



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University

تغذية ونمو الرضيع بعد الخروج من المستشفى Infant Feeding and Growth after Discharge



تغذية الرضيع بعد الخروج

معلومات وتعليمات

١. الرضاعة الطبيعية

ما هي فوائد الرضاعة الطبيعية؟

- ❖ حليب الأم هو الغذاء الأمثل لجميع الرُّضَع تقريبًا بغض النظر عن عمر الحمل.
- ❖ تحسن التطور العقلي لاحقًا لدى الرُّضَع (مكتملي وغير مكتملي النمو) وتوفر حماية مُعزّزة ضد العدوى.
- ❖ يُضاف إلى حليب الأم مكمل غذائي (مَقوِّي حليب الأم) للرضع الخُدج الذين يقلّ وزنهم عن ١٨٠٠ - ١٢٠٠ جم أثناء وجودهم في المستشفى لتوفير السرعات الحرارية والبروتين والعناصر الغذائية اللازمة للنمو والتطور.



ما هي فوائد الرضاعة الطبيعية؟

- ❖ تُنتج الأمهات اللّاتي أنجبين أطفالًا حُدِّجًا حليبًا يحتوي على نسب أعلى من الدهون والبروتين وكلوريد الصوديوم والحديد ومضادات العدوى والعناصر الواقية للدماغ لمدة تقارب ٤-٦ أسابيع بعد الولادة.
- ❖ تختلف تركيبة حليب الأم من أم لأخرى حسب وقت الرضاعة ونظام الأم الغذائي وعمر الطفل الحُدِّج.

توصيات عامة:



- ✓ البقاء في الرضاعة والتعب السريع أمران شائعان بعد الخروج من المستشفى.
- ✓ يجب إرضاع الطفل حسب الطلب كل ساعة ونصف إلى ثلاث ساعات، وقد يحتاج الطفل الحُدِّج إلى جدول رضاعة منتظم (مثلًا: كل ثلاث ساعات).



يُتبع توصيات عامة:



✓ إذا كانت هناك حاجة للتغذية التكميلية عند الخروج بسبب ضعف النمو أو انخفاض كمية الحليب المتناولة أو وجود قيود على كمية السوائل فقد يوصي الطبيب أو أخصائي التغذية بإضافة ٢ إلى ٤ رضعات يوميًا من حليب صناعي انتقالي خاص بالحدّج بتركيز ٢٢ سعرة/ أونصة أو ٢٤ سعرة/ أونصة.

في هذه الحالة: اتبع توصيات الطبيب أو أخصائي التغذية عند الخروج بعد المتابعة في العيادة الخارجية.

- ✓ استشر مقدم الرعاية الصحية بخصوص وصف الفيتامينات المتعددة ومكمل الحديد وفيتامين دال.
- ✓ في حال وجود أي تساؤلات أو قلق بما يخص تغذية الرضيع أو وزنه يُرجى الرجوع دائمًا إلى مقدم الرعاية الصحية لتقييم الحالة وتقديم التوصيات المناسبة.

٢. التغذية بالحليب الصناعي

ملاحظة:



نُوصي بالرضاعة الطبيعية لجميع الرُّضّع عندما يكون ذلك ممكنًا. ومع ذلك، إذا لم تكن الرضاعة الطبيعية ممكنة لأي سبب، فتنطبق التوصيات التي سيتم ذكرها لاحقًا.

ما هي فوائد التغذية بالحليب الصناعي؟

❖ يحتوي الحليب الصناعي الانتقالي الخاص بالخُدْج على نسب أعلى من البروتين والمعادن والعناصر الدقيقة والدهون غير المشبعة طويلة السلسلة، كما أنه يوفر سرعات حرارية أكثر مثل: ٢٢-٢٤ سعرة/ أونصة مقارنةً بالحليب الصناعي العادي.



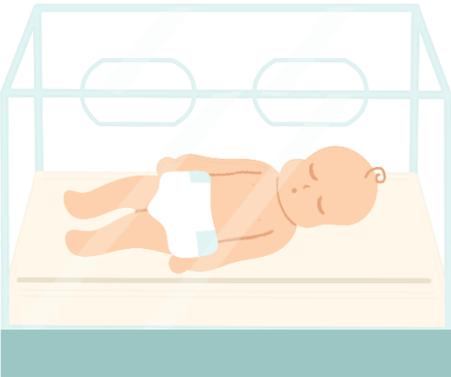
ما هي فوائد التغذية بالحليب الصناعي؟

❖ قد يصفها مقدم الرعاية الصحية عندما تكون هناك حاجة لزيادة السرعات الحرارية لتحسين النمو في حال وجود قيود على السوائل أو ضعف في زيادة الوزن.

توصيات عامة:



- ✓ بناءً على الحالة الطبية للرضيع وتاريخه في النمو، قد يتم إخراج الطفل من المستشفى على حليب صناعي انتقالي للحدِّ حتى عمر ٩ أشهر (العمر المصحح).
- ✓ قد يُظهر الأطفال الخُدَّج الأصحاء والأكبر حجمًا نموًا أسرع، وقد لا يحتاجون غالبًا إلى استخدام الحليب الصناعي الانتقالي ويتم صرف الحليب الصناعي العادي.



يُتبع توصيات عامة:



✓ إذا كان طفلك يتناول حليبًا صناعيًا انتقاليًا مُدعمًا بالحديد أو حليبًا صناعيًا عاديًا، يجب استشارة مُقدم الرعاية الصحية قبل البدء بأي مكملات مثل الفيتامينات المتعددة أو فيتامين د ولا يجب البدء بها عشوائيًا.

ملاحظة هامة:



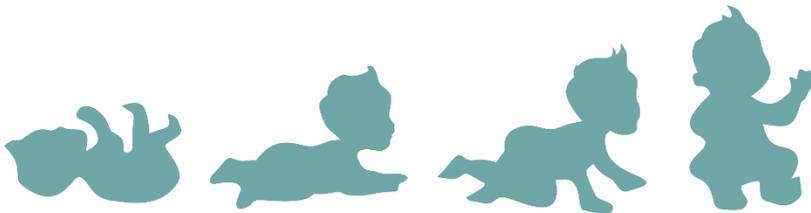
يُرجى دائمًا متابعة توصيات طبيب الأطفال أو أخصائي التغذية الخاص بطفلك بعد الخروج من المستشفى والحرص على المتابعة الدورية. كل طفل خديج له احتياجات غذائية فردية تختلف حسب حالته الصحية ونموه.



ما النتائج المتوقعة لنمو الأطفال الخُدج؟

جدول يبين معدّلات نمو الأطفال الخُدج بشكل تقريبي حتى عمر ١٨ شهرًا (العمر المصحح).

العمر (بالأشهر)	الوزن (جرام/ شهريًا)	الطول (سم/ شهريًا)	محيط الرأس (سم/ شهريًا)
١	٤٠ - ٢٦	٤,٥ - ٣	٢,٥ - ١,٦
٤	٢٥ - ١٥	٣,٦ - ٢,٣	١,٤ - ٠,٨
٨	١٧ - ١٢	٢ - ١	٠,٨ - ٠,٣
١٢	١٢ - ٩	١,٥ - ٠,٨	٠,٤ - ٠,٢
١٨	١٠ - ٤	١,٣ - ٠,٧	٠,٤ - ٠,١



هل هناك نصائح للوالدين أو مقدم الرعاية الصحية

بشأن النمو/ الوزن؟

- يجب أن تضع في عين الاعتبار أن النمو لا يكون دائمًا منتظمًا، قد يزداد الوزن أكثر في بعض الأيام ويقل في أيام أخرى.
- الأهم من ذلك هو وجود نمو مستمر ومنتظم على مدى الأسابيع، وليس التغييرات اليومية.
- إذا كان معدل زيادة وزن طفلك أقل من ١٥ جم/كجم/ يوميًا بشكل مستمر ولفترات طويلة خاصةً الثلاث الأشهر الأولى من عمره، يجب أن تستشير فريق الرعاية الصحية لطفلك واتبع التوصيات المقدمة.



المصادر والمراجع:

- هيئة أبحاث الرعاية الصحية والجودة: الملحق ب. المواد السريرية لمشاركتها مع مقدمي الرعاية الصحية الأولية.

-الجدول: في كيلي (٦ . ٢)، مقتبس من فيرما، سريدهار، وسبيتزر (٣ . ٢).

-جميع الصور المستخدمة من Canna.com

المراجعة والتدقيق:

تمت مراجعة محتوى هذا الكتيب من قبل

وحدة التغذية العلاجية بمستشفى الملك فهد الجامعي بالخبر.

وحدة التغذية العلاجية

وحدة التوعية الصحية

IAU-25-714



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي
King Fahad Hospital The University