



دستورالعمل تغذیه نوزادان و کودکان (شیردهی از سینه و تغذیه تکمیلی) در مواجهه با کووید 19

تغذیه با شیردهی از سینه

پیام:

مادران مبتلا به کووید 19 می‌توانند تحت شرایط زیر به شیردهی کودکانشان ادامه دهند:

- رعایت بهداشت سیستم تنفسی با استفاده از ماسک هنگام شیر دادن به کودک
- شستن دستها قبل و بعد از لمس کودک
- تمیز کردن و ضدعفونی تمامی سطوح اطراف کودک بطور روتین

پیام:

- شیردهی زودهنگام و انحصاری به نوزاد کمک می‌کند که سطح ایمنی آنها به طور قابل توجهی افزایش نماید، بنابراین مادران باید شیردهی ایمن را با شستن دستها قبل و بعد از تماس با کودک، استفاده از ماسک و تمیز و ضدعفونی نمودن سطوح اطراف کودک ادامه دهند.

تغذیه تکمیلی

پیام:

تغذیه تکمیلی مناسب از ۶ ماهگی تا ۲۳ ماهگی

- ادامه تغذیه با شیر مادر در کودکان ۶ ماهه و بزرگتر و تغذیه اضافی مثل پوره تخم مرغ، میوه و سبزیجات حداقل ۳-۵ بار در روز
- افزایش شیردهی از سینه و تغذیه تکمیلی در طول مدت بیماری کودک و بعد از آن.
- اگر کودک شما بیمار است، به منظور جلوگیری از سوء تغذیه، تغذیه او را مانند قبل ادامه دهید و از توصیه های پزشکی جهت مراقبت و ارجاع بهره بگیرید.