

# الرضاعة الطبيعية وثيقة حقوق الأمهات



إن اختيار الطريقة التي سترضعين فيها مولودك الجديد لهي من أهم القرارات التي ستتخذينها في تحضيرك لوصول طفلك الرضيع. يتفق الأطباء أن الرضاعة الطبيعية هي أسلم وأصح خيار لمعظم النساء. ومن حقك أن تكوني على علم عن منافع الرضاعة الطبيعية وأن تطلبي من مقدم الرعاية الصحية الخاص بك أن يشجعك ويسانئك في أمور الرضاعة الطبيعية. تملك المرأة الحق في اتخاذ اختيارها بنفسها فيما يتعلق بالرضاعة الطبيعية. وسواءً كنت تختارين الرضاعة الطبيعية أو لا، فإن لديك الحقوق الأساسية التالية. كما يتحمل مقدمو الرعاية الصحية لشؤون الأمومة مسؤولية التأكد بأنك تفهمين هذه الحقوق. هذه الحقوق هي لك بغض النظر عن عرقك أو عقيدتك أو أصلك الوطني أو توجهك الجنسي أو من يتحمل دفع تكاليف رعايتك الصحية.

## (1) قبل الولادة:

- لك الحق أن تتلقّي معلومات كاملة عن منافع الرضاعة الطبيعية فيما يتعلق بك وبطفلك. وستساعدك هذه المعلومات على اتخاذ خيار عن علم حول كيفية إرضاع طفلك.
- المنافع الغذائية والطبية والنفسية للرضاعة الطبيعية؛
- الخطوات الضرورية لتحضير نفسك للرضاعة الطبيعية؛
- شرح لبعض المشاكل التي يمكن أن تواجهيها وكيفية تجنبها أو إيجاد حلول لها.

## (2) داخل منشأة الرعاية الصحية للأمومة:

- لك الحق أن يبقى مولودك معك فوراً بعد الولادة سواءً أكانت ولادتك طبيعية (مهبلية) أو جراحية (قيصرية). ولك الحق أن تبديني في إرضاع مولودك في غضون ساعة واحدة بعد الولادة.
- لك الحق أن يكون أحد معك حائز على تدريب متخصص في الرضاعة الطبيعية لتزويدك بالمعلومات ومساعدتك عندما تتطلبين المساعدة.
- لك الحق في الإصرار أن لا يُعطى مولودك أي نوع من الحليب الاصطناعي أو أي نوع من اللهايات.
- لك الحق في معرفة ورفض أخذ الأدوية التي يمكن أن تجفف حليب الثدي.
- لك الحق أن يكون مولودك معك على مدار 24 ساعة في اليوم.
- لك الحق في إرضاع مولودك في أي وقت من النهار أو الليل.
- لك الحق في معرفة ما إذا كان طبيبك أو طبيب طفلك يوصي ضد الرضاعة الطبيعية قبل أن تتخذي أي قرار حول الرضاعة الطبيعية.
- لك الحق أن تضعي لافتة على سرير مولودك تنص بوضوح بأن طفلك يرضع رضاعة طبيعية وممنوع منعاً باتاً إرضاعه/ إرضاعها من قنينة فيها حليب اصطناعي مهما كان نوعه.
- لك الحق أن تتلقّي معلومات كاملة حول سير تقدّمك في الرضاعة الطبيعية وأن تحصلي على طرق حول كيفية تحسينها.
- لك الحق في إرضاع طفلك في وحدة الرعاية المركزية لحديثي الولادة. وإذا كان الإرضاع من الثدي غير ممكناً، فيمكنك أن تطلبي أن يُعطى طفلك حليبك الطبيعي المضخوخ أو المستخلص.
- في حال دخولك أو دخول طفلك المستشفى مرة أخرى بعد مرحلة الولادة، فلك الحق أن تتلقّي الدعم لمواصلة الرضاعة الطبيعية. وفي هذه الحالة، سيبدل المستشفى قصارى جهده لتزويد مضخات كهربائية ذات نوعية ملائمة للمستشفى وتقديم التسهيلات لبقائك في نفس الغرفة مع طفلك. سيقوم أحد الموظفين الحائزين على تدريب متخصص في الرضاعة الطبيعية بتقديم المساعدة لك.
- لك الحق أن تحصلي على مساعدة من أحد الحائزين على تدريب متخصص في دعم الرضاعة الطبيعية وعصر حليب الثدي وذلك إذا كان طفلك يتطلب إلى احتياجات خاصة.
- لك الحق أن يتلقّي أحد أفراد عائلتك أو أصدقائك معلومات عن الرضاعة الطبيعية من أحد الموظفين الحائزين على تدريب متخصص في هذا الشأن.

## (3) عندما تغادري مركز الرعاية الصحية للأمومة

- لك الحق أن تحصلي على معلومات مطبوعة حول الرضاعة الطبيعية خالية من الإعلانات التجارية.
- لك الحق أن تغادري المركز دون الحصول على قسائم أو عينات مجانية تهدف إلى تثبيط همتك في متابعة الرضاعة الطبيعية، وأن لا تُعطى لك إلا إذا طلبتي ذلك على وجه التحديد وكانت متوفرة آنذاك في المركز.
- لك الحق أن تحصلي على معلومات حول موارد الرضاعة الطبيعية في مجتمعك المحلي بما في ذلك معلومات عن توافر المستشارين في شؤون الرضاعة الطبيعية ومجموعات الدعم ومضخات الثدي.
- لك الحق أن تحصلي من المركز على معلومات للمساعدة في اختيار مقدم الرعاية الصحية لطفلك وفهم أهمية موعد المتابعة.
- لك الحق أن تتلقّي معلومات حول تجميع وخرن حليب الثدي بسلامة.
- لك الحق في إرضاع طفلك في أي مكان، عام أو خاص، ما لم يذكر خلاف ذلك.

كل الحقوق المذكورة أعلاه هي حقوقك. وإذا لم تحترم مركز الرعاية الصحية للأمومة هذه الحقوق، فيمكنك طلب المساعدة بالاتصال في إدارة الصحة بولاية نيويورك على الرقم 1-800-804-5447.