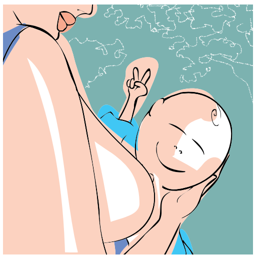
REGIONE DEL VENETO · unicef · genitori più · Regione Lombardia ASL Milano

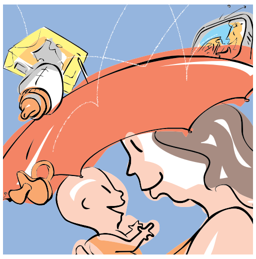
Versione Singalese

මව් කිරි දීමට එක් වෙලා:
ප්‍රවර්ධනය, ආරක්ෂණය, සහාය.



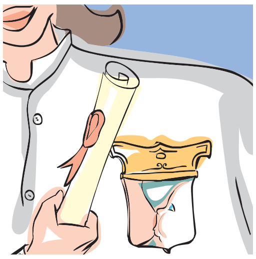
මව් කිරි දීම - සොබාදහමේ සංකල්පනය.

මවක් තම ළදරුවාට ආහාර දීම සඳහා ඇති ස්වාභාවිකම ක්‍රමය මව් කිරි දීමයි. එය මවගේ ද දරුවාගේ ද සමාජයේ ද සෞඛ්‍යයට අවශ්‍ය එකකි.



වෙළෙඳ දැන්වීම්වලින් ආරක්ෂණය.

මධ්‍යස්ථානය ලෝක සෞඛ්‍ය ආයතනයේ හා යුනිසෙෆ් ආයතනයේ සංකල්පනය වන “මව් කිරි දීමට එක්වී”” යන වැඩසටහනට සහභාගීවන අතර සෞඛ්‍ය සේවාවන් සඳහා සැලසුම් කර ඇති හොඳම කාර්ය්‍යවලට ද සහාය දෙනු ඇත. මධ්‍යස්ථානය ලෝක සෞඛ්‍ය ආයතනයේ මව් කිරි ආදේශන අලෙවිය පිළිබඳ ජාත්‍යන්තර සංග්‍රහයට අත්සන තබා ඇත. එමඟින් මව් කිරි ආදේශකයන්, ළදරුවන්ගේ බෝතල් සහ සූප්පු යනාදිය සඳහා වන සියලුම වර්ගයේ වෙළෙඳ දැන්වීම්වලින් සහ ප්‍රකාශනවලින් පවුල් සුරැකේ. අපගේ සෞඛ්‍ය සේවා කාර්ය්‍ය මණ්ඩලය මඟින් සහාය සහ වාණිජමය අපේක්ෂාවලින් ආකර්ෂණය නොවූ ප්‍රායෝගික තොරතුරු ලබා දෙනු ඇත.



පුහුණු ලත් කාර්ය්‍ය මණ්ඩලයේ සහාය.

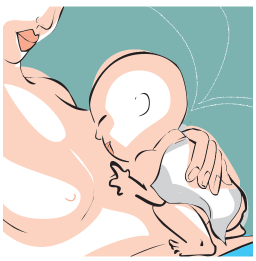
ඔබේ ළදරුවාට ආහාර දීමට සහායවීම සඳහා, සෞඛ්‍ය සේවා කාර්ය්‍ය මණ්ඩලයේ සියලු දෙනාම මව් කිරි දීම සහ ළදරුවන්ගේ පෝෂණය පිළිබඳව සුවිශේෂී පුහුණුව ලබා ඇත.

තොරතුරු ලත් තේරීමක් කරන්න.

තම ළදරුවාට ලබා දෙන ආහාරය තෝරා ගැනීමට දෙමාපියන් සියලු දෙනාටම අයිතියක් ඇත.
ගර්භණී සමයෙහි ද, ඔබේ ළදරුවාට මව් කිරි දීම පිළිබඳ තොරතුරු සහ ප්‍රායෝගික සහාය අපගේ කාර්ය්‍ය මණ්ඩල සාමාජිකාවන් විසින් ලබා දෙනු ඇත. ඔබ මව් කිරි දීම වළක්වන යම් සෞඛ්‍ය ප්‍රශ්න තිබේනම් හෝ ඔබ වෙනස් තේරීමක් කර ඇත්නම්, ආදේශකයන් මඟින් ඔබේ ළදරුවාට ආරක්ෂාකාරී ලෙස ආහාර දීම පිළිබඳව තොරතුරු සහ සහාය ඔබට ලැබේ.

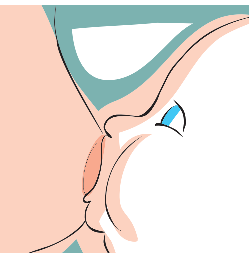
සොබාදහමේ සංකල්පනය පරිදි දරු ප්‍රසූතිය.

රෝහලේදී ඔබ දරු ප්‍රසූතිය කරනවිට ඔබගේ ස්වාමි පුරුෂයා හෝ ඔබ විශ්වාස කරන කෙනෙකේ ළඟ සිටිය හැක. ප්‍රසව වේදනා අවස්ථාවේදී ඔබට ඇවිදීමට සහ සුළු ආහාර ගැනීමට හෝ පානය කිරීම මඟින් ඖෂධ භාවිතාවෙන් තොරව වේදනාව අඩු කර ගැනීම තෝරා ගත හැක. දරු ප්‍රසූත කරනවිට ඔබට කැමති ලෙස ස්ථානගතවිය හැක. අපි ස්වාභාවික දරු ප්‍රසූතිය ප්‍රවර්ධනය කරමු; සායනික ක්‍රියාවන් භාවිතා කරන්නේ අවශ්‍යනම් පමණක් වන අතර, සැමවිටම ඔබට කල් ඇතිව තොරතුරු ලබා දෙනු ඇත.



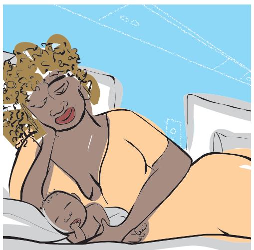
ආරම්භය සිටම ... ළංව සිටින්න.

කායික සම්බන්ධතාව සඳහා ඔබේ ළදරුවාව රෙදිපිළි රහිතව අතේ තබා ගැනීම අපි තහවුරු කරමු. රෝහල තුළදී කරදරකාරී නොවන පරිසරයක් තුළ ඔබට සහ පළමු වරට මව් කිරි දීමට සහායවීම සඳහා අපගේ සෞඛ්‍ය සේවා කාර්ය්‍ය මණ්ඩලය ඔබට ළංව සිටිනු ඇත. සම්පූර්ණ හෝ ස්ථානයට සීමාවූ නිර්වින්දනයක් යටතේ ඔබට දරු ප්‍රසූත ශල්‍යකර්මයයක් තිබූ විට ද ඔබට එම අවස්ථාව ලබා දෙනු ඇත.



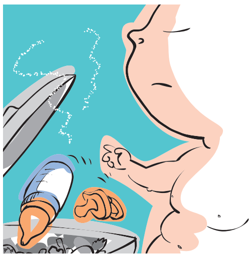
ස්වාභාවිකව ... මව් කිරි දෙන්න.

අපගේ සේවාවල කොටසක් වශයෙන්, මව් කිරි දීම සඳහා ඔබේ ළදරුවාව තබා ගත හැකි හොඳම ආකාරය සොයාගැනීම සහ ඔබේ ළදරුවා අවශ්‍ය තරම් කිරි ලබන්නේද යන්න අවබෝධ කර ගැනීම සඳහා ඔබට අවශ්‍ය සියලුම සහාය ලැබෙනු ඇත. ඔබේ ළදරුවා කුසගින්නේ සිටීම පෙන්නුම් කරන සැමවිටම මව් කිරි දීම අපි අගය කරමු. (ඔබේ තන කිරි පිරීමෙන් වේදනාකාරීවීම වැනි) සමහර අවස්ථාවලදී ඉතා ප්‍රයෝජනවත් කාර්යයක් වන ඔබේ තනකිරි පිට කිරීම කෙසේද යන්න පිළිබඳව අපගේ වෛද්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය තොරතුරු ලබා දෙයි.



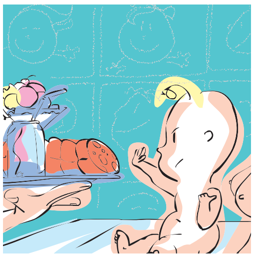
සැමවිටම එක් වලො ...

ඔබේ ළදරුවාගේ ක්‍රියාවන් පිළබඳව අවබෝධ කරගැනීම සහ කුසගින් සලකුණු ඇතිවනවිට එසැනින්ම එයට ප්‍රතිචාර දැක්වීම සඳහා සැමවිටම ඔබේ ළදරුවාව ඔබ ළඟ තබාගැනී අපි තහවුරු කර ඇත. ඔබ රෝහලෙන් පිටවන විටත් ඔබේ ළදරුවාව ළඟ තබාගැනීම අවශ්‍යවන අතර, ළදරුවා ඔබේ කාමරය තුළම නිදාගත යුතුයි.



... කරදර නොමැතිව.

ඔබේ ළදරුවා මව් කිරි බීම පුරුදු වනවිට කෘත්‍රිම සූප්පු යනාදිය භාවිතා නොකළ යුතු බව අපි දන්වා සිටිමු. මව් කිරි බීමේ පළමු වනේ අවස්ථාවලදී එය කරදරකාරී විය හැක.

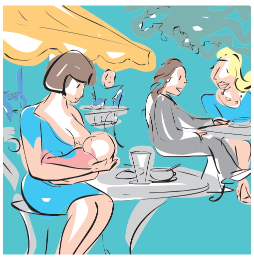


මාස හයක් දක්වා මව් කිරි පමණක් දෙන්න ... ඉන් පසුවත් මව් කිරි දෙන්න.

මාස හයක් දක්වා මව් කිරි පමණක් දීම අත්‍යවශ්‍යයි. ඔබේ ළදරුවාට ඝන ආහාර ලබා ගැනීමට හැකිවීම දැන ගැනීමට අපි ඔබට සහාය වන අතර එය පටන් ගන්නේ කෙසේද යන්න පිළිබඳව අපි විස්තර කරමු. ඔබේ දරුවාට වයස අවුරුදු දෙකක් වන තෙක් මව් කිරි දීම අවශ්‍ය වන අතර, ඔබටත් ඔබේ දරුවාටත් අවශ්‍ය නම් ඉන් පසුව ද මව් කිරි දිය හැක.

සම්බන්ධ වන්න, සහාය ලබන්න.

අපගේ මධ්‍යස්ථාන තිබෙන්නේ සහායවීම සඳහා ය. අප හා සම්බන්ධවීම සඳහා අවශ්‍ය විස්තර අපි ඔබට ලබා දෙමු. මව් කිරි දීම, පෝෂණය සහ සාමාන්‍යයෙන් ඔබේ දරුවාව රැක බලා ගැනීම සඳහා සහාය විය හැකි (මව්වරුන්ගේ කණ්ඩායම් සහ වෛද්‍ය කාර්ය මණ්ඩලය වැනි) අයගේ ලැයිස්තුවක් අපි ඔබට ලබා දෙමු. ඔබට සහාය අවශ්‍යනම් ඉල්ලන්න.



මව් කිරි දීමටත් සැමතැනම පිළිගැනීමට ලක් වීමටත් හැකි වන්න.

මෙම සෞඛ්‍ය මධ්‍යස්ථානයේ පොදු ස්ථාන සියල්ලෙහිම මව් කිරි දීම පිළිගැනේ. සමාජයේ පොදු ස්ථාන සියල්ලෙහිම කිරි දෙන මව්වරුන් පිළිගන්නා පරිසරයක් ඇති කිරීමට අපි පොළඹවී සිටිමු.

මෙය ලෝ.සෞ.ආ./යුනිසෙෆ් හි “සාර්ථක ලෙස මව් කිරි දීමේ පියවර දහය” සහ “ළදරුවන් ආදරය කරන සමාජයක් තුළ නොනවත්වා මව් කිරි දීමේ පියවර හත” මත පදනම්වූ මෙම මධ්‍යස්ථානයේ මව් කිරි දීම සහ ළමා පෝෂණය පිළිබඳ ප්‍රතිපත්තියේ සාරාංශයකි.

සම්පූර්ණ විස්තර සඳහා අපගේ කාර්ය මණ්ඩල සාමාජිකාවකුගෙන් අසන්න.

Redazione a cura dell'ULSS 20 - Regione del Veneto, ASL di Milano e UNICEF Italia. La riproduzione e l'utilizzo dei contenuti di questo documento è permessa, citando la fonte, purchè ne venga fatto uso a scopo benefico, e non a fine di lucro, e in contesti in cui si rispetti il "Codice Internazionale OMS sulla commercializzazione dei sostituti del latte materno".