

# Làm sao tôi biết việc cho con bú đang diễn ra tốt đẹp?

(How can I tell that breastfeeding is going well?)

VIETNAMESE

Nếu quý vị thấy có dấu mốc ở phía bên tay phải (bên màu đỏ), hỏi Y tá hộ sinh hoặc Y tá Sức khỏe Gia đình và Trẻ em để được yên tâm hoặc được chỉ dẫn về việc cho con bú.

Sẽ tốt hơn cho em bé và quý vị khi sớm được hỗ trợ chuyên môn.


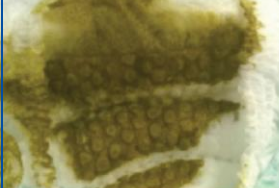
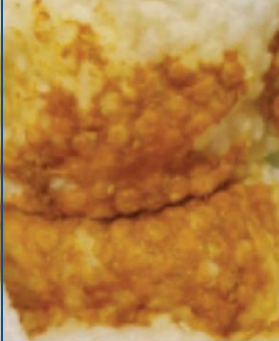


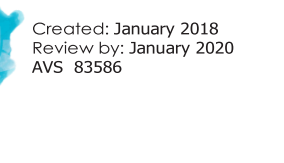
😊 Việc cho con bú đang diễn ra tốt đẹp khi:	☹️ Hỏi Y tá hộ sinh hoặc Y tá Sức khỏe Gia đình và Trẻ em nếu:
Bé bú từ 8 cữ trở lên trong vòng 24 giờ	Bé buồn ngủ và bú dưới 6 lần trong vòng 24 giờ
Mỗi lần bé bú từ 5 đến 40 phút	Bé <b>lần nào cũng</b> bú từ 5 phút trở xuống trong mỗi lần bú Bé <b>lần nào cũng</b> bú trên 40 phút trong mỗi lần bú Bé luôn ngủ gục trên vú mẹ và/hoặc không bao giờ tự bú cho hết
Bé có màu da bình thường	Bé có vẻ bị vàng da (da đổi màu vàng) Màu vàng thường bắt đầu trên khuôn mặt bé và sau đó lan ra cơ thể, cánh tay và chân. <b>Hãy đến Phòng khám Sức khỏe Gia đình và Trẻ em Hỗ trợ Nuôi con bằng Sữa mẹ (Child and Family Health Breastfeeding Support Clinic) hoặc tới bác sĩ gia đình nếu tình trạng trên đang tăng lên và/hoặc con quý vị buồn ngủ</b>
Bé thường yên tĩnh và thoải mái trong khi bú, và yên ổn sau hầu hết các lần bú	Bé thường nhả vú ra và ngậm lại trong khi bú hoặc không chịu bú vú mẹ
Bé có tã ướt và bẩn (xem biểu đồ ở trang sau)	Bé không làm tã ướt và bẩn, được giải thích ở trang sau
Việc cho con bú thoải mái	Quý vị bị đau ở vú hoặc núm vú, không hết đau sau khi bé mút vài lần đầu. Khi bé nhả ra thì núm vú quý vị trông như bị bóp lại hoặc một bên bị bẹp lại
Vú quý vị mềm hẳn ra sau khi cho con bú	Vú quý vị không mềm hơn, hoặc nổi cục hoặc đỏ sau khi cho bú
Khi bé được 3–4 ngày tuổi trở lên, quý vị có thể thường nghe thấy tiếng bé nuốt trong khi bú.	Quý vị không thể biết bé có nuốt sữa không khi bé được 3–4 ngày tuổi trở lên Quý vị nghĩ bé cần núm vú giả Quý vị cảm thấy mình cần cho bé uống sữa bột

Được phép phỏng theo bài Sáng kiến Sức khỏe Tiện lợi cho Trẻ em UNICEF của Nhóm Quan tâm Nuôi con bằng Sữa mẹ SLHD với sự tham vấn người tiêu dùng. Được sự đánh giá của các gia đình sử dụng Dịch vụ Sức khỏe Gia đình và Trẻ em SLHD - 2017 5/03/18 2:18 PM

Làm sao tôi biết việc cho con bú đang diễn ra tốt đẹp?

# Làm sao biết con tôi đã bú đủ? (How do I know my baby is getting enough?)

**Những gì trong tã lót của bé sẽ thay đổi trong tuần lễ đầu tiên. Những thay đổi này sẽ giúp quý vị biết liệu việc cho bú có đang diễn ra tốt đẹp hay không. Hỏi y tá hộ sinh hoặc Y tá Sức khỏe Gia đình và Trẻ em nếu quý vị có điều gì lo lắng. Vui lòng đánh dấu móc vào trong các cột.**

Tuổi của Bé	Tã lót Ướt	Tã lót Bẩn	'Phân' này trông ra sao?
1-2 ngày tuổi	Từ 1-2 cái trở lên mỗi ngày Urates có thể có cho tới ngày thứ 4* (xem phần giải thích bên dưới)	Từ 1 cục trở lên có chất màu đen/xanh lá cây đậm 'giống hắc ín' được gọi là <i>phân su (meconium)</i>	
3-4 ngày tuổi	Từ 3 cái trở lên mỗi ngày Tã lót cảm thấy nặng hơn Một số bé gái có kinh nguyệt giả là điều bình thường** (xem giải thích bên dưới)	Thay đổi màu sắc và độ đặc - màu nâu / xanh lá cây / màu vàng trở nên lỏng hơn ('phân thay đổi')	
5-6 ngày tuổi	Từ 5 cái trở lên Ướt và nặng Với tã dùng một lần, thường khó biết tã có ướt hay không, vì vậy, để biết liệu có đủ nước tiểu hay không, hãy lấy một cái tã và đổ vào 2-4 muỗng xúp nước. Như vậy sẽ giúp quý vị biết tã trông/cảm thấy ra sao.	Ít nhất có 2 cục màu vàng; có thể có khá nhiều nước	
7-28 ngày tuổi	Từ 6 cái trở lên, ướt và nặng	Ít nhất có 2 cục, ít nhất bằng kích thước của đồng 50 xu, màu vàng và thường chảy nước, có hình dạng 'giống hạt'	
Urates*	Urates là một chất có màu cam đậm/màu đỏ mà nhiều trẻ sơ sinh đi cầu ra trong vài ngày đầu tiên. Ở tuổi này thì đây không phải là một vấn đề. Tuy nhiên, nếu cứ xảy ra sau vài ngày đầu tiên, quý vị nên cho Y tá hộ sinh/Y tá Sức khỏe Gia đình và Trẻ em biết vì đó có thể là dấu hiệu cho thấy con quý vị không bú đủ sữa.		
Kinh nguyệt giả**	<i>Kinh nguyệt giả</i> trong tuần lễ đầu tiên là dịch nhầy nhuộm máu chảy ra từ âm đạo do sự rút kích thích tổ của người mẹ sau khi sinh. Đây là điều bình thường.		

Được phép phỏng theo bài Sáng kiến Sức khỏe Tiện lợi cho Trẻ em UNICEF của Nhóm Quan tâm Nuôi con bằng Sữa mẹ SLHD với sự tham vấn người tiêu dùng.



Created: January 2018  
Review by: January 2020  
AVS 83586