



# چک لیست برای موارد ضروری موقعیت یابی و چفت کردن

## سینه را پیشنهاد دهید

✓ انگشتان خود را با لب های نوزاد ردیف کنید تا اطمینان حاصل کنید که قسمت بزرگی از سینه شما به نوزاد ارائه می شود.

✓ از نگهدارنده ساندویچ استفاده کنید (آریولا را به آرامی فشار دهید).

✓ نوک پستان خود را بین بینی و لب بالایی نوزاد قرار دهید.

✓ لب پایین نوزاد را روی سینه، حدود ۱ اینچ زیر نوک سینه قرار دهید.

✓ نوزاد را سریع به سینه بیاورید، نه سینه را به کودک، اول چانه.



## ارزیابی انتقال شیر

✓ به حرکات پهن فک توجه کنید.

✓ دنبال مکیدن مداوم باشید.

✓ برای بلعیدن گوش دهید (بعد از اینکه شیر وارد شد).



## موقعیت یابی

✓ نوزاد را با پشت مستقیم نزدیک مادر بچسبانید.

✓ از بالش برای حمایت از ته نوزاد استفاده کنید.

✓ سر را پشت گوش نگه دارید، سر نوزاد کمی کشیده شده است.

✓ بینی نوزاد را با نوک سینه ردیف کنید.



## چفت را چک کنید

✓ به دنبال لب های فلنج دار باشید، دهان را تا ۱۴۰ درجه باز کنید.

✓ اطمینان حاصل کنید که دردی، نوک پستان چروکیده یا چروک نشده است.

✓ چک کنید که چانه با سینه تماس داشته باشد، چفت نامتقارن.