

## Alaptarea la san, intr-un fel favorabil bebelusului

Numele meu este \_\_\_\_\_ si scopul meu este sa imi alptez bebelusul numai la san. **Beneficiile alptarii la san sunt foarte importante pentru mine si pentru bebelus. Solicit ca aceste norme sa fie sprijinite atata timp cat vor fi medical sigur pentru mine si bebelusul meu.** Daca nu voi putea raspunde la intrebari despre practicile de hranire a infantului, va rog sa vorbiti cu partenerul meu de nastere \_\_\_\_\_ sau cu doctorul meu, \_\_\_\_\_ care ma sustin amandoi in decizia mea de a alpta.

MARCHEAZA-LE PE CELE CARE TI SE POTRIVESC:

### ALAPTAREA EXCLUSIVA LA SAN

Scopul meu este sa imi alptez bebelusul exclusiv la san. Va rog sa nu ii dati bebelusului nici un fel de suplimente inainte de a vorbi cu mine sau cu partenerul meu de nastere. Am nevoie ca toate alptarile bebelusului meu sa fie de la sanul meu in asa fel ca eu sa-i pot oferi o buna rezerva de lapte.

### NU STICLEI SAU SUZETELOR

Va rog sa nu ii dati bebelusului meu sfarcuri artificiale inclusiv suzete sau alte tipuri de sticle cu formula, apa sau apa cu glucoza. Daca va fi necesar din punct de vedere medical pentru alimentarea suplimentara, as vrea in primul rand sa vorbesc cu consultantul de alptare sau pediatrul despre metodele alternative de alptare cu lapte golit manual.

### PIELE-LA-PIELE

Cand bebelusul meu se va naste as vrea sa fie asezat pe pieptul meu pentru cel putin o jumătate de ora. Daca va fi posibil, va rog sa faceti rutina de evaluare a noului nascut cu bebelusul pe pieptul meu. De-a lungul sederii noastre, vreau sa fiu capabila sa-mi tin bebelusul langa mine, pielea-la-piele cat de poate de mult. O patura poate fi pusa peste noi, dar nu intre noi, daca caldura suplimentara este necesara.

### PRIMA ORA

Va rog sa ma ajutati sa initiez alptarea la san in primele 30 pana la o ora de la nastere. Asceasta insemnand asezarea bebelusului pe pielea mea cat se poate mai curand dupa nastere oferindu-ne ajutor ca sa incepem alimentarea cand bebelusul meu pare a fi gata (e.g. reflexul de supt cand obrazul sau buza este atinsa, lingerea buzelor, etc.). Va rog sa nu-mi fortati bebelusul sa ia sanul daca el/ea nu prezinta semne de pregatire. In schimb, tineti bebelusul langa pielea mea pana cand el/ea este gata sa alpteze.

### EXAMENE DE RUTINA

Va rog sa examinati bebelusul in prezenta mea si sa nu il luati de langa mine doar daca el/ea are nevoie de tratament medical care nu poate fi facut in camera mea.

### CEZARIANA DE URGENTA

Daca fac cezariana, mi-ar placea sa imi tin bebelusul langa pielea mea cat de curand posibil dupa operatie. Daca nu va fi posibil pentru un timp dupa nastere, va rog sa permite-ti partenerului meu sa tina bebelusul langa pielea lui.

### CAZARE

Mi-ar placea sa stau in aceiasi camera cu bebelusul meu 24 de ore din zi ca sa ii pot da bebelusului contactul cu pielea, ca sa pot invata semnele de foame ale bebelusului si ca sa pot alimenta la primele semne de foame. Va rog sa-mi il/o aduceti la primele semne de foame, cum ar fi sugerea mainilor, sunete de sugere, miscarea rapida a ochilor sau reflexul de supt cand obrazul sau buza este atinsa.

### ASISTENTA IN TIMPUL ALPTARI LA SAN

Va rog sa ma invatati cum sa fac o atasare corecta si cum sa corectez pozitia si atasarea bebelusului daca este nevoie de imbunatarire. Va rog sa ma invatati cum sa imi dau seama de primele semne de foame ale bebelusului si cum sa recunosc daca il alptez corect.

### POMPE DE SAN

In cazul care bebelusul nu poate fi alptat la san sau nu se poate separa de mine din motive medicale, vreau sa folosesc pompa de muls in primele 6 ore de la nastere. Daca dumneavoastra credeti ca voi avea nevoie de o pompa dupa iesirea din spital si daca nu exista o pompa electrica disponibila, va rog sa imi amintiti sa imi sun biroul WIC.

### SACULETUL DE EXTERNARE

Va rog sa nu imi dati pungii care contin formula sau care imi arata orice material promotional sau de marketing cu privire la lapte artificial pentru bebelusi.

### SUPORT PENTRU ALIMENTARE LA SAN DUPA EXTERNARE

As dori sa primesc informatii de contact pentru suport de alimentare la san in caz ca am nevoie de ajutor dupa ce eu si beblusul meu suntem acasa.

[Health.mo.gov/living/families/babies/breastfeeding](https://www.health.mo.gov/living/families/babies/breastfeeding)  
Missouri Department of Health and Senior Services

Oportunitate egala pozitiva din partea angajatilor. Servicii oferite pe baza nediscriminatorie.