

حقوق الرضاعة الطبيعية:

دليل الأم



تلتزم مصلحة الصحة العمومية بمترو ناشفيل وشركائها المحليين بتوفير بداية صحية للرضع تشمل تدعيم، وحماية، وتشجيع الرضاعة الطبيعية.

إننا نعتقد أنه من حق كل أم أن تحصل الفرصة اللازمة والدعم الكافي لإرضاع طفلها حيث تعيش، أو تعمل، أو تتعبد، أو تلد. فلبن الثدي يقدم أفضل العناصر الغذائية اللازمة لنمو الطفل وتطوره، وبناء نظام مناعة قوي. ولا تزال الأبحاث جارية للوقوف على أهمية الرضاعة الطبيعية للرضع والأمهات على حد سواء. وتوصي العديد من المؤسسات والجمعيات مثل الأكاديمية الأميركية لطب الأطفال، والجمعية الأميركية لأطباء الأسرة، والكلية الأميركية لأطباء النساء والتوليد، وأكاديمية طب الرضاعة الطبيعية بضرورة أن يتلقى الرضع غذائهم من خلال لبن الثدي خلال العام الأول على الأقل.

وتحقق الرضاعة الطبيعية معدلات نجاح أكبر عندما تتوفر للأمهات بيئة داعمة وهذا يشمل العائلة، والأصدقاء، والمجتمع، ومقدمي الخدمات الصحية، ومقدمي خدمات التأمين، وأماكن العمل، وصانعي السياسات.

وتتضمن هذه الوثيقة خمس استراتيجيات موصى بها لمساعدتك على تحقيق أهدافك بخصوص الرضاعة الطبيعية بالإضافة لتعريفك بحقوقك القانونية كأم مرضع.

فوائد الرضاعة الطبيعية للأطفال:

- تقوية نظام المناعة بالجسم
- انخفاض احتمالية الإصابة بالحساسية
- انخفاض إمكانية الإصابة بالسمنة
- انخفاض إمكانية الإصابة بداء السكري
- انخفاض نسبة الإصابة بأمراض الجهاز التنفسي السفلي مثل الالتهاب الرئوي
- انخفاض إمكانية الإصابة بالأمراض المعدية المعوية
- انخفاض إمكانية الإصابة بعدوى الأذن
- انخفاض إمكانية الإصابة بالربو
- انخفاض احتمالية الوفاة نتيجة متلازمة الموت المفاجئ عند الرضع (SIDS)

فوائد الرضاعة الطبيعية للأم:

- انخفاض إمكانية الإصابة بسرطان الثدي
- انخفاض إمكانية الإصابة بسرطان المبايض
- انخفاض إمكانية الإصابة بداء السكري
- انخفاض إمكانية الإصابة بتخلخل العظام

المصادر: مصلحة الصحة والخدمات الإنسانية بالولايات المتحدة الأمريكية

قانون تينيسي للرضاعة الطبيعية

وفقاً للفقرة رقم 68-58-101:

لك الحق قانوناً في إرضاع طفلك طبيعياً في أي مكان سواءً أكان عاماً أو خاصاً متى ما كان مسموحاً لك بالتواجد فيه.

1

قبل وصول طفلك:

اطلبي المعلومات التالية بمقابل لا يتضمن أية فوائد تجارية:

- كيف تستقيدين أنت وطفلك من الرضاعة الطبيعية غذائياً، وطيباً، وعاطفياً.
- كيف تتوقعين الرضاعة الطبيعية وكيف تستعدين لها.
- كيف تفهمين بعض التحديات التي يمكن أن تواجهك، وأين يمكن لك البحث عن المساعدة المجتمعية.
- ما هي سياسة مكان العمل أو الدراسة الخاص بك قبل العودة للعمل أو الدراسة.
- كيف تستمرين في الرضاعة عندما تعودين للعمل أو المدرسة.

2

في مرفق الرعاية الطبية:

قومي بطلب ما يلي:

- نسخة ورقية من سياسة الرضاعة الطبيعية في المستشفيات.
- التأكد من تمتع الطاقم الطبي بالمهارات اللازمة لتنفيذ السياسة.
- الاطلاع على فوائد وأسلوب إدارة الرضاعة الطبيعية.
- كيفية بدء الرضاعة الطبيعية خلال ساعة أو ساعتين بعد الولادة.
- تعلم كيفية الإرضاع من الثدي حتى لو كنت بعيداً عن طفلك.
- عدم إعطاء طفلك أية أطعمة أو مشروبات بخلاف لبن الثدي ما لم يكن ذلك بموجب تعليمات طبية.
- إبقاء طفلك الذي لا يعاني من أي مشاكل صحية في غرفتك دائماً.
- تأكدي من أن الطاقم العامل معك يستطيع تقديم الدعم الذي تحتاجيه لعملية الرضاعة الطبيعية.

قبل مغادرة مرفق الرعاية الطبية، قومي بطلب ما يلي:

- مواد مطبوعة تحوي معلومات عن الرضاعة الطبيعية قائمة على الأدلة والأبحاث ذات الصلة بمقابل لا يتضمن أية فوائد تجارية.
- عدم الحصول على مجموعة التخلص من اللبن التي تحوي الغذاء البديل للبن الأم.
- الحصول على معلومات حول موانع الحمل التي تتوافق مع الرضاعة الطبيعية.
- معرفة مجموعات دعم الرضاعة الطبيعية في محيطك.

3

في مرفق العناية بالأطفال:

إذا قررت إيداع طفلك إحدى مرافق العناية بالأطفال فيمكنك طلب ما يلي:

- خطة غذائية تتضمن استخدام لبن الأم المحلوب.
- وجود طاقم مؤهل ومدرب للعناية بالأطفال والتعامل مع لبن الثدي المخزن، ومتطلبات التغذية باستخدام لبن الثدي المحلوب، وكذلك تحديد الحاجات الغذائية الخاصة بالطفل الذي يتم تغذيته من خلال الرضاعة الطبيعية.

4

عندما تعودين للعمل:

بموجب قانون حماية المريض والرعاية الممكن توفيرها (قانون الرعاية الممكن توفيرها لعام 2009) وتعديلاته، والفقرة السابعة من قانون معايير العمل العادلة (FLSA) و TCA 50.1.305 قومي بطلب الآتي:

- لك الحق بموجب القانون في الحصول على وقت راحة مناسب لحلب اللبن أثناء العمل.
- لك الحق قانوناً في الحصول على مكان، بخلاف الحمام، يتمتع بقدر مناسب من الخصوصية لحلب لبن الثدي أثناء العمل.
- لك الحق قانوناً في الحصول على تعويضات لتغطية ما يلزم لإدراج اللبن وذلك من خلال حسابات الصرف المرنة، أو حسابات المدخرات الصحية. (للحصول على مزيد من المعلومات يرجى الاطلاع على IRS Publication 502)

5

بالنسبة للوالدين بالتبني

اطلبي ما يلي:

قبل وصول المولود:

- معلومات وتعليمات حول أفضل السبل لبدء إرضاع طفلك المتبني طبيعياً وكيفية الإعداد لذلك.

في مرفق الرعاية الطبية:

إذا كنت أماً تخططين لتقديم طفلك للتبني، وتريدين إرضاعه طبيعياً، قومي بطلب الآتي:

- تعاون طاقم المستشفى، والإخصائيين الاجتماعيين، والعائلة المتبنية معك من أجل دعم أهدافك بخصوص إرضاع طفلك أو التبرع بلبن ثدي محلوب لطفلك.

إذا كنت أماً تتلقين طفلاً تم عرضه للتبني، قومي بطلب ما يلي:

- دعم طبي لتحقيق أهدافك بخصوص الرضاعة الطبيعية.

قومي بزيارة موقعنا الإلكتروني:

www.NashVitality.org

NashVitality