

# إنفلونزا H1N1 الجديدة (إنفلونزا الخنازير) وارضاع طفلك: ما يتعين على الأمهات معرفته

٦ يوليو، ٢٠٠٩ ٤:٠٠ مساءً بالتوقيت الشرقي

في هذه الصفحة

- [ما هو فيروس الإنفلونزا الجديد؟](#)
- [ما الذي يمكنني القيام به لحماية طفلي الرضيع؟](#)
- [هل يمكن أن أرضع طفلي إذا كنت مريضة؟](#)
- [هل تحمي الرضاعة الطبيعية الأطفال الرضع من فيروس الإنفلونزا الجديد؟](#)
- [هل يجب أن أتوقف عن إرضاع طفلي طبيعياً إذا كنت قد أصبت بإنفلونزا؟](#)
- [إذا أصب طفلي بالمرض، هل يمكن أن أرضعه رضاعة طبيعية؟](#)
- [هل يمكن استخدام أدوية لعلاج أو الوقاية من إنفلونزا H1N1 الجديدة أثناء الرضاعة الطبيعية؟](#)

يقوم هذا المستند بتحديث المعلومات السابق نشرها للأمهات حول رضاعة الأطفال وإنفلونزا H1N1 الجديدة (إنفلونزا الخنازير). وهو الآن موجه بشكل أكثر وضوحاً للأمهات اللاتي يرضعن أطفالهن طبيعياً وصناعياً ويقترح على الأمهات المرضي بإنفلونزا H1N1 الجديدة (إنفلونزا الخنازير) الاستعانة بشخص ما غير مريض لإرضاع الطفل، كما يقدم إستراتيجيات أكثر تفصيلاً للأمهات المرضعات للحفاظ على الرضاعة الطبيعية طول فترة الإصابة بالعدوى. كما أن هذا المستند يقوم على المعلومات الحالية المتوفرة حول انتشار إنفلونزا H1N1 الجديد في الولايات المتحدة، ويمكن مراجعته مع توفر معلومات جديدة.



## ما الجديد عن فيروس الإنفلونزا الجديد؟

تم اكتشاف فيروس إنفلونزا H1N1 الجديد لأول مرة (والذي يطلق عليه في بعض الأحيان "إنفلونزا الخنازير") بين البشر في إبريل ٢٠٠٩ في الولايات المتحدة الأمريكية. ينتشر هذا الفيروس من شخص لآخر، ومن المحتمل أن يكون ذلك بنفس الطريقة العادية لانتشار فيروسات الإنفلونزا العادية.

## ماذا أستطيع أن أفعل لحماية طفلي الرضيع؟

اتخذي [الإجراءات الاحتياطية اليومية](#) مثل غسل اليدين بالماء والصابون أو استخدام غسول يحتوي على الكحول قبل إرضاع طفلك. يمكن العثور على المزيد من العادات الصحية السليمة للوقاية من الإصابة بفيروس الإنفلونزا يمكن العثور عليها على موقع الويب التالي:

<http://www.cdc.gov/flu/protect/habits.htm>. بالإضافة إلى ذلك، تجنبي العطس أو السعال

في وجه الطفل أثناء إرضاعه، أو في أي وقت آخر تكوني قريبة من طفلك. إن أمكن، يجب أن يرعى الطفل أعضاء العائلة غير المرضى فقط. إذا كنت مريضة ولا يوجد أحد آخر لرعاية الطفل الرضيع، فيجب ارتداء قناع الوجه، إذا كان متوفرًا ولا يسبب لك ضيقًا وغطّي فمك وأنفك بمنديل عند العطس أو السعال. للمزيد من المعلومات، الرجاء الإطلاع على [التوصيات المؤقتة لاستخدام قناع الوجه أو قناع التنفس](#).



## هل يمكن أن أرضع طفلي إذا كنت مريضة؟

إن الأطفال الرضع معرضين بشكل أكبر للإصابة بعدوى إنفلونزا "أ" (H1N1) الجديدة بدرجة خطيرة، ولا تتوفر معلومات كافية حول وقاية الأطفال الرضع من عدوى إنفلونزا H1N1 الجديدة. إذا كنتي ترضعين طفلك طبيعيًا أو صناعيًا، فيجب الانتباه لحماية الطفل من التعرض لفيروس الإنفلونزا بالاستعانة بالأساليب التالية:

- اطلبي المساعدة من شخص ليس مريضًا لإرضاع الطفل والعناية به، إن أمكن.
- إذا لم يوجد شخص آخر للعناية بالطفل أثناء مرضك، فحاولي ارتداء قناع وجه طوال الوقت عند إرضاع الطفل أو العناية به. كما يجب أن تكوني حريصة عند غسل اليدين وتتخذي كل الإجراءات الاحتياطية اليومية لوقاية طفلك من الإصابة بالإنفلونزا (<http://www.cdc.gov/flu/protect/habits.htm>). إن استخدام بطانية مصنوعة من القماش بينك وبين طفلك خلال الرضاعة يمكن أن يكون مفيدًا.
- إذا كنتي ترضعين رضاعة طبيعية، فيمكنك الاستعانة بشخص غير مريض لإعطاء طفلك لبنك الطبيعي بعد وضعه في زجاجة. في الحقيقة، إن الأطفال الذين تقل أعمارهم عن ٦ أشهر يجب أن يحصلوا على رضاعة طبيعية. ويمكن تعاطي أدوية لعلاج الإنفلونزا أثناء الرضاعة الطبيعية.



## هل تحمي الرضاعة الطبيعية الأطفال الرضع من فيروس الإنفلونزا الجديد؟

هناك العديد من الطرق التي يمكن من خلالها للرضاعة الطبيعية ولبن الأم الطبيعي حماية صحة الأطفال الرضع. يمكن أن تكون الإنفلونزا خطيرة جداً في الأطفال الرضع. إن الأطفال الذين لا يحصلون على رضاعة طبيعية يصابون بعدوى مثل الإنفلونزا في معظم الأحيان، وبشكل أكثر حدة من الأطفال الذين يتم إرضاعهم طبيعياً.

وبما أن هذا فيروس جديد، فنحن لا نعرف حتى الآن وسائل معينة للوقاية منه. إن الأمهات ينقلن أجسام حماية مضادة إلى أطفالهم أثناء الرضاعة الطبيعية. والأجسام المضادة هي نوع من البروتينات التي يفرزها النظام المناعي في الجسم. وتساعد الأجسام المضادة على مكافحة العدوى.

إذا كنتِ مصابة بالإنفلونزا وترضعين رضاعة طبيعية، فيمكنك الاستعانة بشخص غير مريض لإعطاء طفلك لبنك الطبيعي بعد وضعه في زجاجة.



## هل يجب أن أتوقف عن إرضاع طفلي طبيعياً إذا كنت قد أصبت بالإنفلونزا؟

لا. وذلك لأن الأمهات يفرزن أجساماً مضادة لمحاربة الأمراض التي يتعرضن لها، ويتميز لبنهن بتركيبية خاصة تساعد على محاربة الأمراض التي يتعرض لها أطفالهن أيضاً. والرضاعة الطبيعية هاماً للغاية للأطفال الرضع أثناء تطور نظامهم المناعي. ويمكن تعاطي أدوية للوقاية من الإنفلونزا أثناء الرضاعة الطبيعية. يجب أن تتأكدي من غسل اليدين بين الحين والآخر وإتباع الإجراءات الاحتياطية اليومية (<http://www.cdc.gov/flu/protect/habits.htm>). ومع ذلك، ففي حالة ظهور أعراض الإنفلونزا مثل الحمى، أو السعال، أو احتقان الزور، يجب أن تطليبي من شخص غير مريض العناية بطفلك. إذا أصبحتي مريضة، يستطيع شخص غير مريض إعطاء طفلك لبنك الطبيعي بعد وضعه في زجاجة.



## هل يمكن استخدام أدوية لعلاج أو الوقاية من إنفلونزا H1N1 الجديدة أثناء الرضاعة الطبيعية؟

نعم. الأمهات اللاتي يرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية ويستخدمن أدوية لعلاج الإنفلونزا لكونهن مريضات يجب أن يضعن لبنهم الطبيعي في زجاجات الإرضاع، والتي يمكن أن يستخدمها شخص

آخر غير مريض لإرضاع طفلك. والأمهات اللاتي يرضعن أطفالهن رضاعة طبيعية وبستخدمن أدوية للوقاية من الإنفلونزا لتعرضهن للفيروس يجب عليهن الاستمرار في رضاعة الطفل طبيعياً طالماً لم تظهر عليهن أعراض الإنفلونزا، مثل الحمى، أو السعال، أو احتقان الحلق.



## إذا أصيب طفلي بالمرض، هل يمكن أن أرضعه رضاعة طبيعية؟



نعم. إن أحد أفضل الأشياء التي يمكن القيام بها للطفل الرضيع هي الاستمرار في الرضاعة الطبيعية.

- لا تتوقفي عن الرضاعة الطبيعية إذا كان الطفل مريضاً. امنحي طفلك كل الفرص المتاحة للرضاعة الطبيعية خلال فترة المرض. إن الأطفال الرضع المرضى يحتاجون لسوائل أكثر من حاجتهم إليها عندما يكونوا أصحاء. والسوائل التي يحصل عليها الأطفال الرضع من اللبن الطبيعي أفضل من أي شيء آخر، حتى أنه أفضل من الماء، أو العصير، أو Pedialyte® لأنه يساعد على حماية النظام المناعي لطفلك.
- إذا كان طفلك مريضاً للغاية ولا يستطيع الرضاعة طبيعياً، فعليه أن يشرب اللبن من كأس، أو زجاجة، أو محقن، أو قطارة.



الرجاء تصفح [موقع ويب H1N1 التابع لمركز مكافحة الأمراض والوقاية منها \(CDC\)](#) بين الحين والآخر لمعرفة أحدث المعلومات.

- آخر مراجعة لهذه الصفحة تمت بتاريخ ٦ يوليو ٢٠٠٩ الساعة ٤:٠٠ مساء بالتوقيت الشرقي
- آخر تحديث لهذه الصفحة تم بتاريخ ٦ يوليو ٢٠٠٩ الساعة ٤:٠٠ مساء بالتوقيت الشرقي
- مصدر المحتوى: [مركز مكافحة الأمراض والوقاية منها](#)