

# Milkworks

## An Abundant Milk Supply

### وفرة انتاج الحليب

لديك كمية عالية الحليب الطبيعي تخزين كبيرة ثدييك، هذه كمية كبيرة "الحليب الا" وهو يب قليل بداية

يمكن يت الحليب الأول الحليب بكمية كبيرة هي تسريب الحليب من الثديين يؤدي تكوين التهاب غير المريح لثدييك يختنق الذي يوقف الرضاعة عند نزول الحليب / يعاني

لديك كمية وفيرة الحليب يساعدك يلي: يدك بتدليك ثديك الاخر الحليب الحليب خلايا الحليب وجيزة لتخفيف

يحصل طفلك على الحليب تقليل تقديم زمنية البداية، تحتاجين الحليب مزيداً ين فيها. إنه خلايا أسبوعين ليتناسب عالية أيضاً. IBCLC " تريدين ضحه ين الحليب لديك احتياجات

فيه الكفاية الثديين، تدريجياً ين Sage الميرمية: الثديين. يبدو أنه يعمل وشاهد 40 يكن المزيد من الميرمية. الأمهات أنه المفيد تجفيف جيداً 25 العشبية هي أيضاً خيا MilkWorks .Herbpharm ين تناوله يكون يجب . 60 هي 25 العصور اليوم

: يتوفر

- وليس

النكهة.

4-2

:

• 4-2 4-2 أكياس تركيه 10 يصبح . لزيادة أكياس

• يمكنك بها تسخينها الميكروويف، رياضية لشربها  
اليوم. يمكنك تحلية

• يف الميرمية تأثير  
• يمكنك أيضًا بين يرمي ( الصحية). 4 يرمية: يرمية:  
• 4 3-4 أكياس 3 أكياس الميرمية تركيبهم 10 .

• الحليب، يمكنك قليل تدريجياً كوبين يوميًا.  
• يه ين كوبين اليوم ين  
اليد.

يصنع الكثير حليب يقمن بجهد كبير تقليل الانتاج. بابطائه  
كمية الحليب لديك  
• سبيل  
يتحسن يحتاج الكثير الحليب، ين نتجين الكثير الحليب  
شربه الأشياء السيطرة!

هل زيت هو يبطئ "Altoid"  
يستغرق اليوم )  
نظيف كثر !

: كبيرة  
يمكنك تناوله اليوم. ويمكن أيضا يكون  
ينه!

: ين غير الحليب العشبية،  
الطبيعية خيارات الطبية.

خلق مجتمع صحي من خلال مساعدة الأمهات على إرضاع أطفالهن.

MilkWorks:

5930 S. 58<sup>th</sup> Street, Lincoln, NE 68516 (402) 423-6402

10818 Elm Street, Rockbrook Village, Omaha, NE 68144 (402) 502-0617

[www.milkworks.org](http://www.milkworks.org)