



هل تحتاج الأم إلى تحفيز
حلمات الثدي قبل الرضاعة
الطبيعية؟

لا تحتاجين إلى تحفيز حلمات الثدي قبل الرضاعة الطبيعية. والنساء التي لديهن حلمات مسطحة أو مقلوبة التواصل مع استشاري الرضاعة لأخذ نصائح عن الأساليب الناجحة للرضاعة



هل تقي الرضاعة الطبيعية
من اكتئاب ما بعد الولادة؟

بينت الرابطة الألمانية لأطباء الأطفال والمراهقين إن الرضاعة الطبيعية يمكنها الحد من خطر إصابة الأم باكتئاب ما بعد الولادة بنسبة 50 %، وأضافت الرابطة الألمانية، أن الباحثين لم يتمكنوا من تفسير التأثير الوقائي للرضاعة الطبيعية على الحالة النفسية للأم، ولكنهم رجحوا أن إنتاج الحليب يساعد على إفراز هرمونات تمنح الأم شعوراً بالراحة النفسية والسعادة وأشار الباحثون إلى أن الأم عادةً ما تعاني بعد الولادة من آلام وصعوبات في النوم وينتابها خوف من الفشل في أداء مهامها الجديدة، مما يزيد من خطر إصابتها بالاكتئاب. غير أن الرضاعة الطبيعية يمكنها أن تحد من الضغط النفسي ومشاعر الخوف"بالإضافة إلى ذلك، ففي حالة إتمام الرضاعة على النحو الجيد، تساعد الأم في الإحساس بالثقة في قدرتها على تغذية طفلها



هل يمكن للأم ان ترضع طفلها
من ثديها بعد اجراء عملية
تجميل للثدي؟

هناك تضارب في الآراء ولكن الغالب تكبير الثدي لا يعيق الرضاعة، و قد تعاني النساء اللاتي خضعن لعملية تقليص حجم الثدي من صعوبات أكثر بالأخص في حالة استئصال نهايات الأعصاب حول حلمة الثدي وعلى المرأة ان تدرك جوانب العملية الجراحية السلبية والايجابية كي تحمي نفسها وطفلها



هل تمنع الرضاعة
الطبيعية حدوث حمل؟

الرضاعة الطبيعية وسيلة جيدة لمنع الحمل، لكنها ليست مضمونة وتصل فعاليته إلى 98 % إذا: كان عمر طفلك أقل من ستة أشهر ولم تعاودك الدورة الشهرية وكنت تكتفين بالرضاعة الطبيعية المطلقة وترضعين طفلك ليلاً ونهاراً إذا اختلت أحد الشروط الثلاثة أو رغبت أخذ الحيلة فاستشيري الطبيب كي يختار لك وسيلة منع حمل مناسبة خلال فترة الرضاعة وحتى فطام طفلك فبعض الوسائل قد تؤثر سلباً على إدرار الحليب لأنها تحتوي على هرمون الاستروجين، وبالتالي تؤثر على الرضاعة

