MIBFN
Michigan Breastfeeding Network

သင်ထိန်းသိမ်းပျိုးထောင်နေစဉ်တွင် သင့်ကလေးအတွက် ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သောအစပျိုးခြင်း။

ဒီလို အကူးအပြောင်းကာလတွင် သင့်ကလေးကိုကူညီနိုင်စွမ်း သင့်မှာ ရှိပါတယ်။

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကို ထောက်ခံအားပေးခြင်းနှင့် သင့်ကလေးကို မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းသည် ဒီလိုမကြာခဏဖိစီးမှုများသောကာလတွင် သင့်ကလေး၏စိုးရိမ်ကြောင့်ကျမှုကိုလျော့နည်းစေပြီး ပို၍ကျန်းမာစေပါသည်။

မိခင်နို့သည် ကလေးများကိုကျန်းမာစေပါသည်။ ကလေး ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခွင့် သဘောတူညီချက်စာချုပ်တွင် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းအချက်ကိုထည့်သွင်းပါ။

သင်သည် သင့်ကလေးအတွက် အကျိုးအရှိဆုံးကို အမှန်တကယ် လိုလားကြပါသည်။

ကလေးထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခွင့်၊ ထောက်ပံ့ရေးနှင့် အလည်အပတ်သွားခွင့်များကို ကလေးအတွက် အကျိုးအရှိဆုံးဖြစ်မယ့်အရာတွေအပေါ်အခြေခံပြီး ဆုံးဖြတ်ကြပါသည်။ ကလေးရဲ့ လိုအပ်ချက်မှန်သမျှကို ထောက်ပံ့ပေးနိုင်မယ့် နည်းလမ်းကို အဖြေရှာတာက တရားသူကြီးရဲ့ ပထမဦးစားပေးဖြစ်ပါတယ်။ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းသည် အလွန်အရေးကြီးသောကြောင့် ကိစ္စရပ်တော်တော်များများတွင် မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေမည့် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခွင့် တောင်းဆိုချက်များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားပြီး မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကို ကန့်သတ်ရပ်စဲခြင်းသည် တစ်ကိုယ်ရေကျန်းမာရေးအပေါ် ကောင်းကျိုးမဖြစ်စေပါ။

သင်သည် သင့်ကလေးကို အစဉ်အမြဲကျန်းမာနေစေလိုသည့်အတွက် မိခင်နို့သည် အရေးကြီးပါသည်။

သိပ္ပံနည်းကျအထောက်အထားများကရှင်းပါတယ်။ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းသည် ကလေး၏ကျန်းမာရေးကို လက်ရှိတွင်သာမက ရေရှည်တွင်လည်း အလွန်ကောင်းမွန်သောအကျိုးကျေးဇူးများ ဖြစ်စေပါသည်။ ကလေးကို ကာလရှည်ကြာနို့တိုက်လေလေ ကလေးနှင့် မိခင် နှစ်ယောက်လုံး၏ကျန်းမာရေးကို ပို၍ကောင်းမွန်သောကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုပေးနိုင်လေလေဖြစ်ပါသည်။ ကလေးအသက် ၂နှစ်မပြည့်မီနို့ဖြတ်လျှင် ကလေးတွင် နာမကျန်းရောဂါဖြစ်နှုန်းမြင့်စေသည်ဟု အမေရိကန် မိသားစုစောင့်ရှောက်ရေးဆရာဝန်များအဖွဲ့မှ ဆိုပါသည်။

ဖော်မြူလာနို့သည် မိခင်နို့ကို အစားထိုးလို့မရပါ။

လူနို့ကို ပုံတူပွားလို့မရပါ။ စက်ရုံမှထုတ်လုပ်ပြီး စတိုးဆိုင်များတွင် ရောင်းချနေသော ဖော်မြူလာနို့ သို့မဟုတ် နို့အတုသည် မိခင်နို့ကို ယှဉ်လို့မရပါ။ မိခင်နို့သည် မွေးကင်းစ၊ ကလေးသူငယ်အားလုံးအတွက် ပြိုင်စံရှားသည့် အာဟာရဖြစ်ပြီး အမေရိကန် ကလေးအထူးကုဆရာဝန်များအဖွဲ့မှ အသင့်တော်ဆုံးအာဟာရအဖြစ် ညွှန်ကြားထားပါသည်။ သိပ္ပံပညာရှင်များမှ မိခင်နို့ထဲတွင်ပါဝင်သော ကျန်းမာရေးကိုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေသည့် အသစ်အသစ်သော ပါဝင်ပစ္စည်းများကို လေ့လာရှာဖွေလျက်ရှိပါသည်။ အမျိုးသမီးတစ်ယောက်၏ကိုယ်ခန္ဓာသည် သူမကလေး၏ လိုအင်ဟူသမျှ ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်သော မိခင်နို့ကိုထုတ်လုပ်ပေးနိုင်ပြီး ဒီလိုတစ်ထေရာတည်းသောမိခင်နို့ကို ထုတ်ပေးနိုင်တဲ့မိခင် နှစ်ယောက်မရှိပါ။ ဥပမာအားဖြင့် ကလေးဖျားနာလျှင် မိခင်၏ကိုယ်ခန္ဓာမှ ပိုးမွှားများကို တိုက်ထုတ်ရန် အထူးပြုပစ္စည်းများကို ထုတ်လုပ်ပေးပါသည်။ မိခင်နို့သည် အစာအာဟာရအတွက်တင်မကပါဘူး။ ကလေးသူငယ်များကို နာမကျန်းဖြစ်ခြင်းနှင့် ရောဂါကူးစက်ခြင်းများမှလည်း ကာကွယ်ပေးပါသည်။