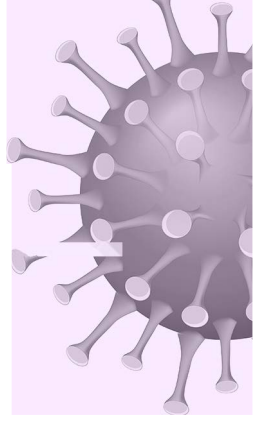


# რჩევები ძუძუთი კვების შესახებ COVID-19 ეპიდემიის დროს



ძუძუთი კვება ახალშობილებს დაავადებებისგან იცავს და ასევე ხელს უწყობს მათ ჯანმრთელ ზრდას განვითარებას, ჩვილობის და ბავშვობის პერიოდში. ძუძუთი კვება განსაკუთრებით ეფექტურია ინფექციური დაავადებების წინააღმდეგ, რადგან იგი ამლიერებს იმუნურ სისტემას დედის მხრიდან ანტიბიოტიკების პირდაპირ გადაცემის გზით. COVID-19 ყველა დადასტურებულ ან ეჭვის შემთხვევაში, დედებს, რომელთაც ნებისმიერი სიმპტომი აქვთ და ძუძუთი კვებავენ ან კანზე კანზე კონტაქტს ასრულებენ, უნდა მიიღონ უსაფრთხოების შემდეგი ზომები.

## მოქმედებები მეძუძური დედებისთვის



- » დაიცავით რესპირაციული ჰიგიენა ძუძუთი კვების დროს. თუ თქვენ გაქვთ რესპირაციული სიმპტომი გამოიყენეთ სამედიცინო ნიღაბი ბავშვთან სიახლოვეს
- » დაიბანეთ ხელები საპნით ან დაიმუშავეთ სანიტაიზერით თქვენ შვილთან კონტაქტის დროს.;
- » რეგულარულად გაწმინდეთ ან დეზინფექცია ჩაუტარეთ ზედაპირებს, რომლებსაც ეხებით
- » თუ თქვენ დაავადდით COVID-19-ით ან გაქვთ გართულებები, რომელიც ხელს გიშლით თქვენს ახალშობილზე ზრუნვას ან ძუძუთი კვების გაგრძელებაში, გამოიწველეთ რძე, რომ უსაფრთხოდ უზრუნველყოთ ძუძუთი კვება თქვენი ახალშობილისთვის
- » თუ თავს გრძნობთ იმდენად ცუდად, რომ ვერ შეძლებთ ძუძუთი კვებას ან რძის გამოწველას, შეგიძლიათ მიმართოთ სხვა მეძუძურ დედას ან გამოიყენოთ დონორი რძე.

## მოქმედებები სამედიცინო დაწესებულებებისთვის და პერსონალისთვის



- » თუ თქვენ ხართ მიწოდებული დედათა და ახალშობილთა სერვისის ხელი არ უნდა შეუწყოთ ძუძუთი კვების შემცველების, როგორცაა ხელოვნური კვება, ჩაი, საწოვარას გამოყენებას თქვენს დაწესებულებაში.
- » მიუხედავად იმისა არის, თუ არა COVID-19-ზე ეჭვი ან დადასტურებული შემთხვევა დედას და ახალშობილს უნდა მიეცეს უფლება:
  - იყვნენ ერთად
  - ჰქონდეთ კანი კანთან კონტაქტი
  - სასურველია ოთახში იყვნენ ერთად, როგორც დღე ისე ღამით განსაკუთრებით მშობიარობის შემდეგ და ძუძუთი კვების დროს



## კონსულტაცია და ფსიქოსოციალური მხარდაჭერა

თუ თქვენ, თქვენ ახალშობილს ან მცირეწლოვან ბავშვს დაუდასტურდათ ან ეჭვი აქვთ COVID-19, მიმართეთ ძუძუთი კვების საკითხზე ქალთა კონსულტაციას, ან თქვენ შეიძლება მიიღოთ დახმარება სათანადოდ მომზადებული ჯანდაცვის პროფესიონალებისაგან

## ბავშვთა კვების სტანდარტულიგაიდლაინები

- » დაიწყეთ ძუძუთი კვება დაბადებიდან 1 საათის განმავლობაში.
- » განაგრძეთ ძუძუთი კვება დაუყოვნებლივ ექსკლუზიურად 6 თვის განმავლობაში, 6 თვის შემდეგ მიეცით ადეკვატური და უსაფრთხო დამატებითი საკვები
- » განაგრძეთ ძუძუთი კვება 2 წლამდე ან მეტი

