

CHAPIT 16

Alètman matènèl (bay tibebe lèt anman)

Nan chapit sa a:

Alètman (lèt manman) pi bon.....281

Lèt yo vann pou tibebe ka yon danje.....281

Kouman pou bay tibebe tete.....282

Kouman pou kenbe tibebe a.....282

Lè manman an ap travay deyò.....284

Tire lèt la mete nan boutèy284

Men kalite pwoblèm ki abitye rive pandan alètman.....286

Kè sote si manman an pa gen ase lè...286 Enfeksyon nan tete.....289

Pwent tete a plat oswa li lanvè.....287 Pwent tete a blese oswa l'ap fè mal..290

Tete anfle.....288 Chank.....290

Boul ki bay nan tete (absè)288 Tibebe a gen gaz (kolik).....291

Sitiyasyon ki bay pwoblèm pandan alètman.....291

Marasa..... 291 Lè manman an malad.....292

Tibebe ki twò piti epi tibebe VIH/SIDA.....293

ki fèt anvan le292

Alètman pandan gwosès.....292

Lòt bagay ki ka ranplase lèt manman 294

Alètman matènèl (bay tibebe a lèt manman)

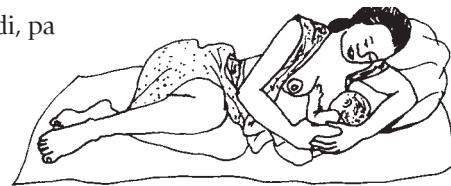
CHAPIT

16

Alètman (lèt manman) pi bon

Lèt manman gen tout kalite manje ke yon tibebe bezwen. Li bay anpil lòt avantaj tou:

- Lèt manman pwoteje tibebe a kont anpil maladi, pa egzanp dyare, pwoblèm poumon, dyabèt, epi kansè.
- Tibebe a santi li an sekirite lè li tou pre ak manman l epi l'ap pran tete l.
- Lèt tete a toujou frèch, li pwòp, epi se yon manje tou pare.
- Bay tete pèmèt matris manman an ratresi apre akouchman an, epi sa ralanti san an.
- Alètman ka anpeche manman an ansent touswit.
- Alètman pwoteje manman an kont maladi zo ak kèk kalite kansè ki te ka devlope.
- Lèt manman pa koute anyen – li gratis!



Tibebe ki tete gen pi bon sante.

Lèt yo vann pou tibebe ka yon danje

Konpayi ki vann lèt nan bwat ak lòt kalite lèt yo fè pou ranplase lèt manman ka di nenpòt bagay pou fè moun achte. Yo ka di ke lèt sa yo alamòd, yo pwòp, oswa yo san danje epi yo gen bon kalite nitrisyon menm jan ak lèt manman. Sepandan, **lèt kalite lèt yo fè pou ranplase lèt manman pa gen menm avantaj ak lèt manman, epi yo se gwo danje pou anpil tibebe.**



Tibebe ki manje nan bibwon gen plis chans pou yo malad oswa pou yo mouri.

- Lèt yo vann pou tibebe pa gen tout bon kalite nitrisyon.
- Li pi difisil pou tibebe a dijere lèt sa yo.
- Oblije gen dlo pwòp ak dife pou bouyi bibwon pou tibebe a sèvi pou bwè lèt sa yo. Si bibwon yo oswa dlo a sal, tibebe a ka gen gwo dyare ki ka menm lakòz lanmò.
- Achte lèt koute anpil lajan.

Gen fanmi ki ajoute plis dlo pou mamit lèt la ka fè plis tan. Sa fe bebe a pa byen devlope, epi yo malad pi plis.

Kouman pou bay tibebe tete

Ede pou manman yo kòmanse bay tete kou tibebe a fin fèt. Premye lèt jòn nan, ke yo rele **colostrum**, se egzaktman sa yon ti bebe ki fèk fèt bezwen. Premye lèt sa a genyen tout bon jan kalite manje tibebe a bezwen, epi li bay plis pwoteksyon kont enfeksyon. Se premye lèt sa a ki lave trip tibebe a tou. Li pa nesèsè pou bay tibebe a te oswa remèd fèy pou netwaye trip li.

Okòmansman, si tibebe gen pwoblèm pou pran tete, manman an ka mete kèk gout lèt sou po bouch tibebe a ak kèk gout sou pwent tete li pou ankouraje tibebe a rale tete a.

Depi tibebe a grangou, manman dwe ba l tete, lajounen tankou lanwit. Anpil tibebe ki fèk fèt ap pran tete chak inè a 2 zèd tan. Plis tibebe a tete, se plis manman an ap gen lèt.

Tibebe a dwe bwè lèt manman l sèlman (pa ba li okenn lòt likid ni okenn lòt manje) pandan 6 premye mwa yo. Menm yon tibebe ki gen laj pou l manje ap toujou bezwen lèt manman l jiskaske li gen 2 zan omwens.



ATANSYON! Lèt manman se sèl manje epi se pi bon manje yon ti bebe bezwen pandan 6 premye mwa yo. Si yon manman bay tibebe lòt lèt, dlo, te, oswa sereyal anvan 6 mwa, tibebe a ap pran tete a mwens. Sa ap lakòz manman an gen mwens lèt. Lòt manje sa yo ka bay tibebe a dyare, alèji, oswa lòt pwoblèm.

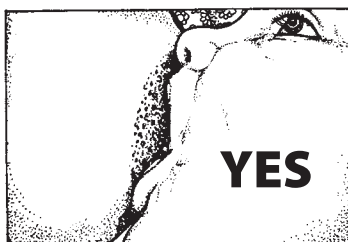
Kouman pou kenbe tibebe a

Li ka difisil pou yon fanm aprann kouman pou l bay premye pitit li tete. Li bon pou w moutre l tout bon pozisyon ki genyen pou l bay pitit la tete. Lè tibebe a nan yon bon pozisyon, sa pèmèt li manje pi byen, epi sa anpeche manman an gen doulè ak blese nan pwent tete l.

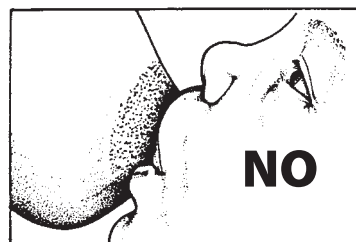
Manman an dwe sipòte tèt tibebe a ak men l oswa ak ponyèt li. Tout kò ti bebe a dwe anfas manman an pou kou l ka pa vire. Pozisyon sa a fè tibebe a bwè lèt la pi fasil.

Lè ti bebe a louvri bouch li laj, manman an dwe pote bebe a vin jwen tete a. Pwent tete a dwe antre byen fon nan bouch tibebe a pou li ka byen kenbe tete a.

Tete a byen antre nan bouch tibebe sa a.



Tete a pa antre ase nan bouch tibebe sa a.



Men pozisyon ki pi bon pou bay tibebe tete

Pwatrin sou pwatrin, manton nan tete

Do manman an rete tou dwat.



Tèt tibebe a soutni nan yon liy ki dwat ak rès kò li.

Tibebe a sousè tete a, se pa pwent la sèlman.

Kò tibebe a rete tou dwat epi fas li vire sou manman an..



Sèvi avèk yon zòrye oswa woule yon twal mete anba do tibebe a.

Kisa manman an dwe manje nan peryòd alètman an

Pou yon fanm ka reprann li apre akouchman an, oswa pou tete l ka gen lèt, li dwe manje menm jan oswa pi plis ke lè li te ansent. Epi li ta dwe manje anpil kalite manje, tankou fwi, legim, epi manje ki gen anpil pwoteyin oswa grès – pa egzanp nwa, pwa, fwomaj, ze, ak vyann.

Li nesèsè pou l bwè anpil likid tou. Dlo, te fèy, ji fwi, ak lèt ap ede l rete an bòn sante epi yo ap ede l gen lèt nan tete.



Lè manman an ap travay deyò

Lè manman an travay deyò, li ka difisil pou se tete sèlman li bay tibebe a pandan 6 premye mwa yo. Si li posib, manman an ka ale nan travay ak tibebe a, oswa lè lè manje tibebe a rive, yon moun ka pote tibebe a ba li. Gen kote, moun ap eseye pran lwa ki bay fanm yo dwa pou yo pran rekreyasyon nan travay pou bay pitit yo tete oswa pou yo tire lèt la nan boutèy..



Tire lèt la mete nan boutèy

Yon lòt fason pou tibebe ka kontinye bwè lèt tete menm lè manman l pa la se pou manman tire lèt la mete la. Apre sa, yon lòt moun ka bay tibebe a li. Lòt rezon ki fè li ka vle tire lèt la ak men li se si tete yo twò plen, oswa si gen yon rezon ki lakòz li pa ka bay tete, men li vle kontinye ap gen lèt.

W ka tire lèt 2 oswa 3 fwa chak jou.



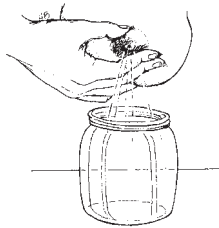
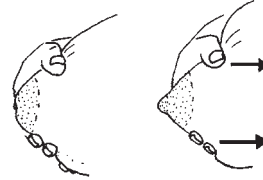
Answit voye lèt la bay yon moun ki ka bay tibebe a manje.



Yon fanm ka chache jwenn yon pomp espesyal ki fèt pou ede tire lèt nan tete fanm pi fasil. Gen klinik oswa sant medikal ki vann oswa ki lwe pomp sa yo. Petèt yo ka vann pomp alamen ki pa konplike epi ki pa chè. Gen fanm ki ka tire lèt la byen fasil ak men yo.

Kouman pou tire lèt ak men

1. Lave yon bokal ak tout kouvèti a ak savon epi dlo pwòp, epi kite l seche nan solèy. Si l posib, vide anpe dlo bouyi nan bokal la epi jete l lè w prè pou sèvi ak bokal la. Dlo cho a ap touye jèm ki nan bokal la epi l'ap kenbe lèt san nan bon kondisyon.
2. Lave men w byen.
3. Mete dwèt w ak gwo pous la arebò pati nwa pwent tete a (areyòl), epi peze l nan direksyon lestomak la.
4. Peze dwèt yo ansanm jantiman epi woule yo ale devan pwent tete a. Pa penchen ni pa rale pwent tete a. Manman an pa dwe gen okenn doulè lè l ap tire lèt la.



5. Deplase dwèt yo toutotou areyòl la pou lèt la ka soti nan tout tete a. Fè sa nan chak tete jiskaske yo vid. Nan kòmansman, pap gen anpil lèt ki soti, men ak pratik, ap gen plis. Leplisouvan, manman an ka jwenn plis lèt pou li tire si li yon kote ki pa gen bri, ki kalm, lè li santi li rilaks. Si l ap panse ak ti bebe a pandan lap fè sa, lèt la ka koule pi byen toujou.

Konsève lèt la

Lèt tete a dwe konsève nan yon resipyan pwòp, ki chode ak dlo bouyi. Kite lèt la tou kouvri nan yon kote ki frèt, pa mete l nan flanm solèy.

Lèt manman an ka rete yon kote (nan kay) nan tanperati nòmal pandan 8 èd tan san li pa gate – depi kote a pa twò cho. Li ka rete menm pi lontan si kote a fè frèt. Eseye vlope bokal la nan twal ki mouye. Lè lèt la nan frijidè, li ka konsève pou 2 rive sou 3 jou. Lèt la ka menm rete nan frizè jiska 2 semèn; men lè glas la fin fonn, ou pa dwe remete l nan frizè ankò.

Pou w ka chofe lèt ki te konsève, mete veso a chita nan yon bòl dlo cho. Pa sèvi avèk fou mikwowond pou chofe lèt tete.



ATANSYON! Lèt ki pa konsève yon kote ki frèt ap gate epi li fèt pou jete. Lèt tete ki gate ka lakòz yon tibebe malad grav.

Bay tibebe lèt lèt



Lè yon jèn tibebe ap bwè lèt lèt, sèvi avèk yon goblè oswa yon kiyè ki pwòp. Menm ti bebe ki fèk fèt ka bwè nan goblè. Pa vide lèt la nan bouch tibebe a; l'ap trangle. Tibebe ki pi gran ka bwè nan yon goblè oswa nan yon bibwon ki gen tetin plastik.

Nan kèlkeswa veso tibebe a ap bwè, li dwe byen pwòp. Bibwon ki sal sitou sa ki gen tetin plastik yo genyen jèm ki ka lakòz tibebe a trape gwo enfeksyon. Bouyi goblè a, bibwon an, ak tetin nan anvan yo sèvi. Si l posib, lave yo ak savon epi dlo pwòp, kite yo seche nan gwo reyon solèy.

Fason yon tibebe souse bibwon oswa souse tete pa menm ak fason li souse tete. Li ka bliye kòman pou l souse tete a kòrèkteman si se nan bibwon li bwè pandan li piti. Plis tibebe pran tete anvan l kòmanse bwè nan bibwon, se plis li pi bon. Si li posib, pa bay yon tibebe ki fèk fèt bibwon.

Pataje lèt tete

Bay ti bebe on lot fanm tete se yon bagay ki komen lakay anpil moun. Anpil manman fe sa pou zanmi oswa fanmi le on manman oblije pati kite pitit la nan lèt manje a. Pataje lèt tete gratis, fasil, ak kapab fe relasyon ant 2 fanmi vin pi sere. Men si on fanm fe VIH oswa SIDA, li posib pou li bay timoun nan enfeksyon nan lèt tete a. Sa ka fet memsi manman an santi ke li an sante oswa li pa konnen si li gen VIH. Li pi bon si fanm yo ka fe tès pou VIH avan yo pataje lèt tete a.

Men kalite pwoblèm ki abitwe rive pandan alètman

Kè sote si manman pa gen ase lèt

Gen fanm ki gen kè sote pou si tete yo pa bay ase lèt. Menm travayè medikal oswa manm fanmi an ka di fanm nan pa gen ase lèt. Leplisouvan se pa janm vre. **Plis tibebe a pran tete, se plis manman an ap gen lèt.**

Gen de lèt tibebe a ka deside toudenkou ke li vle plis lèt ke anvan. Li nòmral. Sa vle di tibebe a ap grandi, li bezwen manje plis. Tibebe a pa bezwen okenn lèt manje ni okenn lèt bagay pou li bwè – sèlman kite li tete pi souvan epi kite li tete kantite tan li vle. Apre li pase 2 jou ap tete konsa, lèt manman an ap vin plis, epi l'ap kapab satisfè bezwen tibebe a.

Si tibebe a sanble li pa satisfè



Pa ba l lèt manje oswa bibwon

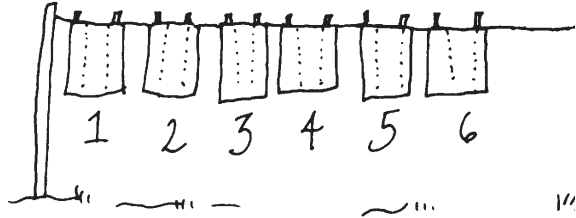


Ankouraje l tete plis



Si tibebe a gwosi epi si li pipi plis ke 6 fwa pa jou, sa vle di li jwenn ase lèt.

Si tibebe a gwosi epi si li pipi plis ke 6 fwa pa jou, sa vle di li jwenn dekwa lèt.



Lèt manman an ap bay tibebe a tout dlo ak nitrisyon li bezwen.

Gen moun ki bay tibebe a dlo, te, oswa lòt likid – sepandan sou 6 premye mwa yo, likid sa yo pa nesèsè; avèdi yo se danje. Lè tibebe a bwè lòt likid, sa ka plen vant li men sa pap ba li bon nitrisyon. Dlo ak lòt likid ki pa pwòp ka lakòz enfeksyon.

Pwent tete plat oswa li lanvè (antre andedan)

Gen kèk fanm ki gen pwent tete plat oswa li lanvè (pwent tete a antre andedan). Menm si sa, leplisouvan tibebe a pran tete a san pwoblèm. Sepandan, manman an ak tibebe a ap bezwen asistans nan premye jou yo.



Pwent tete long



Pwent tete plat

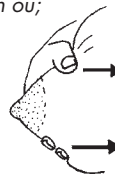
Bay tete lè pwent tete a plat

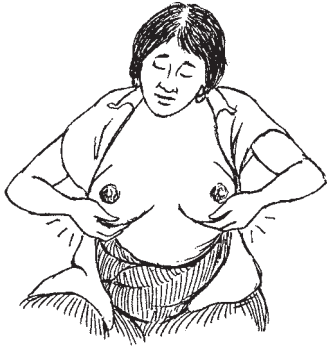
- Kòmanse bay tete touswit apre akouchman – anvan tete yo plen.
- Si tete yo plen anpil, tire anpe lèt ak men pou tete yo ka vin mou.
- Woule pwent tete a byen dousman pou fè l kanpe.
- Mete men w (nan fòm yon tas) toutotou tete a epi rale l soti. Sa ap pèmèt pwent tete a soti deyò.



Pran tete a konsa :

epi rale dèyè ale sou pwatrin ou; pwent tete yo ap kanpe





Tete anfle

Gen kèk fwa, tete manman an plen anpil epi li di, espesyalman pandan premye plizyè jou apre akouchman an. Manman an ka gen anpil doulè, epi li gen plis chans pou l devlope enfeksyon nan tete. Sa ka fè li difisil pou tibebe a rale tete a tou. Si manman an kòmanse bay tibebe a tete toutswit apre akouchman an, epi li fè ti bebel tete souvan, li ka evite pwoblèm sa a.

Sepandan si tete manman an anfle, li ka eseye fè konsa:

- Bay tibebe a tete pi souvan, ni lajounen, ni lanwit (chak 2 zèd tan, nan tou de tete yo.)
- Mete twal mouye ak dlo cho sou tete yo pandan 15 rive 20 minit chak fwa pitit la prap tete.
- Mete glas, twal frèt oswa fèy chou frèch sou tete yo lè pitit la pa nan tete a. Kite lèt la koule nan lib epi mete soutyen oswa yon bagay ki pou kenbe tete yo.
- Si tibebe a gen pwoblèm pou l pran tete a paske l anfle, tire yon ti lèt ak men jiskaske tete a mou ase pou ti bebe a ka pran l.

Ankouraje manman an epi fè l chonje ke pwoblèm nan pap dire.

Boul ki bay doulè nan tete (absè)

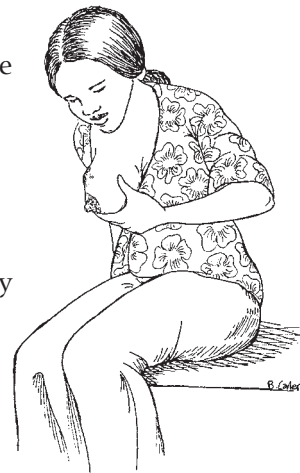
Si genyen ti boul ki fè mal k ap devlope nan tete a, petèt se paske

lèt la rete yon sèl kote nan tete a. Si pa gen trètman ki fèt pou boul

sa yo, li fasil pou sa fè tete yo pran enfeksyon.

Si tete manman an gen ti boul kap fè l mal, li dwe :

- Bay tibebe a tete pi souvan (chak 1 rive 2 zèd tan), bay tibebe a bwè anvan nan tete ki gen doulè a. Si gen yon rezon ki fè manman an pa ka bay tete, li dwe tire lèt la ak men l.
- Rete nan kabann, epi kite tibebe a bò kote l li pou li ka ba l tete detanzantan.
- Bwè anpil likid
- Mouye twal ak dlo cho mete sou tete a pandan 15 rive 20 minit chak lè pitit la pral tete.
- Sèvi ak glas oswa sèvyèt mouye ak dlo frèt ant chak lè ti bebe a l ap tete pou doulè a ka bese.
- Manyen boul yo (fè masaj) byen dousman pandan tibebe a ap tete.



Gen fanm ki mete yon ti kiyè vinèg nan yon vè dlo pou yo bwè chak inèd tan pou yo ka trete absè a. Mete fèy chou sou absè a ka ede tou.

Enfeksyon nan tete (glann tete anfle)

Ka gen enfeksyon nan tete si manman gen doulè nan tete, si pwent tete yo koupe oswa si tete yo twò plen, si yo anfle, si li mete soutyen oswa rad ki twò sere, si li fatigue anpil oswa si li pa gen bon jan lasante. Fanm ki evite sitiyasyon sa yo ka anpeche enfeksyon nan tete.



Men siy enfeksyon nan tete:

- absè (ti boul ki bay doulè nan tete)
- gen kote nan tete a ki cho, ki wouj, oswa ki anfle
- kò fèmäl, ak doulè
- lafyèvb 38° C (100.4° F) oswa pi wo

Pou enfeksyon nan tete

- bay 500 mg (milligram) dikloksisilin (dicloxacillin)..... nan bouch, 4 fwa pa jou pandan 7 jou

oswa

Si w pa ka jwenn medikaman sa a, oswa si fanm nan fè alèji ak penisilin (penicillin)

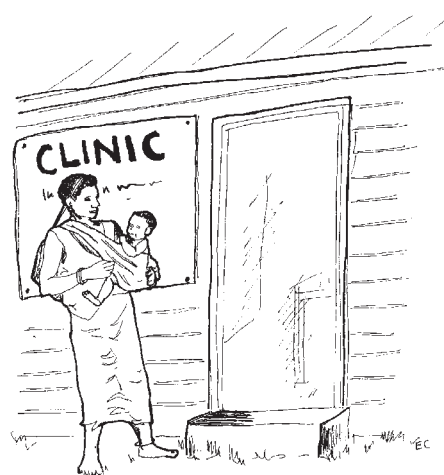
- bay 500 mg (milligram) eritwomisen (erythromycin).....nan bouch, 4 fwa pa jou pandan 7 jou

Pou lafyèv ak doulè

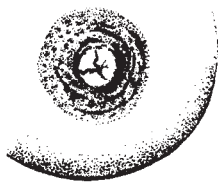
- bay 500 a 1000 mg (miligram) parasetamòl.....nan bouch, chak 4 èd tan jiskaske doulè a pase



Si yon enfeksyon nan tete pa trete bonè, l'ap vin pi mal. Si gen yon absè ki devlope epi antibyotik pa ka geri l, fanm nan dwe wè yon travayè medikal ki resevwa fòmasyon sou kouman pou li pete absè avèk yon zouti ki esterilize.



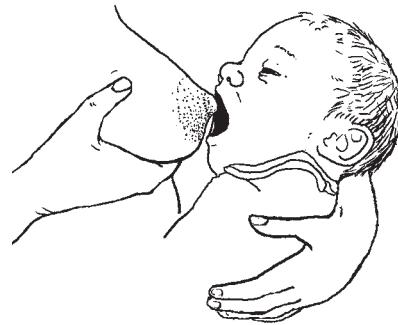
Pwent tete a blese oswa l'ap fè mal



Si yon fanm santi doulè nan pwent tete l pandan l'ap bay tete, petèt tibebe a pa nan yon bon pozisyon. Si tibebe a kontinye ap tete nan yon move pozisyon, pwent tete manman an ka blese. Lè pwent tete a blese, li ka pran enfeksyon.

Pou swaye pwent tete ki blese oswa kap fè mal

- Ede tibebe a louvri bouch li byen laj pou li pran tete a (wè paj 282).
- Manman an ka pase lèt nan pwent tete a la. Sa ap anpeche enfeksyon nan pati ki koupe a epi l ap ede pwent tete a byen mou pou yo ka pa blese ankò.
- Ankouraje manman an pou l kite tete l pran lè ak solèy lè pitit la pa nan tete a.
- Ankouraje manman pou li kontinye bay tete nan toulede tete yo - men li ka kòmanse avèk tete ki gen mwens doulè a, answit li ka pase nan tete ki blese a lè lèt la kòmanse koule.
- Si doulè a twò rèd pou manman an bay tete, manman an ka tire lèt la ak men l, epi bay tibebe a lèt la nan goblè ak kiyè pandan kèk jou.



Offer the whole breast (not just the nipple) so the baby can get a good mouthful.

Chank

Si tibebe a rete nan bon pozisyon pou li tete, men manman an toujou gen doulè nan pwent tete l ki dire plis ke yon semèn, se chank ki ka lakòz sa. Chank se yon enfeksyon nan pwent tete oswa nan bouch tibebe a. Manman an ka santi pwent tete l ap grate l oswa li ka santi li tankou yon doulè k'ap boule l epi k'ap dechire l. Tibebe a ka gen tach blanch oswa tach wouj nan bouch li.

Kouman pou fè tretman pou chank

Melanje ble metilèn ak dlo jiskask li gen yon valè 0.25% . Pa egzanp, si w gen yon solisyon ki gen 1% ble metilèn, mete yon ti kiyè solisyon an nan 3 ti kiyè dlo.

Sèvi ak yon twal pwòp oswa ak yon dwèt pwòp pou pase ble metilèn nan sou pwent tete yo ak sou tach blanch ki nan bouch tibebe a - yon fwa pa jou pandan 5 jou. Lè ble metilèn nan tombe sou rad, li ba yon koulè mov; epi li bay bouch tibebe a ak pwent tete manman an yon koulè mov tou - se yon bagay nòmal. Manman an dwe kontinye bay timoun nan tete. Si chank la pa amelyore sou 3 jou, pa kontinye sèvi ak ble metilèn nan; mennen tibebe a kay doktè.

Tibebe a gen gaz (kolik)

Si tibebe a kòmanse kriye epi li kòmanse detire pye touswit apre li kòmanse tete, li ka gen gaz – sa vle di li gen twòp lè nan vant li. Gen tibebe ki vale lè van pandan y ap tete. Sa ka soulaje tibebe a si w fè li rann gaz.

Mete ti bebe a kouche sou zèpòl w epi bat oswa



oswa

Mete tibebe a kouche sou janm w epi bat oswa fwote do l.



oswa *Mete tibebe a chita panche sou devan epi oswa fwote do l.*



Gen lè, yon tibebe sanble li pran gaz lè manman l manje kèk kalite manje oswa kèk kalite epis. Manman an ka eseye manje bagay ki pa gen epis, oswa li ka sispann manje pandan 2 rive 3 jou bagay ki ka bay gaz (si l ka jwenn ase nitriyan nan lòt manje yo). Pa gen okenn lòt kalite manje yon manman dwe evite, paske tout tibebe pa menm.

Leplisouvan tibebe yo sispann gen kolik lè yo gen 4 mwa.

Sitiyasyon ki bay pwoblèm pandan alètman

Marasa

Marasa dwe tete menm jan ak tout lòt tibebe. Chonje, plis yon manman bay tete, se plis lèt l ap genyen. Yon manman ka bay toulede tibebe yo tete menm lè, oswa li ka ba yo tete youn pa youn.

Yon manman ki gen marasa bezwen plis repo, plis manje, plis likid, epi li bezwen plis èd nan men manm fanmi ak nan men fanmsaj la.



2 bon pozisyon pou bay marasa tete.



Tibebe ki twò pitit ak tibebe ki fèt anvan lè (prematire)

Pifò tibebe ki twò piti ak tibebe ki fèt anvan lè bezwen lèt manman. Si tibebe a fèb, li pa ka pran tete, manman an ka tire lèt la ak men l, epi bay tibebe a lèt la nan yon goblè oswa ak yon kiyè jiskaske tibebe a gen ase fòs pou l pran tete. Wè paj 256 pou jwenn plis enfòmasyon sou kouman pou pran swen tibebe ki fèt twò piti.



Alètman pandan gwosès

Se pa yon danje si yon fanm kontinye bay pitit li tete pandan li ansent. Manman an dwe manje plis manje epi li dwe repoze anpil.

Li dwe bay tibebe ki fèk fèt la manje anvan timoun ki pi gran an.

Lè manman an malad

Leplisouvan li pi bon pou yon manman kontinye bay tete menm lè li malad. Pou evite maladi a vin pi grav, manman an ka:

- bwè anpil likid.
- kouche lè l'ap bay tete

Fanmi ak zanmi ka ede manman ak travay nan kay la pou l ka repoze.



Medikaman

Si sa posib, manman k'ap bay tete pa dwe pran dwòg oswa medikaman. Sepandan, gen manman ki malad epi ki dwe pran medikaman. Manman sa yo dwe pran medikaman ki san danje pandan y ap bay tete. Pifò remèd ki nan liv sa a ka pran san danje pandan w ap bay tete. Kèk landan yo ki danjere gen siy sa a Đ bò kote yo nan paj vèt liv sa a ki gen tout medikaman yo kòmanse nan paj 463.

ATANSYON!



Medikaman sa a danjere pandan alètman.

VIH/SIDA

Manman k'ap bay tete dwe pwoteje tèt yo pou yo pa trape jèm VIH/SIDA. Wè paj 334 pou aprann kòman pou fè sa.

Gen manman ki gen VIH/ SIDA epi yo pase maladi a bay tibebe a nan lèt tete. Gen lòt manman ki gen VIH/SIDA ki bay pitit yo tete san tibebe a pa trape maladi a. Pa gen moun ki konnen egzakteman kouman fè genyen tibebe ki trape sida alò ke gen lòt ki pa trape l. Li pwobab pou VIH/SIDA pase pi fasil nan alètman lè:

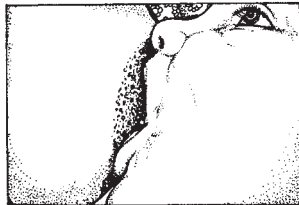
- Manman an fèk trape jèm VIH/SIDA.
- Maladi SIDA a aji anpil sou manman.
- Manman an bay tibebe a lòt lòt ak lòt likid nan peryòd alètman an.
- Pwent tete manman an blese oswa li fè yon enfeksyon nan tete
- Tibebe a gen chank nan bouch

Pou pifò manman, menm manman ki gen VIH/SIDA, alètman se pi bon mwayen pou bay tibebe manje. Sepaske nan anpil kote, lèt yo vann ak lòt lòt lakòz anpil tibebe malad oswa yo mouri ak dyare oswa ak grangou. Gen anpil lòt tibebe ki mouri nan bwè lèt achte- ki fè yo malad; gen lòt ki mouri ak sida yo trape nan pran tete.



Si yon manman ki gen sida chwazi pou l bay tete, men kèk bagay ki ka ede pou sa fèt san danje:

- **Bay tibebe a tete sèlman pandan 6 premye mwa yo.** Tibebe ki bwè lèt tete epi l'ap bwè lèt mamit, te, oswa lòt manje ak lòt likid gen plis chans pou yo enfekte ak jèm VIH/SIDA ke timoun ki pran lèt tete sèlman. Nenpòt lòt likid oswa lòt manje ap deranje lestomak tibebe a.
- Sispann bay tibebe a tete apre 6 mwa.
- Mete tibebe a tete nan bon pozisyon pou evite pwent tete a blese.



Pou pwent tete a pa blese, ede tibebe a louvri bouch li byen laj lè l'ap pran tete a.

- Swaye san pèdi tan tout maladi chank, pwent tete ki blese, ak enfeksyon nan tete.
- Pa bay tibebe a tete si w gen absè nan tete – olye w ba li l, pito w tire lèt la jete. Yon fanm k'ap pran medikaman pou tretman VIH/SIDA gen mwens chans pou li pase maladi a bay tibebe a pandan l ap bay tete.

A woman who is being treated with medicines for HIV is less likely to pass the disease while breastfeeding. See pages 492 to 498.

Heating breastmilk to prevent passing HIV

Breast milk can be heated almost to boiling to kill the HIV virus. A baby will not be at risk of getting HIV from this heated milk. Heating breast milk takes work, but it can be done if a woman has clean water, fuel, and support.

Kouman pou chofe lèt manman an

1. Mete yon bokal lèt tete nan yon chodyè dlo.
2. Kite dlo a bouyi.
3. Retire chodyè dlo a sou dife a touswit apre l fin bouyi.
4. Anvan w bay tibebe a lèt la, kite l frèt, epi ba li l nan yon goblè oswa nan bibwon.

Lèt tete pa dwe bouyi. Lè lèt la fin chofe, tibebe dwe bwè nan de twa zèd tan.

Lèt bagay ki ka ranplase lèt manman

Lèt manman pi bon, men gen kèk lot alètman si sa pa posib. Si yon manman gen VIH/SIDA, si li malad, oswa si se yon tibebe li adopte, petèt li ka pa kapab oswa li chwazi pou li pa bay tete.

Gen kèk fanmi ki panse lèt achte ka ranplase lèt manman san pwoblèm.

Lèt achte pa gen pwoblèm sèlman lè:

- Fanmi an gen ase dlo pwòp pou yo prepare anpil lèt pou tibebe a.
- Fanmi an gen ase dife pou bouyi bibwon yo
- Fanmi an gen mwayen pou yo achte tout kantite lèt tibebe a bezwen (epi yo pap melanje l ak twòp dlo, pou yo ka ekonomize lajan).

Moun ka panse yon mamit lèt pa koute twò chè, men achte panda plizyè mwa koute anpil lajan.



Fanmi ki achte lèt dwe swiv egzateman tout enstriksyon ki sou bwat la. Pa ajoute pi plis dlo nan lèt la ni pa sèvi ak mwens lèt. **Bibwon ak tetin ki sal, oswa lèt dlo lolo (twòp dlo nan lèt la) ka touye yon tibebe.**

Fanmi ki pa ka achte lèt eseye jwenn lòt mwayen pou yo bay pitit yo manje. Mwayen sa yo pa posib pou tout manman, men yo ka posib pou kèk lòt.

- Yon moun nan fanmi an oswa yon zanmi ki pa gen VIH/SIDA ka bay pitit la tete.
- Tibebe a ka bwè lèt zannimo. Lèt zannimo gen plis grès epi li gen mwens sik ke lèt manman; alò li ta dwe pou ajoute dlo avèk sik anvan tibebe a bwè l. Pa gen okenn antant sou yon resèt ki ta di ke lèt zannimo pi bon pou sante tibebe. Men 2 fason lèt la ka prepare, tou depann de ki kalite zannimo fanmi an genyen.



On lot moun kapab bay timoun nan tete

Pou bay yon tibebe lèt ki soti nan

bèf, kabrit, oswa chamo:

- melanje 100 ml (mililit) lèt frèch ak 50 ml (mililit) dlo pwòp epi 10 gram (2 ti kiyè) sik

mouton oswa bfalo (bizon):

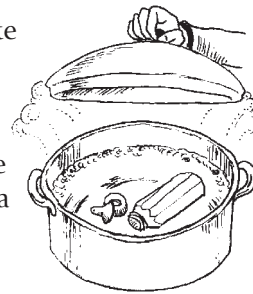
- melanje 50 ml (mililit) lèt frèch ak 50 ml (mililit) dlo pwòp epi 5 gram (1 ti kiyè) sik

Kite lèt la bouyi, answit retire l sou dife a. Kite l frèt epi bay tibebe a li touswit.

Lèt zannimo pa gen tout vitamin yon tibebe k ap bezwen pou devlope – Alò lè tibebe a gen 6 mwa, li dwe kòmanse manje anpil kalite legim, fwi, ak lòt manje.



Lè se lèt bèt oswa lèt fanmi an achete bay ti bebe a, li dwe kenbe tout bagay byen pwòp. Goblè, kiyè, bibwon, ak tetin yo, epi nenpòt lòt veso ki sèvi pou lèt la dwe byen lave epi bouyi pandan 20 minit chak fwa anvan yo sèvi.



Lèt ki tou pare, bwat lèt ki gen tan louvri, epi lèt bèt pa dwe janm rete chita nan yon pyès kay ak tanperati nòmal pandan plis ke 2 èd tan. Lèt sa yo ap gate epi yo ka lakòz tibebe a gwo maladi. Lèt ki tou pare ka rete nan frijidè jiska 12 èd tan.

Konpetans nan swen lasante

ENTWODIKSYON

Fanmsaj bay fanmi ak fanm asistans pandan gwosès epi pandan akouchman, men yo bay asistans tou lè gen lòt pwoblèm lasante ki pa konekte dirèkteman ak akouchman. Sa fè sans paske bon konprann ak konpetans ke fanmsaj la genyen pou li ede yon fanm ansent ak yon fanm k'ap akouche ka itit li lè yon fanm bezwen lòt swen lasante oswa lè li gen yon ijans medikal. Pa egzanp, yon fanmsaj ki deja abil nan rete san apre akouchman ka aprann fasilman kouman pou li rete san lè yon gwosès fini anvan lè.

Nan anpil kote, se fanmsaj la ki sèl travayè medikal nan kominote a. Kote sa yo, se fanmsaj ki gen tan la pou bay fanm yo ak tout manm fanmi yo swen yo bezwen lè yo gen kèk pwoblèm lasante. Plis fanmsaj yo gen eksperyans, se plis yo ap ka ede fanm ki pa jwenn okenn lòt swen lasante.

Nan pati sa a, liv la eksplike kouman pou fè anpil pwosedi ki ka itil pandan tranche, oswa ki ka itil pou ede fanm ki bezwen lòt kalite swen lasante nan lavi yo. Nan pifò kote, preske tout fanmsaj ka fè pwosedi sa yo. Sepandan, yo ka bezwen gen bon jan konpetans ak

anpil pratik pou yo fè yo san danje. Asire ke lòt travayè medikal ak pwofesè ki gen eksperyans asiste w lè w ap aprann pwosedi sa yo. Apre w fin antrene, eseye fè pwosedi ki pa twò difisil yo dabò, men ak sèl kondisyon ke w sèvi ak zouti ki esterilize. Sepandan, pa pè aprann nouvo metòd sa yo. Ak konpetans sa yo w ap ka amelyore lavi fanm nan kominote w ap viv la.

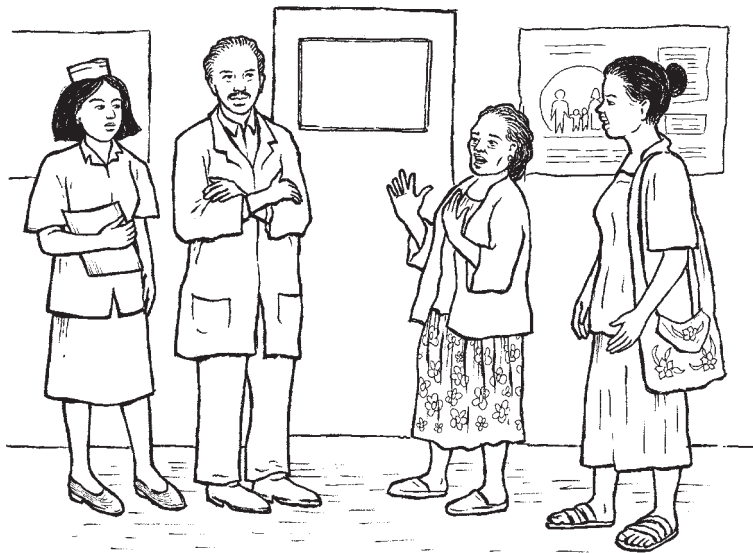


Nan lòt chapit ki vini apre yo, nou bay enstriksyon sou kouman pou bay piki ak sewòm, kouman pou tcheke si yon fanm gen pasaj pandan l gen tranche, epi nou bay entriksyon sou kòman pou fè tranche a cho lè l prale dousman. Gen 2 chapit ki rakonte kouman pou ede fanm yo sèvi ak planin, epi kouman pou trete fanm ki trape maladi nan fè sèks.

Epitou, nou eksplike kouman pou fè yon egzamen basen pou yon fanm ka konnen si li pa gen siy enfeksyon oswa kansè. Gen lòt chapit ki eksplike kouman pou ede yon fanm ki vle mete esterilè pou fè planin, epi kouman pou ede fanm ki gen pwoblèm lè gwosès la tèmine anvan lè.

Youn nan travay ki pi enpòtan pou yon fanmsaj se deside kilè epi kouman pou l chache jwenn asistans. Pa gen pèsòn ki ka rezoud pwoblèm lasante pou kont yo. Chapit 24 la bay opinyon sou fason pou kolabore ak sant medikal, lopital, epi ak lòt travayè medikal pou fanm yo ka jwenn swen san danje nan ka dijans.

Lè yo travay ansanm epi yo koute youn lòt, fanmsaj, enfimyè, doktè ak lòt travayè medikal ka sèten ke tout fanm jwenn swen ke yo bezwen.



Pou fini, chapit 25 bay lide sou kouman pou nou kreye zouti ak ekipman k'ap ede nou aprann.