



# HƯỚNG DẪN

# NUÔI CON BẰNG SỮA MẸ

(Tài liệu NVYT tư vấn cho thai phụ, sản phụ)



# NHỮNG BẤT LỢI NUÔI CON BẰNG SỮA NHÂN TẠO

- ❖ Giảm sự gắn bó mẹ – con.
- ❖ Nguy cơ bị tiêu chảy, viêm phổi, viêm tai và các bệnh nhiễm khuẩn khác.
- ❖ Suy dinh dưỡng, béo phì cao hơn so với bé được nuôi bằng sữa mẹ.
- ❖ Bé dễ bị các bệnh dị ứng như chàm, hen suyễn.
- ❖ Điểm chỉ số thông minh thấp.

Hướng dẫn các bà mẹ không sử dụng bình bú, sữa thay thế sữa mẹ cho trẻ dưới 24 tháng nếu không có chỉ định của bác sĩ.





# CÁC YẾU TỐ LÀM TĂNG TIẾT SỮA

## Các yếu tố làm tăng tiết sữa:

1. Cho bé bú mẹ càng sớm càng tốt.
2. Làm trống bầu sữa sau khi cho bé bú
3. Dinh dưỡng đầy đủ, hợp lý
4. Uống đủ nước (khoảng 2 lít/ngày).
5. Tinh thần vui vẻ , giấc ngủ đầy đủ, hợp lý.

# CÁC YẾU TỐ LÀM TĂNG TIẾT SỮA



**ĂN THỰC PHẨM GIÀU DINH DƯỠNG - ĐỦ CHẤT**

# CÁC YẾU TỐ LÀM TĂNG TIẾT SỮA

UỐNG > 2 LÍT / NGÀY



# CÁC YẾU TỐ LÀM TĂNG TIẾT SỮA



**TÌNH THÂN VUI VẺ SÁNG KHOÁI**



