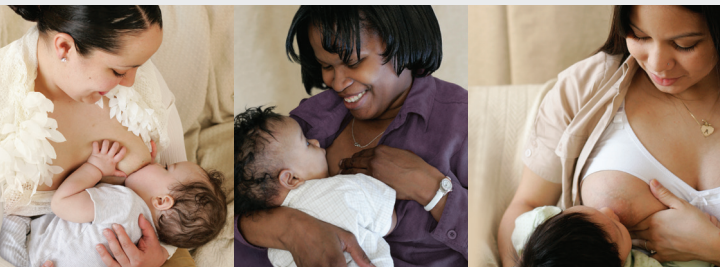


Livrè sou Alètman



Alètman ofri avantaj sante ki san parèy pou manman an ak tibebe a. Pwofesyonèl swen sante yo ak anplwaye yo ka jwe yon wòl enpòtan nan ankouraje alètman eksklizif ak ogmante kantite tan manman yo chwazi fè li a. Konsèy ak sipò ou yo ta dwe kòmanse pandan pasyan an ansent lan, epi kontinye pandan peryòd li ti nouris la e pi lontan toujou.

Livrè sa a kreye pou sipòte ou nan efò ou yo.

Pandan swen prenatal yo:

Jan Akademi Ameriken pou Pedyatri a Kongrè Ameriken pou Obstetrisyen ak Jinekològ rekòmande sa a, ankouraje fanm ansent yo pou yo bay tete sèlman pandan sis mwa.

Sa w ap di fanm ansent yo ak fanmi yo enpòtan anpil. Si w rekòmande alètman eksklizif lan, fanm ansent yo ka vle bay tete pandan plis tan toujou.

Fè manman ki ap bay tete yo konnen:

- “Lèt tete ede bay tibebe w la pwoteksyon kont maladi, li pa t ap jwenn nan lèt atifisyèl pou tibebe a sèlman.”
- “Toutotan ou bay tibebe w la tete, se plis li bon. Chak gòje lèt tete tibebe w la bwe enpòtan. Li ede ou tou diminye pwa ou te pran pandan gwosès la ak diminye risk kèk kansè ou ta ka genyen.”
- “Li ta ka yon ti kras difisil nan kòmansman, men l ap vin pi fasil. Ti bebe w la ap benefisye sa a pandan tout lavi tibebe l.”
- “Pifò fanm ansent kapab bay tete. Kò ou ap pwodui tout lèt tibebe w la ap bezwen pandan sis premye mwa nan lavi l yo.”

Manman Yo Kapab Bay Tete Si Yo:

- **Fè sezaryèn (C-section)**
Kòmanse bay tete imedyatman, nan pozisyon preske alonje sou yon bò oswa nan pozisyon chita dwat.
- **Pran medikaman**
Pifò medikaman yo ka pran pandan alètman. Konsilte enfòmasyon sou preskripsyon pwodwi yo ak baz done LactMed sou medikaman espesifik yo: toxnet.nlm.nih.gov.
- **Te fè operasyon tete (kit se te pou ogmantasyon oswa rediksyon tete)**
 - Mamoplasti ogmantasyon: Bay tete souvan pou konsève rezèv lèt la.
 - Rediksyon tete: Siveye kwasans tibebe a paske rezèv lèt la ka pa sifi.
 - Byopsi tete ki enplike ensizyon wonn tete a: Fanm ansent yo ka konpanse sa a nan ogmante pwodiksyon nan tete ki pa afekte a, men fòk kontwòle kwasans tibebe a paske rezèv lèt la ka pa ase.
- **Fè Epatit A**
Kòmanse alètman an apre tibebe a fin resevwa sewòm globilin iminitè epi pran vaksen an lè li gen en (1) an.
- **Fè Epatit B**
Kòmanse alètman an apre tibebe a fin resevwa piki globilin iminitè Epatit B a epi resevwa premye dòz nan seri vaksen twa-dòz epatit B a.
- **Fè Epatit C**
Epatit C pa yon kont-endikasyon pou alètman, men reverifye si pwent tete yo fann oswa ap senyen.
- **Genyen pwent tete pèsè**
Retire bijou nan pwent yo anvan alimantasyon an pou evite ris toufe tibebe a.
- **Bwè alkòl detanzantan**
Pa bay tete pandan de èdtan apre ou fin bwè.
- **Fimen**
Bay paran yo konsèy pou yo sispann fimen epi pou yo evite ekspozè tibebe yo nan lafimen lòt moun k ap fimen.

Manman Yo Pa Kapab Bay Tete Si Yo:

- **Genyen VIH**
- **Genyen viris T-lenfotwòp imen (Human T-cell Lymphotropic Virus, HTLV), Tip I oswa II**
- **Pran dwòg, tankou Kanabis (marigwana), kokayin, metanfetamin elatriye.**
- **Ap resevwa ajan chimyoterapi kont kansè, izotòp radyo-aktif oswa òmòn**
- **Genyen yon blese èpèks aktif sou tete a (zona, varisèl)**
- **Genyen yon varisèl ki pa trete**
- **Genyen yon tibebe ki soufri galaktosemi**

Remak: Nan manman ki fè alètman yo ki gen tibebe ki te genyen oswa yo te sispèk yo genyen defisyans G6PD: Memsì sa a pa kont-endikasyon pou alètman, manman ki fè alètman pa ta dwe mete nan bouch yo pwa fava oswa medikaman tankou nitrofurantoin, fosfat primaquine oswa idroklorid fenazopiridin, paske yo konnen yo pwovoke emoliz lakay moun ki gen ensifizans.



Nan lopital la:

Bay direktiv nan ankouraje bay tete depi nan akouchman jiska egzeyat.

Obstetrisyen:

• Lè w rive nan depatman Tranche ak Akouchman an:

- Verifye si yo konnen sityasyon VIH la pandan tranche a (egzije yon tès rapid si yo pa konnen li).
- Verifye si medikaman matènèl yo konpatib ak alètman lè ou konsilte enfòmasyon sou preskripsyon pwodwi yo ak baz done LactMed sou medikaman espesifik yo: ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501922/.

• Ankouraje kontak ak tete a bonè:

- Mete tibebe a an kontak po a po ak manman an imedyatman apre akouchman an pou premye tete a ka reyisi. Pou manman ki ap bay lèt atifisyèl, mete tibebe a an kontak po a po pou omwen yon èdtan imedyatman apre akouchman an.
- Mande ekip pedyatri ak swen enfimye a pou yo minimize evalyasyon medikal ak entèvansyon pou tibebe ki an sante jiskasko yo eseye premye alimantasyon yo.
- Bay paran yo konsèy pou yo evite sison ak sipleman lèt atifisyèl.

• Ankouraje pou manman an kontinye alimante tibebe a toutotan l ap mande lèt:

- Ankouraje pou manman an ak tibebe ki fenk fèt la rete nan menm sal pou fasilite tibebe ki fenk fèt la jwenn lèt lè li va mande sa a. Enfòmasyon manman k ap bay tete a alimantasyon sou demann lan ap amelyore sikilasyon ak rezèv lèt la:

“Nan premye semèn yo, w ap dekouvri toutotan tibebe a tete, se toutotan lèt la ap koule pi byen.”

- Lè yo endike pwosedi matènèl yo, pwograme yo apre yo fin bay tete oswa fè aranjman pou itilize ponp elektrik lopital la anvan pwosedi a si manman k ap bay tete a ap kite blòk la pou plis pase dezèdtan.

Pedyat:

• Ankouraje kontak ak tete a bonè:

- Ankouraje kontak po a po imedyatman e pwolonje ak manman ki sot akouche tousuit apre akouchman an.
- Yo ka bay vitamin K san danje nan entèval sizèdtan apre nesans lan epi yo pa ta dwe pèdi tan pou premye opòtinite alètman an.

• Priorize alètman nan Enfimri a:

- Bay òdonans pou “alètman inikman an san sipleman sof vitamin D” amwenske ta gen kont-endikasyon sa a.
- Preskri vitamin D 400 inite entènasyon (IU) gout oral nan bouch yon fwa pa jou.
- Mande enfimye oswa espesyalis alètman an pou li al konsilte manman ki ap fè alètman an san pèdi tan pou ofri li sipò.
- Prezante kolostrom nan ak tout avantaj li yo: “Li pa sanble lèt, men li ap satisfè ti bebe a, ba li pwoteksyon espesyal, epi ba li tout eleman nitritif yo ak likid tibebe w la bezwen premye jou apre nesans lan.”
- Ankouraje pou manman an ak tibebe ki fenk fèt la rete nan menm sal pou fasilite tibebe ki fenk fèt la jwenn lèt lè li va mande sa. Enfòmasyon manman k ap bay tete a alimantasyon sou demann lan ap amelyore sikilasyon ak rezèv lèt la: “Nan premye semèn yo, w ap dekouvri toutotan tibebe a tete, se toutotan lèt la ap koule pi byen.”
- Bay paran yo konsèy pou yo evite sison ak sipleman lèt atifisyèl sof si doktè rekòmande sa a.

• Planifikasyon egzeyat:

- Asire w ou pwograme randevou twa-a-senk jou a nan klinik ekstèn nan pou premye suivi konsènan alètman.
- Bay enfòmasyon pou yo ka kontakte w pou sipò alètman pandan egzeyat la.
- Si paran yo pran echantiyon lèt atifisyèl, yo kapab kontakte resousyo ki nan do flayèz la si yo gen kesyon.

Apri Egzeyat nan Matènite oswa Enfimri pou Tibebe ki Fenk Fèt

Pandan Peryòd Apri Akouchman an oswa Pandan Konsiltasyon Swen Matènèl Yo: Kontinye ankouraje ak sipòte.

- Poze kesyon sou kantite tan alètman ak sa ki ka pèmèt li reyisi.
- Goumen pou Alètman esklizif sou sis premye mwa yo.
- Prepare w pou bay referans espesyalis alètman patiklye oswa resous kominotè lè sa a nesèsè.

Pandan Konsiltasyon Twa-a-Senk-Jou a kay Pedyat la: Evalyasyon, preskripsyon vitamin D ak planifikasyon.

- Sonje pou ou pale avèk pasyan an. Men kèk fason yo pwopoze pou kòmanse konvèsasyon:
 - “Kijan lèt ou koule?”
 - “Èske tibebe a tete byen?”
 - “Èske ou gen enkyetid konsènan tete w oswa kijan alètman an ap dewoule?”

Medikaman Ki San Danje Pou Fanm Ki Ap Fè Alètman

Anti- Ipetansyon	Anti- enfeksyon	Medikaman kont dyabèt	Medikaman Doule
Methylodopa (Aldomet)	Clindamycin	Ensilin	Mòfin ak pwodui derive
Labetalol	Ampicillin- sulbactam (Unasyn)	Glyburide (glikoz tibebe ka kontwole, men efè negatif yo ra)	Asetaminofèn
Nifedipine (Procardia)	Fluconazole Gentamicin	Metformin	Ibipwofèn

Konsilte pwodui yolè w ap preskri medikaman ak Bazdone LactMed ak konsènan medikaman espesifik yo: ncbi.nlm.nih.gov/sites/books/NBK501922/.

- Sa k t ap pi bon, se suiv alètman an epi kontwole kijan li ap dewoule.

Siy Ki Di yon Alètman Ap Pyen Pase

- Bouch tibebe a chita sou wonn pwent tete, pa sèlman sou pwent tete a
- Tibebe a itilize machwè li pou tete, pa sèlman po bouch li
- Ou tandè tibebe k ap vale lèt la
- Tibebe a tete nan tou de sen yo

Siy Ki Di yon Alètman P ap Pyen Pase

- Tibebe a pèdi pou pi piti 10% nan pwa nesans li a nan jou Konsiltasyon Twa-a-Senk-Jou kay Pedyat la
- Li pa souvan pipi oswa pou pou nan Kouchèt li (mwens pase twa a kat kouchèt pipi chak vennkat (24) èdtan, mwens pase twa a kat pou pou chak vennkat (24) èdtan)
- Pwent tete manman an wouj, yo fann (souvan akòz pwoblèm nan pwent tete)

Si gen siy alètman an p ap byen pase, entèvni nenpòt lè sa a nesèsè (pa egzanp, bay nimewo telefòn ak sipò entèn, tankou refere manman k ap fè alètman an bay yon espesyalis alètman oswa bay yon gwoup sipò).
Diplis:

- Ranfòse alimentasyon yo sou demann — epi sipleman pa ladann — pou ogmante rezèv lèt.
- Raple manman ki ap fè alètman an pou li rete idrate pandan li ap bay tibebe a lèt.
- Diskite sou avantaj ki genyen nan pwolonje alètman an jiska sis premye mwa yo, epi anvizaje difikilte ak solisyon yo.

Nan Nenpòt konsiltasyon:

Verifye avansman yo, prevwa difikilte yo epi ankouraje pwolonjman alètman an.

- Fè paran yo sonje pou yo bay tibebe a 400 Inite Entènasyonal (international unit, IU) gout vitamin D oral chak jou jiskaske yo bay omwen yon (1) lit oswa yon (1) ka lèt fòmil oswa lèt antye chak jou.
- Refere moun k ap bay tete a bay yon espesyalis alètman oswa bay yon gwoup sipò nenpòt lè sa a nesèsè. Kenbe enfòmasyon referans yo nan chak sal ekzamen.
- Diskite sou plan konsènan retounen travay ak opsyon ponp lèt. Genyen Ponp elektrik pèsònèl lopital apwouve ki disponib nan kèk Fi, Tibebe, ak Timoun (Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children, WIC), ak atravè asirans nan kèk sikonstans.
- Yo pa prezante sipleman fliyò yo Nan Vil New York.

Chwazi Divès Opsyon Pou Randevou sou Alètman

Alimentasyon dousman, tibebe ki fenk fèt	P92.2
Difikilte pou alimante nan tete, tibebe ki fenk fèt	P92.5
Pwoblèm pou alimante, tibebe ki fenk fèt, sa ki pa espesifye	P92.9
Jonis lakay tibebe ki fenk fèt, sa ki pa espesifye	P59.9
Pèdi pwa nan yon fason anòmal	R63.4
Kriye twòp, tibebe	R68.11
Enfeksyon pwent tete, alètman	O91.03
Enflamasyon tete (mastit) san pij, alètman	O91.23
Pwent tete fann, alètman	O92.13
Swen/Egzamen, manman k ap ale	Z39.1
Examen suivi apre tretman maladi sof timè ki maleng	Z09

Sous: aap.org/breastfeeding/files/pdf/coding.pdf

Pwen – kle sou Alètman

- Tibebe yo ta dwe alimante sou demann sa vle di chak fwa yo montre premye siy grangou, tankou plis vivasite, aktivite fizik, bat bouch oswa reflèkse chèche tete, oswa omwen dis (10) a douz (12) alimantasyon nan tete chak vennkat (24) èdtan.
- Nan premye semèn apre akouchman an, tibebe ki pa egzijan yo ta dwe reveye yo pou yo tete si gen 4 èdtan ki gentan pase depi kòmansman dènye tete a.

Teknik Alètman:

- Manman ta dwe bay tibebe a tete nan toulede sen yo toutotan li rete nan tete a. Fòk manman an chanje premye sen an chak fwa li ap bay tibebe a tete, konsa toulede sen yo ap estimile epi koule lèt sou menm kadans.

Konsèy nan zafè Nitrisyon:

- Dlo ak ji pa nesesè pou tibebe ki nan alètman dayè yo ka pote kontaminasyon oswa alèji bay tibebe a.
- Sipleman (dlo, dlo glikoz, lèt atifisyèl ak lòt likid) pa ta dwe ale nan bouch tibebe ki fenk fèt ki nan alètman sof si doktè rekòmande sa a.
- Tout tibebe ki nan alètman ta dwe resevwa 400 IU gout vitamin D oral chak jou kòmansman nan premye jou apre nesans la epi kontinye jiskaske konsomasyon lèt atifisyèl ki gen vitamin D fòtifye pou chak jou a rive omwen yon (1) lit oswa yon (1) ka pa jou.
- Manje konplèmantè ki rich ak fè yo ta dwe kòmansman rantrè petitapeti nan rejim tibebe a vè sis (6) mwa daj.

Resous

Depatman Sante ak Ijyèn Mantal Vil New York

- Pou kontakte Women’s Healthline, rele **311**.
- Nurse-Family Partnership bay edikasyon sou alètman ak sipò pou fanm ansent. Pasyan yo dwe enskri anvan 28yèm semèn gwosès yo. Pou jwenn plis enfòmasyon, ale sou **nyc.gov/health/nfp** oswa rele **311**.
- Newborn Home Visiting Initiative bay sipò pou alètman pandan premye jou ak semèn apre nesans tibebe a. Pou jwenn plis enfòmasyon, ale sou **nyc.gov/health** epi chèche “**newborn home visiting**” (**vizit lakay tibebe ki fenk fèt**), oswa rele **311** oswa biwo nan lokalite ou a:
North oswa Central Brooklyn: 646-253-5700
South Bronx: 718-579-2878
East oswa Central Harlem: 212-360-5942

Pwogram Espesyal sou Nitrisyon Sipleman tè pou Fanm, Tibebe, ak Timoun, pwogram WIC (Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children, WIC)

Liy dirèk Growing Up Healthy: 800-522-5006

health.state.ny.us/prevention/nutrition/wic/

Depatman Sante ak Sèvis Sosyal Etazini

Liy dirèk Biwo Sante Fanm ki nan Alètman: 800-994-9662

womenshealth.gov/breastfeeding

Asosyasyon Konsiltan Alètman New York (New York Lactation Consultant Association, NYLCA)

nylca.org

La Leche League

800-525-3243

lli.org

Toujou itilize materyèl alètman ki pa komèsyal nan biwo ou.