



បណ្តុំ & បច្ចេកទេសនៃការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ៖



ការបំបៅទឹកដោះម្តាយដល់កូនដែលមានតម្រូវការពិសេសរបស់អ្នកមានតម្រូវការពិសេសរបស់អ្នក

ការផ្តល់កំណើតដល់កូនដែលមានតម្រូវការពិសេសអាចនាំមកនូវអារម្មណ៍ផ្សេងៗជាច្រើនរួមមានភាពរីករាយ និង ភាពរំភើប ក៏ដូចជាការព្រួយបារម្ភដែលមិនបានដឹងផងដែរ។ អ្វីដែលដឹងនោះគឺថាការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ ឬ ការផ្តល់ទឹកដោះម្តាយគឺជាវិធីដ៏សំខាន់មួយដែលអ្នកអាចជួយបំពេញតម្រូវការរបស់កូនអ្នក។ នៅពេលត្រូវចិញ្ចឹមកូនរបស់អ្នក វាពិបាករកអ្វីមកប្រៀបនឹងផលប្រយោជន៍នៃទឹកដោះម្តាយណាស់។ ទឹកដោះម្តាយមានសមតុល្យអាហារូបត្ថម្ភល្អឥតខ្ចោះដើម្បីជួយឲ្យកូនរបស់អ្នកលូតលាស់ និង ធំធាត់ ក៏ដូចជាការការពារវាយប្រឆាំងនឹងមេរោគឆ្លង និង ជំងឺកុមារភាពទូទៅជាច្រើន។

ផលប្រយោជន៍នៃការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ

ផលប្រយោជន៍នៃទឹកដោះម្តាយគឺពិតជាសំខាន់ចំពោះកូនដែលមានតម្រូវការពិសេសរបស់អ្នក។ តម្រូវការពិសេសអាចរួមមាន ប៉ុន្តែមិនកំណត់ត្រឹម ទារកដែលកើតមកមានរោគសញ្ញារីបណ្តាសសៃនេទិក (Down syndrome), ឆែបបបូមាត់ ឬ ក្រអូមមាត់, បញ្ហាបេះដូង, ជំងឺស្ទះផ្លូវដង្ហើម (Cystic Fibrosis) ឬ ជំងឺអន់ខ្សោយសរសៃប្រសាទ។

ផលប្រយោជន៍នៃអាហារូបត្ថម្ភ និង ភាពស្ម័គ្រចិត្តដ៏ធំរបស់ទឹកដោះម្តាយអាចជួយកូនរបស់អ្នកឲ្យលូតលាស់ធំធាត់ និង រក្សាឲ្យមានសុខភាពល្អ។ ទឹកដោះម្តាយជួយទារកឲ្យឡើងទម្ងន់ និង កាន់តែរឹងមាំសម្រាប់ការព្យាបាល ឬ ការវះកាត់ដែលអាចត្រូវការផងដែរ។ ដូចគ្នានេះដែរ ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយក៏អាចផ្តល់ឥទ្ធិពលវិជ្ជមានផងដែរដល់ការលូតលាស់ និង ការសម្របសម្រួលនៃមាត់របស់កូនអ្នក។

កូនរបស់អ្នកនឹងទទួលបានផលប្រយោជន៍ពីរាល់កំណត់នៃទឹកដោះម្តាយដែលអ្នកផ្តល់ឲ្យ មិនថាបានទទួលតាមសុដន់របស់អ្នក, ប្រដាប់បូម និង ការបំបៅតាមកំប៉ុង ឬក៏វិធីផ្សេងទៀត។ សូមចងចាំថា ការកែខ្លះ ដូចជាការបូមទឹកដោះម្តាយ ឬ ការប្រើចុងសុដន់ពិសេស ក៏អាចមានប្រយោជន៍ផងដែរ។

ផលប្រយោជន៍ជាក់លាក់ចំពោះទារកដែលមានតម្រូវការពិសេស

- ... **រោគសញ្ញារីបណ្តាសសៃនេទិក (Down syndrome) :** ទឹកដោះម្តាយមានឥទ្ធិពលវិជ្ជមានលើសុខភាព និង ការលូតលាស់ទូទៅរបស់ទារក រួមបញ្ចូលទាំងជំងឺផ្តាសាយតិចតួច និង ជំងឺតាមរដូវដែលអាចកើតឡើងជាច្រើន, ការឲ្យពោះរៀនធ្វើមុខងារប្រក្រតី, ការសម្របសម្រួលមាត់ និង អណ្តាតបានល្អ។
- ... **ឆែបបបូមាត់ ឬ ក្រអូមមាត់:** អ្នកជំនាញខ្លះជឿថាទឹកដោះម្តាយអាចធ្វើឲ្យលាក់តិចតួចដល់ផ្លូវដង្ហើមដែលត្រូវប្រឈមរបស់កូនអ្នក និង អាចជួយកាត់បន្ថយជំងឺផ្លូវដង្ហើមធ្ងន់ធ្ងរជាច្រើន។ ដោយសារវាអាចពិបាកបោជាប់ ទារកជាច្រើនដែលមានបបូមាត់ ឬ ក្រអូមមាត់ឆែបបបូមាត់ត្រូវការចុងសុដន់ពិសេស និង អាចត្រូវការប្រព័ន្ធបំបៅពិសេស។ ក្រុមហ៊ុនធានារ៉ាប់រងជាច្រើននឹងផ្តល់ជូនអ្នកនូវប្រដាប់បូមសុដន់ ប្រសិនបើកូនរបស់អ្នកឆែបបបូមាត់។
- ... **បញ្ហាបេះដូង:** ទឹកដោះម្តាយជួយទារកឲ្យលូតលាស់ និង បង្កើតភាពស្ម័គ្រចិត្តដ៏ធំប្រកបដោយការការពារយ៉ាងសំខាន់។ ទារកជាច្រើនដែលមានបញ្ហាបេះដូងពិបាកនឹងបៅដោះម្តាយ ពីព្រោះពួកគេហត់ពេក ដូច្នេះអ្នកអាចប្រើប្រព័ន្ធបំបៅមានជំនួយបន្ថែម ឬ ទឹកដោះដែលបានបូមដាក់ក្នុងកំប៉ុង។



ត្រូវការ ជំនួយ ឬ ជំនួយអំពី ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ?



វាគ្មានបញ្ហាទេក្នុងការ សុំ ជំនួយ៖

ទាក់ទង អ្នកប្រឹក្សាខាងការបំបៅកូន >> [ហៅទូរស័ព្ទទៅ](#) វេជ្ជបណ្ឌិត អ្នកជំនាញ ឬ ពេទ្យកុមាររបស់អ្នក >> [ស្វែងយល់អំពី](#) ប្រភពព័ត៌មានជាច្រើនដែលបានចុះផ្សាយលើគេហទំព័រ www.abbottnutrition.com/breastfeeding

គុណភាពត្រូវបានធានាដោយការចងមេត្រីជាមួយ៖



- ... **ជំងឺស្ទះផ្លូវដង្ហើម (Cystic Fibrosis) ៖** ទឹកដោះម្តាយអាចជួយទារកដែលមានជំងឺស្ទះផ្លូវដង្ហើមបង្កើតភាពស្ងប់ និងជំងឺប្រកបដោយការការពារដែលពួកគេត្រូវការសម្រាប់សុខភាពដង្ហើមដ៏ប្រសើរ។ ទារកខ្លះមានភាពពិបាកក្នុងការរលាយ និង កិនខ្លាញ់ ហើយនឹងត្រូវការទឹកដោះសម្រាប់ទារកពិសេស បន្ថែមលើទឹកដោះម្តាយ។
- ... **ជំងឺអន់ខ្សោយសរសៃប្រសាទ៖** ទឹកដោះម្តាយមានអាហារូបត្ថម្ភជាច្រើនដែលធ្វើឲ្យការលូតលាស់នៃខួរក្បាល និង ភ្នែកបានល្អប្រសើរ។

ការពុះពារភាពលំបាក

ដំបូង សូមដឹងថារាល់តំណក់នៃទឹកដោះម្តាយដែលអ្នកផ្តល់ឲ្យកូនរបស់អ្នកនឹងមានប្រយោជន៍! ក្នុងករណីជាច្រើន អ្នកប្រឹក្សាខាងការបំបៅអាចជួយធ្វើឲ្យការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយទទួលជោគជ័យ។

អ្នកប្រឹក្សាខាងការបំបៅ

- ... ប្រសិនបើអ្នកដឹងមុនថាកូនរបស់អ្នកនឹងកើតចេញមកដោយមានតម្រូវការពិសេស សូមជួបជាមួយអ្នកប្រឹក្សាខាងការបំបៅ មុនពេលអ្នកផ្តល់កំណើតដល់កូនរបស់អ្នក ដើម្បីពិភាក្សារកជំនួយបន្ថែមដែលអ្នកអាចត្រូវការ។
- ... ពួកគេអាចជួយអ្នកដោះស្រាយការព្រួយបារម្ភ ឬ សំណួរអំពីវឌ្ឍនភាពនៃការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយរបស់អ្នក និង ស្ថានភាពជាក់លាក់មួយចំនួនដែលអាចពិបាកក្នុងការបំបៅកូនរបស់អ្នកដោយទឹកដោះម្តាយ។
- ... ពួកគេអាចជួយអ្នកបង្កើតគម្រោងបំបៅប្រកបដោយប្រសិទ្ធភាព និង ផ្តល់ការគាំពារនាពេលអនាគតផងដែរនៅពេលអ្នកបង្កើតគំរូបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ។

ជំនួយបន្ថែម

ស្ថានភាពខ្លះ រួមបញ្ចូលទាំងការចូលស្នាក់នៅមន្ទីរពេទ្យ និង ការព្យាបាល អាចធ្វើឲ្យម្តាយលំបាកបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ ឬ បំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយបានពេញលេញ។ ប៉ុន្តែ សូមចងចាំថា រាល់តំណក់នៃទឹកដោះម្តាយដែលអ្នកផ្តល់ឲ្យកូនរបស់អ្នកនឹងមានប្រយោជន៍!

សំណើបន្ថែមទាំងនេះអាចជួយ៖

- ... **រក្សាអាកប្បកិរិយាវិជ្ជមាន៖** វាអាចត្រូវការពេលវេលាបីសប្តាហ៍ដើម្បីឲ្យអ្នក និង កូនរបស់អ្នករៀនរបៀបបំបៅឲ្យបានត្រឹមត្រូវ។ សូមរក្សាការព្យាយាមបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ។ ផលប្រយោជន៍មានតម្លៃស្មើនឹងកិច្ចខំប្រឹងប្រែង!
- ... **ស្វែងរកការគាំពារ៖** អ្នកប្រឹក្សាខាងការបំបៅរបស់អ្នកអាចផ្តល់ឱវាទដែលអ្នកត្រូវការ។ សុំជំនួយនៅពេលអ្នកត្រូវការ។
- ... **ចាប់ផ្តើមការបំបៅដោយទឹកដោះម្តាយភ្លាមៗនៅពេលអ្នកអាច៖** ព្យាយាមបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយភ្លាមៗ បន្ទាប់ពីកំណើត នៅពេលអាចធ្វើបាន។
- ... **បូម ប្រសិនបើអ្នកត្រូវធ្វើ៖** ប្រសិនបើការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយមិនអាចធ្វើបាន ឬ មិនដំណើរការទេ សូមបូមភ្លាមៗតាមដែលអាចធ្វើបាន បន្ទាប់ពីកំណើត និង ឲ្យបានញឹកញាប់ដូចដែលកូនរបស់អ្នកបៅជាប្រក្រតី។ ជាធម្មតា អ្នកនឹងត្រូវបូមក្នុងពេល ១៥-២០ នាទី រៀងរាល់ ២-៣ ម៉ោង។
- ... **ប្រសិនបើកូនរបស់អ្នកកំពុងឡើងទម្ងន់យឺតៗ សូមសួរអំពីការប្រើទឹកដោះម្តាយផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នកជាសារធាតុបំប៉ន៖** ប្រសិនបើអ្នកជំនាញថែទាំសុខភាពរបស់អ្នកឲ្យយោបល់ថាអ្នកគួរផ្តល់ឲ្យកូនរបស់អ្នកនូវសារធាតុបំប៉ន សូមសួរថាតើអ្នកអាចបញ្ចេញទឹកដោះក្រោយការបំបៅរបស់អ្នក (ទឹកដោះនៅពេលបញ្ចប់ការបំបៅ) ដែលមានចំណុះខ្លាញ់ និង កាឡូរីខ្ពស់ ហើយផ្តល់វាតាមវិធីបំបៅផ្សេងទៀតដែរឬទេ ប្រសិនបើកូនរបស់អ្នកមិនអាចជញ្ជក់បានល្អ។

ត្រូវការ ជំនួយ ឬ ជំនួយអំពី
ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្តាយ?



វាគ្មានបញ្ហាទេក្នុងការ សុំ ជំនួយ៖

ទាក់ទង អ្នកប្រឹក្សាខាងការបំបៅកូន >> [ហៅទូរស័ព្ទទៅ](#) វេជ្ជបណ្ឌិត អ្នកជំនាញ ឬ ពេទ្យកុមាររបស់អ្នក >> [ស្វែងយល់អំពី](#) ប្រភពព័ត៌មានជាច្រើនដែលបានចុះផ្សាយលើគេហទំព័រ www.abbottnutrition.com/breastfeeding