

ब्युझेको/निद्रामा स्तनपान

	म खान तयार हु	म रामोसँग खान सकिरहेको छैन
स्तनपान गराउन अघि	हरेक 2-3 घण्टामा आफै उठ्ने	हरेक 3 घण्टामा खाना खान आफै नउठ्ने
दूध चुस्ने	सक्रिय दूध चुस्ने: <ul style="list-style-type: none"> स्तनमा कम्तिमा 10 मिनेट 8 देखि 10 वा सोभन्दा बढीको ढाँचामा चुस्नु भनेको निल्ने भन्दा चुस्ने हो 5-10 सेकेन्डको लागि रोकन सक्नुहुन्छ चुङ्कन स्तनमा हात प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ उत्तेजित गर्न बच्चाको मालिश प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ 	गैर-सक्रिय दूध चुस्ने: <ul style="list-style-type: none"> स्तनबाट र बाहिर 10 मिनेट भन्दा कम समयमा लामो विराम रामोसँग स्तनपान गरेर उत्तेजना वा स्तन चुङ्कनमा प्रतिक्रिया गर्दैन
चौडा जबडा चाल?	हो	छैन
निगल्दै गरेको सुन्नुहुन्छ?	हो	छैन
निपल दुख्ने?	छैन	हो
दिशानिर्देशनहरू	यी लक्षणहरू छन् भने, स्तनपान सत्रलाई पहिलो छेउमा 20 मिनेटसम्म राख्नुहोस्, त्यसपछि डकार गराउनुहोस् र दोस्रो छेउ प्रस्ताव गर्नुहोस्।	यी लक्षणहरू देखा पर्छन् भने, स्तनपान रोकनुहोस्, दुध पम्प गर्नुहोस् र स्तनपान/सूत्र बोतलले खुवाउनुहोस्। अर्को सत्रमा स्तनपान गराउने प्रयास गर्नुहोस्।
स्तनपान गराएपछि	<ul style="list-style-type: none"> निप्पल लामो र गोलाकार छ बच्चा खुसी छ स्तन नरम छ स्तनपान पछि स्तन पम्पको मात्रा कम हुन्छ 	<ul style="list-style-type: none"> निप्पल झुकेको वा खुम्चिएको छ बच्चा बेचैन छ स्तन भरी रहन्छ स्तनपान नगराएजस्तै स्तन पम्पको मात्रा उस्तै रहन्छ
दैनिक	<ul style="list-style-type: none"> कम्तिमा 6-8 वटा धेरै भिजेको डायपर कम्तिमा 3 वटा पहेंलो/पहेंलो बीउ झैं दिसा भएको डायपर 	<ul style="list-style-type: none"> 6-8 वटा भन्दा कम भिजेको डायपर 3 वटा भन्दा कम पहेंलो/पहेंलो बीउ झैं दिसा भएको डायपर आफ्नो बच्चाको डाक्टरलाई फोन गर्नुहोस् बोतलबाट खुवाउने र स्तनपान गराउने प्रयोग गर्नुहोस्

- तपाईं अस्पतालमा हुँदा स्तनपानमा मद्दत गर्न तपाईंको स्तनपान परामर्शदातालाई सोध्नुहोस्। तिनीहरूले तपाईंलाई तपाईंको बच्चालाई जगाउन, बच्चाको मुखलाई निपलमा सहि ठाउँ राख्न र स्तन पम्प प्रयोग गर्ने तरिकाहरूमा मद्दत गर्न सक्दछन्।

10/2023

यो जानकारीले तपाईंको प्रदायकको चिकित्सा सल्लाह, उपचार योजना वा तपाईंको अन्य हेरचाह प्रदायकको नर्सद्वारा प्रदान गरिएको शिक्षालाई प्रतिस्थापन गर्दैन। हेरचाहको आफ्नो व्यक्तिगत योजना पालना गर्न निश्चित हुनुहोस्। यस पानामा कुनै पनि कुरालाई चिकित्सकीय सल्लाह, निदान वा उपचार मानिने छैन। तपाईंसँग यो वा अन्य कुनै चिकित्सा जानकारीको बारेमा प्रश्नहरू छन् भने तपाईंको हेरचाह प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्। तपाईंलाई तत्काल चिकित्सा ध्यान चाहिन्छ भने तुरुन्तै मद्दत खोज्नुहोस्। तपाईं अस्पताल बाहिर हुनु हुन्छ भने 911 मा फोन गर्नुहोस्। तपाईं अस्पतालमा भर्ना भएको बिरामी हुनुहुन्छ भने मद्दतका लागि आफ्ना नर्स वा तपाईंको हेरचाह टोलीका अन्य सदस्यलाई भन्नुहोस्।

कर्मचारी सदस्यलाई दोभासे र अन्य भाषा पहुँच सेवाहरू र सहायताहरूबारे सोध्नुहोस्, बिरामी र परिवारका लागि निःशुल्क उपलब्ध छ।
Pregúntenos acerca de los intérpretes y otros servicios y ayuda para el acceso al idioma que están a su disponibilidad sin costo alguno.

