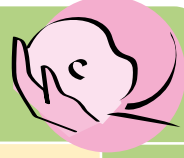




ما يحتاجه الأطفال الرضع

حليب الأم ...

الرضاعة الطبيعية تحمي صحة الأم والطفل. إذا لم تُسر الأمور على نحو جيد، فيمكن لأخصائية رضاعة تقديم المساعدة.



... أو الحليب الصناعي

إذا كنت لا ترغبين أو لا تستطيعين إرضاع طفلك رضاعة طبيعية، فأرضعيه حليب الأطفال الصناعي. يجب تحضيره طازجًا دائمًا، والتخلص مما يتبقى من الرضاعة.



الأغذية التكميلية

يصبح الطفل جاهزًا لتناول الغذاء التكميلي عندما يستطيع تثبيت رأسه، والجلوس بمفرده ولا يدفع الطعام المهروس للسان إلى الخارج. وتستمر الأم في تقديم حليب الثدي أو الحليب الصناعي إلى جانب الغذاء التكميلي.



يُسمح ببقايا الطعام

الرضع يدركون جيدًا متى يشعرون بالشبع. ولا بأس بترك بعض بقايا الطعام في زجاجة الحليب أو في الصحن.



المياه

عندما يبدأ الطفل بتناول الوجبة المهروسة الثالثة في اليوم، يحتاج أيضًا إلى شرب الماء من كوب أو كأس. المشروبات المحلاة غير مناسبة للأطفال الرضع.



الحركة

يستمتع الأطفال الرضع بالركل والزحف. ولذلك يحتاجون إلى مساحة وبيئة آمنة.



بيئة خالية من التدخين

الرضع يحبون الهواء النقي، ولا يحبون أماكن التدخين.



مقال رقم 3805
ble-medienservice.de
CC BY-ND 4.0 | BLE 2025

gesund-ins-leben.
de/baby



gesund.ins.leben

