

پیام های بهداشتی به مناسبت هفته جهانی ترویج تغذیه با شیر مادر

1-پیام های مدیران، کارکنان

- قانون ترویج تغذیه با شیر مادر و حمایت از مادران شاغل با حفظ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر در راستای اجرای قانون حمایت از خانواده و جوانی جمعیت است. حمایت سازمانی مدیران نقش مهمی در توانمند سازی مادران شاغل و تداوم تغذیه با شیر مادر دارد. آگاهی مدیران از اهمیت ترویج تغذیه با شیر مادر در بهبود شاخص های شیردهی تاثیر گذار است. چالش های محل کار، شایعترین علت عدم تغذیه با شیر مادر است. توانمندی کارکنان بهداشتی در مشاوره موثر تغذیه با شیر مادر، از شروع خود سرانه شیر مصنوعی جلوگیری کند. فراهم کردن امکانات و فضاهای مناسب برای تغذیه با شیر مادر در محیط های کاری و اجتماعی حق مادر و کودک است. مدیران و کارفرمایان با اعطاء 9 ماه مرخصی زایمان، یکساعت مرخصی ساعتی روزانه، تامین امنیت شغلی مادران و ایجاد مهد کودک در جوار محل کار، در در سلامت مادران و نسل آینده سهیم باشید. با اجرای دو قانون ترویج تغذیه با شیرمادر و حمایت از خانواده و جوانی جمعیت، از مادران شاغل شیرده حمایت کنیم. بیمارستان دوستدار کودک نقش کمک و حمایت به مادران در شیردهی موفق و تغذیه انحصاری با شیر مادر دارد. شروع تغذیه با شیر مادر ظرف یکساعت اول تولد، جان يك ميليون نوزاد جهان را در سال نجات مي دهد. تغذیه با شیرمادر، حق مادر و کودک است. این حق را با رعایت قانون ترویج تغذیه با شیرمادر و حمایت از مادران شیرده به آنان اعطاء کنیم.

پیام ها ویژه مادران

- تغذیه شیرخوار با شیرمادر علاوه بر بهره مندی از مزایای شیر مادر در تامین سلامت کودک، کمک به اقتصاد خانواده، کاهش هزینه و فرزندآوری تاثیر گذار است.
- مادر گرمی : بیمارستان های دوستدار کودک با اجرای ده اقدام ، شروع موفق تغذیه با شیرمادر را تضمین می نمایند. با کارکنان بهداشتی درمانی همکاری کنید. شروع تغذیه با شیر مادر ظرف یک ساعت اول تولد، امکان تغذیه با آغوز را برای نوزاد فراهم می کند که اولین واکنس او محسوب می شود و به تولید شیر کافی برای تغذیه بعدی کمک می کند.
- مادر گرمی اگر تماس پوستی با نوزاد را بلافاصله پس از تولد و تغذیه نوزاد را با شیر مادر به محض آمادگی او شروع کنید، اساس تندرستی او را بنا نهاده اید. شروع تغذیه با شیر مادر ظرف یکساعت اول تولد اولین و حیاتی ترین گام برای کاهش مرگ و میر شیرخواران و کودکان زیر 5 سال است. شروع تغذیه انحصاری با شیرمادر در ساعت اول تولد از 22 درصد مرگ نوزادان پیشگیری می کند. تماس پوست با پوست مادر و نوزاد و تغذیه نوزاد بلافاصله پس از تولد با شیرمادر موجب رشد و تکامل بهتر کودک می شود. تضمین تغذیه با شیرمادر، از طریق ده اقدام دوستدار کودک شروع تغذیه با شیرمادر طی ساعت اول تولد: اولین و حیاتی ترین گام برای کاهش مرگ و میر شیرخواران و کودکان است. مادر گرمی قبل از هر تصمیمی در مورد روش تغذیه شیرخواران به مراکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید. مادر گرمی تغذیه با شیرمصنوعی (شیرخشک) را خودسرانه شروع نکنید.

پدران و خانواده ها

- تشکیل خانواده با شکوه ضمن کمک به جوانی جمعیت در کمک و حمایت از مادر و شیرخوار و تربیت فرزندان شاد تاثیر گذار است. مادران برای شیردهی موفق، به حمایت اعضا خانواده به ویژه همسر نیاز دارند. ترویج تغذیه با شیر مادر و کمک به مادران از وظایف پدران و سایر اعضا خانواده نیز هست. مراقبت از شیرخوار مسئولیت مشترک همه والدین و سایر اعضا خانواده است. مرخصی بهپدران تحت عنوان "مرخصی والدین" پس از تولد نوزاد، مشارکت بیشتر پدران را در مراقبت از خانواده فراهم می کند، مادر به حمایت خانواده به ویژه همسر برای غلبه به چالش های احتمالی مادری در دوران شیردهی و تشویق به فرزندآوری نیاز دارد.

پیام های جامعه

- تغذیه با شیر مادر کمک به اقتصاد و معیشت خانواده ها و جامعه و فرزندآوری بیشتر است. ترویج تغذیه با شیر مادر و کمک به مادران وظیفه آحاد جامعه است. تغذیه با شیر مادر : ضامن سلامت جسم و روان مادر و کودک و خانواده تغذیه با شیر مادر: ضامن حفظ و بقاء کودک و سلامت مادر، خانواده و جامعه تغذیه با شیر مادر : اهداء عشق و محبت و سلامتی تغذیه با شیر مادر: سرمایه گذاری در سلامت انسان ها يك قطره شیر مادر، يك آسمان محبت، يك دریا سلامت. شیر مادر : کامل ترین غذا برای شیرخواران تغذیه با شیرمادر: سلامتی کودک- شیردهی مادر : سلامتی مادر

تغذیه با شیرمادر : بهره وری بهتر از نعمات الهی

تغذیه شیرخواران با شیرمادر: به نفع اقتصاد خانواده و تشکیل خانواده با شکوه

تغذیه با شیر مادر: یک غذای بی نظیر ، یک داروی شفابخش و یک اکسیر بی مانند

تغذیه با شیر مادر: هدیه بی نظیر الهی به انسان های پاک و کوچک

شیر مادر جایگزین ندارد.

شیر مادر تنها ماده غذایی است که می تواند ضریب هوشی کودکان را تا 8 واحد افزایش دهد.

آغوز بهترین تغذیه برای آغاز حیات، محافظ شیرخوار و اولین واکسن او در برابر بیماری هاست.

آغوز یا شیر روزهای اول حاوی مواد ایمنی بخش است و اولین واکسن برای حفاظت شیرخوار در برابر بیماری ها محسوب می شود.

تغذیه انحصاری با شیرمادر در 6 ماه اول، بهترین وسیله پیشگیری از ابتلاء شیرخواران به اسهال است.

مواد ایمنی بخش شیرمادر، شیرخوار را در برابر بسیاری از بیماری ها محافظت می کند و در صورت بروز بیماری، شدت و احتمال مرگ از آن کمتر است.

شیر مادر به تنهایی تمام نیازهای شیرخوار را در 6 ماه اول عمر تامین می کند.

مادرانی که شیر می دهند از سلامت جسمی و عاطفی روانی بهتری برخوردارند و از ابتلاء آنان به سرطان پستان و تخمدان و پوکی استخوان پیشگیری می شود.

تکامل بینایی ، تکلم و راه افتادن کودکانی که با شیر مادر تغذیه می شوند خیلی سریعتر از سایر کودکان است و از تعادل روانی مناسب تری برخوردارند.

تغذیه با شیر مادر رابطه عاطفی مادر و کودک را تقویت می کند.

کودکانی که با شیر مادر تغذیه می شوند، از تکامل شخصیتی و امنیت روانی بیشتری در دوران بلوغ برخوردارند.

تغذیه با شیر مادر در کاهش بروز پاره ای از بیماری ها در سنین بلوغ و بالاتر، از جمله دیابت و بیماری های قلبی عروقی نقش دارد.

هیچ منبع غذایی سالمتر، مغذی تر ، در دسترس تر و ارزان تر از شیر مادر نیست.

برای بقا کودکان و تامین سلامت آنان در حفظ ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر بکوشیم.

تغذیه با شیر مادر حق همه کودکان و شیردهی حق همه مادران است: امکانات آنرا فراهم کنیم.

به حقوق مادران و کودکان بر اساس قانون ترویج تغذیه با شیر مادر احترام بگذاریم.

عوارض ناشی از مصرف پستانک، شیشه شیر و شیر مصنوعی بی شمار است. پس به مادران شیرده کمک کنیم که بتوانند با آرامش خاطر شیر بدهند تا مادر و کودک، خانواده

و جامعه از مزایای آن بهره مند شوند.

تغذیه با شیر مادر عامل کاهش ابتلا به انواع بیماری ها در کودکی و بزرگسالی است.

افزایش وزن کودکان بر اساس منحنی رشد، بهترین راه پی بردن به کفایت تغذیه با شیرمادر است. برای پایش رشد کودکان به مراکز بهداشتی درمانی مراجعه کنید.

شیرمادر امانتی است الهی که در وجود مادر نهاده شده و مادران نباید آن را از فرزندان خود دریغ نمایند.

ضریب هوشی شیرخوارانی که با شیرمادر تغذیه می شوند، بالاتر از شیرخوارانی است که با شیرخشک تغذیه می شوند.

تغذیه با شیرمادر سپر حفاظتی برای شیرخواران در بحران هاست

شیر مادر یک منبع غذایی سالم و ایمن برای شیرخواران و بطور آتی در دسترس است و حفاظت فعال در برابر بیماری ها را فراهم نموده و شیرخوار را گرم و نزدیک مادر نگه

می دارد.

تغذیه زودرس و انحصاری با شیر مادر در 6 ماه اول عمر، و تداوم تغذیه با شیر مادر تا 2 سالگی همراه با عرضه غذاهای کمکی مناسب و سالم به شیرخوار ، حفاظت مطلوبی

در برابر خطرات محیطی فراهم می کند.

تغذیه با شیر مادر ، از مهمترین مداخلات برای حفظ زندگی است

یک پنجم از مرگ های نوزادان را می توان با شروع زودرس تغذیه انحصاری با شیرمادر (ظرف ساعت اول تولد) پیشگیری نمود.

هیچ منبع غذایی، قابل دسترس تر و مغذی تر از شیرمادر نیست.

تغذیه با شیرمادر: حفظ امنیت غذایی شیرخواران در بحران ها و شرایط اضطراری حتی جنگ

اکثر شیرخواران در 6 ماه اول عمر، نیاز به هیچ ماده غذایی جز شیرمادر ندارند و بعد از 6 ماهگی نیز شیرمادر همراه با غذاهای کمکی.

در بحران ها شیرخواران و کودکان کم سن در برابر سوء تغذیه ، بیماری ها و مرگ آسیب پذیرند. شیرمادر آنان را فعالانه حفاظت می کند.

پیام هایی از آیات و روایات :

مادرانی که می خواهند به نحو کامل به فرزندان خود شیر دهند، لازم است دو سال تمام آنها را از پستان خود شیر بدهند....(آیه 233 سوره البقره)

ما به انسان درباره پدر و مادرش سفارش کردیم، مادرش او را با زحمت حمل کرد و دوران شیرخوارگی او در دو سال پایان می یابد....(آیه 14 سوره لقمان)

برای کودک هیچ شیرینی بهتر از شیر مادرش نیست.(حضرت رسول اکرم ص)

کودک با هیچ شیرینی تغذیه نمی شود که به اندازه شیرمادر خویش مبارک و پر برکت باشد.(حضرت امیرالمؤمنین ع)

زن در دوران بارداری، زایمان و شیر دادن اجر مجاهد در راه خدا را دارد و اگر در این دوران بمیرد برای او اجر شهید است.(حضرت امام جعفر صادق ع)

مادرانی که می خواهند به نحو کامل به فرزندان خود شیر دهند، لازم است دو سال تمام آنها را از پستان خود شیر بدهند.(آیه 233 سوره البقره)

شیر مادر امانتی است الهی در وجود مادر، آن را از فرزندان خود دریغ نکنیم

بر اساس قرآن کریم ، کودکان را دو سال با شیر مادر تغذیه کنید.

یکی از نعمت های بزرگ پروردگار و نمونه ای آشکار از لطف و عنایت او، نعمت گرانقدر شیر مادر است.

روز شمار هفته جهانی ترویج تغذیه با شیر مادر 1404

روز شمار	روز	تاریخ
نقش رسانه ها و فضای مجازی در ترویج تغذیه با شیر مادر	جمعه	10/5/1404
مشاوره شیردهی و شیر مادر	شنبه	11/5/1404
شیر مادر، مسئولیت مادران، مدیران و کارفرمایان؛	1 شنبه	12/5/1404
شیر مادر، نسل سالم و جوانی جمعیت	2 شنبه	13/5/1404
نقش حمایت از تغذیه با شیر مادر در ایجاد محیط زیست سالم	3 شنبه	14/5/1404
سیاستگذاران و ترویج تغذیه با شیر مادر	4 شنبه	15/5/1404
ترویج تغذیه با شیر مادر در بحران، تضمین سلامت کودک	5 شنبه	16/05/1404