



Joint Commission International  
Quality Approval



Joint Commission International  
Quality Approval

## الرضاعة الطبيعية



## Breast Feeding



مستشفى زليخة  
لأن صحتك غالية

دبي: ص.ب. ٤٨٥٧٧، النهدة، إ.ع.م. هاتف: ٢٦٧٨٨٦٦ - ٤  
الشارقة: ص.ب. ٤٥٧، الناصرية، إ.ع.م. هاتف: ٥٦٥٨٨٦٦ - ٦  
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com



Zulekha Hospital  
Your Health Matters

DUBAI: P. O. Box 48577, Al Nahda, U.A.E. Tel: 04 267 8866.  
SHARJAH: P. O. Box 457, Al Nasserya, U.A.E. Tel: 06 565 8866.  
E-mail: info@zulekhahospitals.com www.zulekhahospitals.com

- a. **Fights infection:** As a group, breast-fed babies tend to have fewer infections than babies fed on formula milk due to antibodies passed from mother to child.
- b. **Promotes digestion:** Enzymes and other substances in breast milk make digestion somewhat easier and aid in the absorption of nutrients.
- c. **Cost-free:** Breast milk is free (but nursing mothers will find that they need to take in an additional 500 or more calories per day).
- d. **Prevents obesity:** Breast feeding helps Lactating mothers to loose weight.
- e. **Bacteria-free:** Breast milk is free of bacteria (but the bottles used for expressed breast milk may not be).
- f. **Perfect temperature:** Breast milk is always at the right temperature when the infant sucks it directly from the breast.
- g. **Limit caffeine:** Caffeine intake should be limited to 300 milligrams (about 3 cups of coffee) per day because this stimulant may cause problems for some babies.
- h. **Frequent feedings:** Breast-fed babies usually need to be fed more often as compared to other babies.
- i. Some medicines which the mother is using for her medical conditions may make breast feeding unadvisable (eg: medicines used for epilepsy, hepatitis, HIV).
- j. Easily digestible, hence baby takes more feeds & passes frequent motions unlike that of formula milk where the baby passes motions once in 1-2 days.

(أ) **تكافح العدوى:** يكون الأطفال الذين أرضعوا طبيعياً أقل عرضة للإصابة بالعدوى وذلك نتيجة للأجسام المضادة التي تنتقل أثناء الرضاعة من خلال حليب الأم إلى الطفل.

(ب) **تحسن عملية الهضم:** تعمل الأنزيمات وبعض المواد الأخرى الموجودة في الحليب الطبيعي على تحسين عملية الهضم وتساعد على امتصاص المواد الغذائية الضرورية.

(ج) **تخفض التكلفة الاقتصادية:** الحليب الطبيعي مجاني ولكن على الأمهات المرضعات تناول ما يعادل ٥٠٠ سعرة حرارية أو أكثر يومياً.

(د) **تمنع الزيادة في الوزن:** دراسة حديثة أجريت مؤخراً تشير إلى أن لرضاعة الطبيعية تساعد في تجنب زيادة وزن الأطفال في مراحل طفولتهم. وتساعد الأمهات المرضعات على خسارة الوزن الزائد.

(هـ) **الخلو من البكتيريا:** الحليب الطبيعي خال من البكتيريا الضارة ولكن قد لا تكون الزجاجات المستخدمة في استخراج الحليب من الصدر خالية منها.

(و) **درجة حرارة مثالية:** الحليب الطبيعي دائماً ذو درجة حرارة مثالية عندما يقوم الطفل بمصه من ثدي الأم مباشرة.

(ز) **ضرورة اللجوء إلى تحديد كمية الكافيين:** تحدد الكمية التي تتناولها الأم من الكافيين بمقدار ٣٠٠ ملليجرام يومياً (أي ما يعادل ٣ فناجين من القهوة) لما قد تسببه هذه المادة من ضرر للطفل.

(ح) **الرضاعة في مرات متعددة:** غالباً ما يرضع الأطفال ذوي الرضاعة الطبيعية مرات أكثر من ذوي الرضاعة الصناعية.

(ط) **الحليب الطبيعي سهل الهضم** ويسمح للطفل بالتبرز بشكل منتظم وفقاً لعدد مرات الرضاعة، على خلاف الحليب الصناعي الذي لا يسمح للطفل بالتبرز سوى مرة كل يوم أو اثنين.

(ي) **قد ينصح في بعض حالات تعاطي الأم لبعض الأدوية بعدم اللجوء إلى الرضاعة الطبيعية** (مثل حالات تناول أدوية الصرع، التهاب الكبد الوبائي وأدوية علاج الإصابة بفيروس نقص المناعة المكتسبة).