشوم لپاره
برای هر طفل