

REZIME KLAS #8: Kijan pou pire lèt manman ak Altènativ pou ofri lèt la

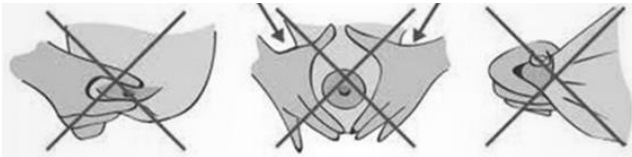
1. Lè yon manman bezwen al travay oswa li pa ka rete ansanm avèk tibebe a toutann, li ka toujou kenbe nan bay tete. Menm li ka toujou bay alètman esklizif. Pou sa, **pire lèt** se yon trè bon alternativ.
2. Sonje ke lijen se trè enpòtan pou bebe a pa tonbe malad. Manman an dwe bien lave men li yo anvan l komansè. Gode ak kouvèti pou pire lèt la epi sa nou itilize pou tibebe a bwè dwe byen lave epi cheche nan solèy.
3. Fòk manman an santi l alèz. Pou fè lèt la koule byen, mase tete yo osinon mete yon moso twal cho sou yo. Sa pral etimile oksitosin nan pou fè lèt la koule.
 - Lè w ap pire lèt ou, mete gwo pous ou anwo pati nwa tete a, epi soutni tete a pa anba ak lòt kat dwèt yo. Kenbe dwèt ou yo omwen 2 oswa 3 dwèt lwen pwen tete a. Peze men ou nan direksyon zo kòt ou ak lè sa a, nan direksyon pwent tete a.



- Vire dwèt yo tanzantan pou w asire w ou vide tout kannal ki bay lèt yo, pandan w ap kontinye fè menm mouvman pouse dèye, peze devan.



- Pa fwote po tete w ni preze pwent tete a, pou l pa blese.



4. Kònsève lèt la byen kouvri nan yon gode byen pwòp. Lèt sa ka rete fre dirán:

Chita nan yon asyèt ki gen dlo fre	8 èdtan
Frigidè	3 jou
Frizè	1 mwa

Li enpòtan pou make l avèk dat li te pire.

Pou bay lèt sa pou bebe a, ou ka mete l nan yon ti dlo cho pou fonti chofe l.

5. Gen diferan altènativ pou ofri lèt la. **Ti Gode** a se opsyon ki pi an sekirite epi ki pi apwopriye pou bay yon ti bebe lèt.
 - Vide sèlman kantite lèt ou bezwen pou tibebe w la nan gode l ap bwè a. Moun k ap okipe tibebe w la dwe toujou vide ti kras plis lèt pase sa l konn bwè sizoka li ta vle bwè plis. Men tou si tibebe w la pa bwè tout sa ki nan gode a, se pou w jete rès la. Pa vide lèt la nan bouch tibebe a, poze gode a sou po bouch anba a epi kite l rale lèt ak lang li.
 - Nou ka itilize yo **ti kiye** tou. Nan ka tibebe ki fèk fèt, nou ka ofri kolostrom ki soti nan manman an dirèkteman nan yon kiyè, lè tibebe a gen difikilte pou souse oswa li dòmi fasil nan tete a.
 - Gen yon lòt metòd ki rele **dwèt-sereng**. Se pou mete yon dwèt nan bouch tibebe a, epi mete bouch sereng la sou lèv anba nan espas ki genyen nan kwen bouch la. Piti piti kòmanse peze sereng la pou lèt la kòmanse soti trè dousman an menm tan tibebe a souse dwèt la.

6. Se yon gwo danje pou w bay tibebe w la manje nan bibwon oubyen nan gode ak bèk si w pa gen kondisyon pou bien lave yo, paske yo pa lave fasil, yo kenbe mikwòb, yo ka fè bebe a malad. Si nou bezwen sèvi ak yon bibon, nou dwe ofri l' nan pi bon fason an, menm jan nou ta ofri tete a. Si se lèt bwat w ap bay, pa bliye toujou respekte mezi dozaj lèt yo endike

7. Si w gen pou retounen travay oubyen pou sòti plis pase 2 zèdtan, ou pap bezwen kanpe bay tete sèlman pou sa. Aprann pire lèt ou depi tibebe w la fèk fèt epi detanzantan aprann li bwè nan gode. Lè w lakay, pwofite bay tete pi plis epi pi lontan, sitou leswa ak lè wikenn. Anvan w sòti, pire lèt kite pou tibebe w la.

8. Manman ki travay nan biwo oswa nan faktori ta dwe genyen konje matènite peye. Pale ak patwon ou pou posibilite fè alètman ak pire lèt nan travay la, ak posibilite w genyen yon orè travay ki fleksib pandan 6 premye mwa yo.

9. Li te montre ke itilizasyon eleman tankou sison ak / oswa bibon gen rapò ak pwoblèm nan kòmansman ak kontinwite nan bay tete a, e menm nan devlopman timoun yo tou.