

تغذية طفلك في المرحلة العمرية ما بين 4 و5 أشهر

قبل ظهور أسنان الطفل، امسحى لثته باستخدام فوطة ناعمة ونظيفة بعد كل رضاعة، لا سيما قبل نومه.

الأطفال الذين يرضعون رضاعة طبيعية

• أرضعي طفلك متى ظهرت عليه علامات الجوع. سيتكيّف المحتوى الغذائي لحليبك مع احتياجات نمو الطفل.

• عندما يبدأ طفلك في التسنين، قد تزيد حاجته إلى الرضاعة من ثديك.



• يحب الأطفال الرُّضْع النظر حولهم خلال تلك المرحلة العمرية. جرّبي إرضاع الطفل في مكان هادئ أو غرفة مظلمة إذا وجدت أن الطفل مُشْتَت الانتباه.

يزيد وزن الأطفال الرُّضْع عادة بمقدار حوالي أونصة واحدة في اليوم أو نصف رطل في الأسبوع خلال الستة أشهر الأولى من عمره.

أونصة واحدة في اليوم

الرُّضْع الذين يتغذون على الحليب الاصطناعي

يحتاج طفلك إلى ما يقرب من 4 إلى 6 أونصات من الحليب الاصطناعي المُدَّعَم بالحديد كل 3 أو 4 ساعات، بإجمالي يتراوح ما بين 25 و45 أونصة يوميًا.

ما بين 4 و6 أونصات كل 3 أو 4 ساعات



قد تنتظم رضاعة طفلك وفق مواعيد معينة، بدلاً من التركيز على تقديم كميات ثابتة من الحليب إلى طفلك، أتحي له الفرصة ليخبرك بأنه حصل على ما يكفي.