

مشاركة السرير والرضاعة الطبيعية

في الصورة الوضعية الأكثر
أماناً للطفل وتعرف بـ
وضعية الحماية



- مشاركة السرير مع الطفل الرضيع أمر شائع، ويحدث فجأة دون أي خطط، وذلك بسبب رضاعة الطفل المتكررة خلال الليل.
- المعلومات المذكورة في هذا المنشور تخص الأمهات المرضعات، أما الأطفال الذين لا يرضعون رضاعة طبيعية فقد تكون مشاركة السرير خطيرة.
- رضاعة الطفل في السرير أكثر أماناً من الكرسي في الليل.

إرشادات أمنية مهمة

- يمنع النوم بجوار الطفل على الأريكة أو الكرسي.
- يمنع لمن تعاطى الممنوعات كالمخدرات وغيرها أن ينام بجوار الطفل.
- يمنع لمن تناول الحبوب المنومة النوم بجوار الطفل.
- يمنع لمن يدخن النوم بجوار الطفل.
- يمنع مشاركة السرير والنوم بجوار أطفال الخدج أو ذوي وزن الولادة المنخفض.
- يمنع ترك الطفل على السرير دون مراقبة.

سرير الطفل أو المهد

المتصل، كما يوضح في
الصورة، يعتبر بديلاً
لمشاركة السرير مع الطفل

اجعلي سريرك آمناً

- استخدمي مرتبة مسطحة.
- اجعلي السرير بعيداً عن الحائط.
- تأكدي من عدم وجود مساحات ضيقة حول السرير كي لا يعلق فيها الطفل.
- لا تضعي حواجز حماية حول السرير.
- اجعلي الطفل يستلقي على ظهره بمحاذاة الثدي، ولا تضعي الطفل على وسادة.
- ابعدي البطانات الثقيلة والوسادات والأسلاك المجاورة للسرير.
- لا تسمححي للبطانات وغيرها بتغطية وجه الطفل.
- ضعي مرتبة السرير على الأرض مباشرة إن استطعت.

توجيهات عند عدم مشاركة السرير مع طفلك

- ضعي طفلك على ظهره كي ينام.
- ضعي سرير الطفل في غرفتك بجوارك سريرك.
- استخدمي سرير أطفال يتصل بسريرك.
- على الطفل أن يستلقي على مساحة مسطحة بعد الرضعة.
- يجب أن لا ينام الطفل في المهد المبطن اللين.



The ABM Parent Handouts are supported by a grant from the W.K. Kellogg Foundation.
©ABM 2023