

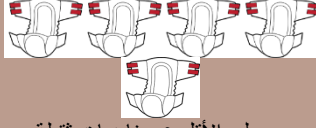
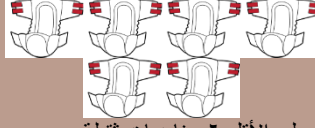


## جدول الرفاهية - في هذا الجدول يمكنك أن تلقي نصرة إن كان طفلك على ما يرام

| عمر المولود          | اليوم الاول (٢٤ ساعة)   | اليوم الثاني (٤٨ ساعة) | اليوم الثالث (٧٢ ساعة)  | اليوم الرابع (٩٤ ساعة)  | اليوم الخامس (١٢٠ ساعة)   | اليوم السادس (١٤٤ ساعة) | اليوم السابع (١٦٨ ساعة)                                 | اليوم الثامن (١٩٢ ساعة) |
|----------------------|---|------------------------|---|---|---|-------------------------|---|-------------------------|
| يمكنكم التواصل       | بعد الاتصال الأول مع الممرضة الصحية:<br>الرعاية الصحية أو 1813  |                        |   |   |   |                         |   |                         |
| الحليب               | يجب المولود ان يكون ل المجال المفتوح للوصول إلى صدر الأم وإلى الثدي، ويمتص الحليب حسب الحاجة  |                        | الرضاعة الطبيعية: حرية الوصول إلى الثدي والصدر، يجب السماح للطفل بالرضاعة بقدر ما يشاء. ما لا يقل عن ٨-١٢ مرة في اليوم (٢٤ ساعة). يجب ان يرضع المولود بفاعلية وبشكل مستمر، وان يصدر المولود أصوات بلع عندما ينفذ الحليب.<br>زجاجة الرضاعة: اسأل طاقم الرعاية الصحية عن الاحتياجات اليومية للطفل، ونوع التعويض للحليب وما إلى ذلك تذكر ان يتلامس المولود صدركم من غير ارتداء الملابس |   |   |                         |   |                         |
| القرب والأمان        | القرب والأمان مع المولود مهمًا جدًا في الأيام الأولى، لأنه تتغير حيات الطفل من داخل الرحم إلى الحياة في الخارج<br>لذلك يحتاج المولود إلى:<br>- ملامسة الصدر من غير ملابس<br>- التواصل البصري، والتحدث معه<br>- محيط هادئ<br>- أن يستلقي المولود على البطن إذا كانا مستيقظ<br>- ان يغسل المولود، وتغير الحفاضة عند الحاجة  |                        |   |   |   |                         |   |                         |
| الحفاضات المبللة     |    |                        |    |  |  |                         |   |                         |
|                      | حفاض واحد على الأقل خلال الـ 24 ساعة الأولى<br>اليق البرتقالية (البول) طبيعية   |                        | على الأقل ٣ حفاضات<br>يجب ان تكون الحفاضات أثقل من اليوم الأول  | على الأقل ٥ حفاضات ثقيلة  | على الأقل ٦ حفاضات ثقيلة  |                         |   |                         |
| حفاضات التغوط        | يجب أن يتم التغوط الأول في الحفاض خلال ٤٨ ساعة  |                        | يوجد فرق كبير في التغوط عند الأطفال الذين يرضعون رضاعة طبيعية. لذلك قد يتغوط طفلك في الحفاضة، كل رابع الى سابع يوم أو بعشر حفاضات في يوم واحد   |   |   |                         |   |                         |
| التغوط اللون والملمس | لون التغوط يكون أسود أو بني أو أخضر داكن<br>-<br>ويكون سائل ولزج  |                        | افتح وأكثر اخضرارًا   |   | التغوط أصفر / أخضر  |                         | التغوط يكون أصفر ورائحته حامضة. ملمس ناعم، قد يكون محبب |                         |
| الرفاه               | علامات الرفاهية والتقدم عند الطفل<br>- يجب ان يستيقظ الطفل والانتباه لفترات قصيرة، مثلًا عند تغيير الحفاضة وأثناء الرضاعة<br>- ان يكون الطفل جيد في معظم الأوقات. والامكان بتهدئته عن طريق الاتصال الوثيق والحديث الهادئ<br>- يجب ان يكون الطفل بلون بشرة طبيعيه وليس لون رمادي أو شاحب. ولاكن قد يصاب الجلد عند المولود بقليل من الاصفرار بعد اليوم الأول، عادتن على ا<br>- من الطبيعي ان يفقد المولود وزنه بعد الولادة، وعادتا ما يعود الطفل إلى وزنه عند الولادة، تقريبًا بعد مرور أسبوعين |                        |   |   |   |                         |   |                         |
| وضعية النوم          | ضع طفلك دائمًا على ظهره لينام<br>لا تعرض طفلك لرائحة الدخان<br>لا تعرض الطفل إلى الحرارة العالية أثناء النوم انظر أيضًا الى الموقع، الذي يتكلم عن اجتناب موت المهد<br>SST.dk "Forebyg vuggedød"   |                        |   |   |   |                         |   |                         |
|                      | تم إعداد نموذج الرفاه من قبل فرع الولادة في مستشفى Hvidovre Hospital (٢٠٢١)<br>مستوحى من مستشفى الولادة في Holsterbro و Herning (٢٠٢١)  |                        |   |   |   |                         |   |                         |

## جدول الرفاهية - في هذا الجدول يمكنك أن تلقي نصرة إن كان طفلك على ما يرام

| هنا يمكنك الحصول على المساعدة  | هذا ما يمكنك القيام به   | هنا يجب ان تكون حذرًا   |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- جناح الولادة</li> <li>- الممرضة الصحية</li> <li>- عيادة الرضاعة في المستشفى</li> </ul>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- أرضعي طفلك أكثر، ويفضل ١٢-٨ رضاعة، خلال ال ٢٤ ساعة</li> <li>- حاولي مساعدت المولود على البحث والامتصاص المنعكس، من خلال المجال المفتوح للوصول إلى صدر الأم وإلى الثدي</li> <li>- محيط هادئ لطفلك</li> <li>- حاولي بعصر بعض الحليب للمولود</li> <li>- الحلب اليدوي</li> <li>- احصل على النصيحة والتوجيه من الطاقم الصحي</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>وجبات الرضاعة</li> <li>في اليوم الأول (٢٤ ساعة) يجب ان يكون لمولود المجال المفتوح للوصول إلى صدر الأم وإلى الثدي، ويمتص الحليب حسب الحاجة</li> <li>في اليوم ٢-٧: إذا رضع المولود أقل من ٨ مرات في اليوم</li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- جناح الولادة</li> <li>- الممرضة الصحية</li> </ul>   | <p>عندما توضعين طفلك إلى الصدر، اعطي الطفل حفاضة فقط، وثم خذي لحافًا حولكما</p>  | <p><b>القرب/الحضور الوثيق</b></p> <p>فوائد وضع طفلك إلى الصدر وإلى الثدي:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يساعد طفلك على درجة حرارة أكثر استقرارًا</li> <li>- يساعد طفلك على درجة حرارة أكثر استقرارًا</li> <li>- طفلك يبكي أقل</li> <li>- طفلك يرضع أكثر</li> <li>- ترابط أفضل بينكم</li> </ul> |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- جناح الولادة</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- اتصلي بقسم الولادة</li> </ul>   | <p><b>الحفاصات المبللة</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إذا لم يكن هناك البورات عند المولود، بعد مرور ثلاث ايام (تكون بقع برتقالية في الحفاظ)</li> <li>- إذا تبول طفلك أقل مما هو موصوف بلجدول في صفحة رقم ١</li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- جناح الولادة</li> <li>- الممرضة الصحية</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- أرضعي طفلك أكثر، ويفضل ١٢-٨ رضاعة، خلال ال ٢٤ ساعة</li> <li>- ضعي طفلك على كلا الثديين في كل رضاعة</li> <li>- تأكدي من قبض طفلك بشكل صحيح على الثدي. إذا كنت في شك، اطلب المساعدة</li> </ul>  | <p><b>التغوط</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إذا لم يتمكن طفلك من التغوط في أول ٤٨ ساعة</li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- جناح الولادة</li> <li>- الممرضة الصحية</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- أرضعي طفلك أكثر، ويفضل ١٢-٨ رضاعة، خلال ال ٢٤ ساعة</li> <li>- ضعي طفلك على كلا الثديين في كل رضاعة</li> <li>- تأكدي من أن طفلك يرضع بشكل نشط، مستمر ويصدر صوت البلع</li> <li>اتصلي بقسم الولادة</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- إذا لم يتمكن طفلك من التغوط في أول ٤٨ ساعة</li> <li>- إذا كان لطفلك لديه عدد أقل من التغوط، أو إذا كان التغوط له لون مختلف عن الموصوف في الصفحة رقم</li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- جناح الولادة</li> </ul>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- اتصلي بقسم الولادة</li> </ul>   | <p><b>اليرقان</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- يتحول لون طفلك إلى اللون الأصفر في أول ٢٤ ساعة</li> </ul>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- جناح الولادة</li> <li>- الممرضة الصحية</li> <li>- اتصل بطبيب الخاص</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>- اتصلي بقسم الولادة</li> <li>- اطلب النصيحة والتوجيه من الطاقم الصحي</li> <li>- أرضعي طفلك أكثر، ويفضل ١٢-٨ رضاعة</li> </ul>   | <p><b>ليرقان</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إذا كان طفلك مصاب في اليرقان بعد ال ٢٤ ساعة من الولادة، يكون الطفل حامل، ويحتاج الطفل لمساعدته إلى الاستيقاظ لتناول الوجبات، وينام الطفل بسرعة أثناء الرضاعة</li> </ul>   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- جناح الولادة</li> <li>- الممرضة الصحية</li> <li>- اتصل بطبيب الخاص</li> <li>- طبيب الطوارئ</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- حاول تلبية احتياجات طفلك من الطعام وتغيير الحفاصات والنوم والهدوء والاتصال الوثيق</li> <li>- اطلب النصيحة والتوجيه من الطاقم الصحي</li> </ul>   | <p><b>الرفاه</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- إذا كان طفلك لا يهدأ ويستمر بلبكاء، ويصعب ارضاء الطفل</li> <li>- إذا ضهرت علامات على طفلك ليست جيدة</li> <li>- لا يهتم طفلك بمص الثديين أو يكون مرهق</li> </ul>   |
| <p>Barselsafsnittet</p> <p>جناح الولادة</p> <p>38 622410</p>   | <p>Ammeambulatoriet</p> <p>قسم الرضاعة</p> <p>38 623434</p>  | <p>Akutnummer</p> <p>رقم الطوارئ</p> <p>الممرضة الصحية 1813</p>   |