

سیاره‌های سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



مرداد ماه تغذیه با شیر مادر

Ministry of Health and Medical Education

# گزارش هفته جهانی شیر مادر مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه گروه سلامت کودکان

گردآورندگان :

آزیتا اقبالی تبار شهری کارشناس مسئول واحد سلامت خانواده

مریم اویسی کارشناس ترویج تغذیه با شیر مادر

ژاله عباسی کارشناس سلامت کودکان

لیلا مسگریان کارشناس کاهش مرگ و میر کودکان

مرداد 1399

سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



روز جهانی تغذیه با شیر مادر

UNICEF  
WHO

## مقدمه

همه ساله اول آگوست که بنام روز جهانی شیر مادر نامگذاری شده، در کشورهای مختلف جهان گرامی داشته میشود. هدف از نامگذاری این روز تشویق مادران به تغذیه فرزندانشان خود از این موهبت الهی است. "آن ونمن" مدیر اجرایی یونیسف: «**هفته جهانی تغذیه با شیر مادر** همچنین به ما فرصتی می دهد تا خانواده ها و مردم را از مزایای تغذیه زود هنگام و انحصاری با شیر مادر آگاه کنیم و یونیسف به حمایت ترویج و پشتیبانی از تغذیه با شیر مادر متعهد است.

اهمیت تغذیه با شیر مادر به لحاظ داشتن مواد پروتئینی و ویتامینی بسیار، بیش از سایر غذاها برای نوزادان توصیه شده است. پزشکان می گویند کودکانی که در دوران نوزادی از شیر مادر تغذیه می شوند، از میزان هوش و توان جسمی بالاتری نسبت به سایر نوزادانی که از دیگر منابع غذایی تغذیه می کنند برخوردارند.

سال ها است که نقش اساسی تغذیه با شیر مادر در رشد و سلامت کودکان و همچنین سلامت مادران شناخته شده است و به تنهایی در شش ماه اول تولد برای شیرخوار کافی است و در شش ماه دوم تولد انرژی لازم پنجاه درصد از شیر مادر و پنجاه درصد از تغذیه تکمیلی تامین میشود. آموزش به مادران هنر است که به مادران گفته شود همه مادران قادر به شیر دادن هستند و باید این باور به مادران تفهیم گردد از طرف دیگر حمایت جامعه از زنان و حمایت خانواده از مادران اهمیت ویژه دارد. نکته مهم دیگر آموزش کارکنان بیمارستان ها و مراکز بهداشتی درمانی است که بتوانند پاسخ گوی مادران به گونه صحیح باشند چرا که در دو تا سه هفته اول تولد مهمترین زمان سوال برانگیز مادران خواهد بود. با عنایت به هفته جهانی شیر مادر (7-1 آگوست) که در کشور ما مصادف با 16-10 مرداد ماه می باشد و شعار جهانی سال 2020، "سیاره ای سالم با حمایت با شیر مادر" حمایت همه جانبه کلیه اقشار جامعه جهت ترویج تغذیه با شیر مادر وظیفه همگانی محسوب میگردد

سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



## پیام ریاست مرکز بهداشت به مناسبت هفته جهانی شیر مادر



به پاس تشویق مادران جهت تغذیه با شیر مادر به عنوان بهترین منبع تغذیه ای در شیرخواران همه ساله اول آگوست که بنام روز جهانی شیر مادر نامگذاری شده که در کشور ما 10 تا مرداد 16 به عنوان هفته جهانی شیر مادر شناخته شده که این فرصت به ما نیروهای خدوم بهداشت و درمان داده میشود تا کلیه اقشار جامعه از مزایای تغذیه زود هنگام و انحصاری با شیر مادر آگاه سازیم با توجه به شیوع بیماری کرونا و ایجاد بحران در کشور برنامه ریزی برای تغذیه گروههای آسیب پذیر خصوصا کودکان زیر یکسال از الویت برخوردار است با توجه به نقش شیر مادر در تقویت سیستم ایمنی شیرخواران ترویج تغذیه با شیر مادر و مشاوره صحیح با مادران و افراد تصمیم گیرنده در خانواده از وظایف مهم کلیه اعضای پرسنل بهداشت و درمان در کلیه سطوح ارائه دهنده خدمت (خانه های بهداشت ، پایگاههای سلامت و مراکز خدمات جامع سلامت شهری و روستایی و بیمارستانهای دوستدار کودک) میباشد و با عنایت به شعار جهانی سال 2020 ، " سیاره ای سالم با حمایت با شیر مادر " حمایت همه جانبه کلیه اقشار جامعه جهت ترویج تغذیه با شیر مادر وظیفه همگانی محسوب میگردد . فرصت را مغتنم شمرده و از کلیه پرسنل کوشا و پرتلاش دست اندرکار مراقبت از مادر و نوزاد تشکر و قدردانی می نمایم.

علیرضا طلوعی

رئیس مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

سیاره ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



تشکیل جلسه درون بخشی در ستاد شهرستان توسط کارشناس برنامه ترویج تغذیه با شیر مادر ستاد شهرستان :

عنوان جلسه : جلسه درون بخشی گرامیداشت هفته جهانی تغذیه با شیر مادر

تاریخ تشکیل جلسه : ۹۹.۵.۴ محل برگزاری : دفتر گروه سلامت خانواده

درابتداخانم اقبالی کارشناس مسول واحد سلامت خانواده شهرستان ضمن عرض خیرمقدم اهداف برنامه وشعار هفته جهانی شیر مادر ((سیاره ای سالم با حمایت از شیرمار)) صحبت نمودند. در ادامه سرکار خانم اویسی کارشناس برنامه ترویج تغذیه با شیرمادر در زمینه اقدامات انجام شده در راستای ترویج تغذیه با شیر مادر در طی سال ۹۸ گزارشی را ارائه دادند و سپس با توجه به شعار امسال و پاندمی کویدو ۱۹ و نقش تغذیه با شیرمادر در پیشگیری از بیماری کرونا بصورت مبسوط صحبت نمودند. مصوبات جلسه به شرح ذیل می باشد. سپس با توجه به اهمیت پیشگیری از کرونا مقرر گردید که به منظور خودداری از تجمعات و رعایت پروتکل های بهداشتی بیشترین تلاش همکاران بر انجام فعالیتهای تبلیغاتی صورت گیرد و رعایت کلیه پروتکلها در دستور کار همکاران قرار گیرد .

زمان	مسئول	فعالیت
هفته اول مرداد	سلامت خانواده	انجام مکاتبات اداری جهت هماهنگی با مراکز خدمات جامع سلامت و بیمارستانهای دوستدار کودک
10-16 مرداد	کلیه مراکز	برگزاری کمپین در فضاهای مجازی
10-16 مرداد	سلامت خانواده	هماهنگی با روابط عمومی دانشگاه جهت شرکت کارشناس ترویج تغذیه با شیر مادر در استودیو سلامت و انجام مصاحبه رادیویی
10-16 مرداد	امور اداری	درج شعار در نامه های اداری
99/5/16	ریاست شبکه	درخواست اختصاص یک روز جهت ویزیت رایگان مادران شیرده
هفته اول مرداد	نقلیه	ارسال نامه ها و مواد کمک آموزشی به بیمارستانها
10-16 مرداد	ریاست شبکه	تشویق پرسنل فعال

## انجام مکاتبه با بیمارستانهای دوستدار کودک و مراکز خدمات جامع سلامت


  
 سازمان پزشکی، بهداشتی، درمانی و دارویی کشور
   
 مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

شماره: ۷۷۳۰۲۱۵۱۲۳  
 تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۷  
 پرستار: نادر

(استفاده از ملسک ۷۸۵ انتقال ویروس را کاهش می دهد)

**سرپرست محترم مراکز خدمات جامع سلامت شهری / روستایی**  
**موضوع: گرامیداشت هفته جهانی شیر مادر**

**با سلام و احترام؛**

تذکره فرا رسیدن هفته جهانی شیرمادر (۱۶-۱۷ مرداد ماه) و به منظور ارتقاء آگاهی جامعه و مادران در خصوص شعار امسال شیرمادر (( سیاره ای سالم با حمایت از شیرمادر)) ضمن اطلاع رسانی به مراقبین سلامت مراکز پایگاههای پایه و بهورزان تحت امر آژانسیت به اجرای برنامه های ذیل ضمن رعایت کلیه پروتکل های بهداشتی انجام به شرح گردید اقدام و نتیجه اقدامات انجام شده را به همراه مستندات ( فیلم عکس) را در قالب CD و هم پوستر را حداکثر تا مورخ ۹۹/۵/۲۰ به این مرکز ارسال نمایید در ضمن یادآور میگردد جمعیتی عملکرد گزارش فعالیتهای انجام شده پایگاهها توسط مرکز مربوطه ارسال گردد ضمناً با توجه به شیوع کرونا لازمست همکاران محترم بیشتر به فعالیتهای تبلیغاتی پرداخته و از تشکیل جمعیت تا حد امکان خودداری گردد .

۱- اطلاع رسانی به بهورزان با موضوع شعار امسال و تاکید بر نقش شیرمادر در سلامت کودک در شرایط کنونی

۲- انجام مشاوره تخصصی (مخصوصی یا تلفنی) جهت مادران با موضوع شعار امسال توسط مراکز پایگاهها و ارائه های بهداشت با حفظ فاصله فیزیکی

۳- برگزاری کمپین در فضاهای مجازی با موضوع شعار امسال و تاکید بر نقش شیرمادر در سلامت کودک در شرایط کنونی

۴- اطلاع رسانی به شوراهای روستایی به منظور جلب مشارکت شوراهای بهداشتی

۵- اطلاع رسانی به سپهران سلامت و تاکید بر نقش شیرمادر در سلامت کودک در شرایط کنونی

۶- توزیع منابع و وسایل کمک آموزشی ارسال شده از سوی ستاد

۷- جلب همکاری برون بخشی و تاکید بر نقش شیرمادر در سلامت کودک در شرایط کنونی

۸- اطلاع رسانی به اصناف و تاکید بر نقش شیرمادر در سلامت کودک در شرایط کنونی

۹- استفاده از توان کلیه مراقبین سلامت و انجام فعالیتهای ابتکاری با توجه به پیشگیری از همه گیری کرونا

نشانی: آدرس: خیابان نعلیه - جنب حوزه نظام وظیفه  
 تلفن: ۳۷۷۲۸۱۳۳ شماره: ۳۷۷۷۸۸۸  
 صفحه الکترونیکی: http://khc.kums.ac.ir


  
 سازمان پزشکی، بهداشتی، درمانی و دارویی کشور
   
 مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

شماره: ۷۷۳۰۲۱۵۱۲۳  
 تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۷  
 پرستار: نادر

(استفاده از ملسک ۷۸۵ انتقال ویروس را کاهش می دهد)

**ریاست محترم بیمارستان امام رضا (ع) ، ریاست محترم بیمارستان امام حسین (ع) ، ریاست محترم بیمارستان حضرت معصومه (س) ، ریاست محترم بیمارستان بیستون ، ریاست محترم بیمارستان مهدی ، ریاست محترم بیمارستان دکتر محمد کرمانشاهی ، ریاست محترم بیمارستان حضرت ابوالفضل (ع)**

**موضوع: برگزاری هفته جهانی شیر مادر**

**با سلام و احترام:**

نظر به فرا رسیدن هفته جهانی شیرمادر (۱۶-۱۷ مرداد ماه) و به منظور ارتقاء آگاهی جامعه و مادران در خصوص شعار امسال شیر مادر (( سیاره ای سالم با حمایت از تغذیه با شیرمادر)) خواهشمند است دستور فرمایید ضمن اطلاع رسانی به همکاران نسبت به اجرای برنامه های هفته مذکور با رعایت پروتکل های بهداشتی به منظور پیشگیری از بیماری کرونا اقدام و نتیجه اقدامات انجام شده را به همراه مستندات ( فیلم عکس) را در قالب CD حداکثر تا مورخ ۹۹/۵/۲۰ به این مرکز ارسال نمایید. حسن همکاری جنابعالی مزید بر امتنان خواهد بود.

دکتر علیرضا طلوعی  
 رئیس مرکز  
 از طرف کمال جلیلیان  
 جلیلیان

سیاره ای سالم  
با حمایت از  
تغذیه با شیر مادر





برگزاری کمپین های مجازی:

اعضای کانال	تعداد برنامه
3095	53



سیاره‌های سالم

با حمایت از  
تغذیه با شیر مادر



۱۰ اردیبهشت جهانی تغذیه با شیر مادر



تعداد	عنوان
1 برنامه	حضور کارشناس ترویج تغذیه با شیر مادر در استودیو سلامت
1 برنامه	مصاحبه رادیویی کارشناس ترویج تغذیه با شیر مادر در برنامه راه تندرستی
20 پیام	ارسال پیام رادیویی در هفته شیر مادر
1 برنامه	تهیه و ارسال مقاله به مناسبت هفته ترویج تغذیه با شیر مادر در هفته نامه سلامت
14 پیام	مکاتبه با صدا و سیما جهت درج پیام بصورت زیر نویس در هفت ترویج تغذیه با شیر مادر



سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر





سیاره‌های سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



۱۴۰۱ راه صد شیوه جهانی تغذیه با شیر مادر

ارسال فایل پیامهای بهداشتی جهت درج زیرنویس در سیمای کرمانشاه

شماره: ۷۳۰۲/۱۵۷۱۴ پ  
تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۱۱  
پوست: دارد

بیتنبر

معاونت امور پژوهش و خدمات بهداشتی در استان کرمانشاه  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

(تغذیه با شیر مادر باعث افزایش سیستم ایمنی شیرخوار می شود)

**مدیر کل محترم صدا و سیمای استان کرمانشاه**  
**موضوع: درخواست زیرنویس شعارهای هفته جهانی شیر مادر**  
**باسلام و احترام**

ضمن تشکر از حمایت های جنابعالی در برنامه های بسیج ملی کوید-۱۹ همانطور که مستحضرید ۱۶-۱۰ مرداد هفته جهانی شیر مادر نامگذاری شده است. شعار امسال این هفته "سیاره سالم با حمایت از تغذیه با شیر مادر" می باشد لذا با عنایت به اینکه ترویج تغذیه با شیر مادر بخصوص در پاندمی کرونا نقش بسزایی در پیشگیری از مرگ و میر شیرخواران دارد و برای تحقق شعار مذکور نیاز به حمایت مسئولین سازمانها، ارگانهای دولتی و مردم نهادی باشد. لذا با توجه به اقدامات ارزنده ای که در حوزه فعالیت جنابعالی در ارتقا سواد سلامت جامعه در پاندمی کرونا انجام گرفته است. این مرکز اقدام به تهیه فایل در زمینه شعارهای مرتبط با هفته مذکور نموده است فلذا مستدعیست دستور فرمائید این شعارها بصورت زیر نویس در برنامه های سیمای پخش گردد. حسن همکاری جنابعالی مزید بر امتنان است.

دکتر علیرضا طلوعی  
رئیس مرکز  
انگرف مهندس اخگر



سیاره‌ای سالم  
با حمایت از  
تغذیه با شیرمادر



## شیر دهی به کودک در زمان ابتلا مادر به کرونا

تهیه و تنظیم: مریم اویسی  
کارشناس ترویج تغذیه با شیر مادر  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

اگر مادر هستید چه به زودی نوزادان متولد خواهند شد، گفتمان طبیعی است که درباره سالم‌ترین اقدامات برای کودکان در زمان شروع بیماری ویروسی کرونا، سوالات داشته باشید. مستندات بسیاری درباره فولاد تغذیه با شیر مادر وجود دارد. تمامی بانی و نیز تغذیه زودهنگام و انحصاری با شیر مادر به کودکان کمک می‌کند تا به خوبی رشد کنند و هیچ دلایلی برای توقف این کار در زمان شروع این ویروس وجود ندارد. تاکنون، انتقال ویروس فعال کرونا (ویروسی که می‌تواند منجر به بیماری شود) از طریق شیر مادر و تغذیه با آن گزارش شده است. اگر به زودی بچه‌دار خواهید شد، باید برای شیردهی سالم حساسیت شوید، نوزادان را در معرض بکپد و با وی یک اتاق مشترک داشته باشید.

در ادامه به برخی سوالات رایج مادرانی که به تازگی بچه‌دار شده و یا به زودی خواهند شد پاسخ داده‌ایم تا کمک کننده‌اگر سالم هستید یا اگر علائم بیماری کرونا را دارید، در هر حالت سالم‌ترین تجربه ممکن را با کودکان داشته باشید.

**آیا باید در زمان همه‌گیری به شیردهی ادامه دهید؟**  
قطعاً شیر مادر پادشاهی دارد که در هر جایی یک تقویت کننده سالم برای کودکان بوده و از آنها در برابر عفونت محافظت می‌کند. پادشاهی و عوامل زیست‌محیطی در شیر مادر در صورت مواجهه کودک با ویروس کرونا می‌تواند با این بیماری مقابله کند.

اگر کودک شما شش ماهه یا کوچکتر است، باید فقط از شیر مادر تغذیه کند. زمانی که سن کودک بیش از شش ماهه شده به همراه شیر مادر غذاهای مکمل سالم و ایمن به وی دهید.

**آیا بیماری کرونا یا شیردهی به کودک منتقل می‌شود؟**  
تاکنون، انتقال ویروس فعال کرونا (ویروسی که می‌تواند به بیماری منجر شود) از طریق شیر مادر یا تغذیه با آن گزارش نشده است. البته محققان به آزمایش شیر مادر ادامه می‌دهند. با کودکان تمامی بانی برقرار کنید.

تسلیم بزرگ با نوزاد به شروع زودهنگام شیردهی کمک می‌کند که به نوبه خود نرخ مرگ‌ومیر نوزادان را کاهش می‌دهد. زمان‌بندی بسیار مهم است و توصیه می‌شود که شیردهی در سلامت ابتدایی پس از زایمان شروع شود.

**اگر احتمالاً یا قطعاً به بیماری کرونا مبتلا شده‌اید، شیردهی را ادامه دهید؟**  
بله، شیردهی را با رعایت اصول احتیاطی ادامه دهید. این اصول شامل موارد زیر است: استفاده از ماسک، شستن دستها با آب و بعد از تماس با کودک، نظافت و ضدعفونی مداوم سطوحی که لمس کرده‌اید. سینه تنها در صورتی باید شستشو شود که بر آن سرفه کرده باشید. در غیر این صورت تری نیست که سینه‌ها را در هر بار شیر دهی.



**اگر برای شیردهی سلامت کافی نداشته باشم چکار کنم؟**  
اگر وضعیت جسمی‌تان به قدری خوب نیست که توانایی شیردهی داشته باشید، سعی کنید روش‌هایی برای تأمین کودک با شیر مادر بیابید. سعی کنید شیر را انجماد و از طریق یک لانس یا قنداق شیر به کودک دهید. می‌توانید تغذیه با شیر مادر ابتدایی را در صورتی که در صورتی بافتند، امتحان کنید. با مشاور تغذیه یا متخصص بهداشت، درباره گزینه‌های پیش رویتان مشورت کنید.

دوشیدن شیر برای تمام تولید شیر نیز مهم است تا تولید رضایی که جالب‌ترین بهتر شد، شیردهی به کودک را ادامه دهید. هیچ قلمی برای انتظار پس از ابتلا، قلمی یا احتمالاً به کرونا وجود ندارد.

اگر امکان موندن شیر را با استفاده از شیر لسانی امکان وجود ندارد، می‌توانید از مایه (در صورتی که از منظر فرهنگی پذیرفته شده است) یا شیر خشک نوزاد که با روش درست تهیه شده، سالم و فرسترس است استفاده کنید.

**اگر کودک مرخص است به شیردهی ادامه دهید؟**  
اگر کودکان مرخص شده به تغذیه با شیر مادر ادامه دهید، چه کودکان به کرونا مبتلا شوند و چه بیماری دیگری، ادامه تغذیه با شیر مادر مهم است. شیر مادر سیستم ایمنی کودک را تقویت می‌کند و پادشاهی‌ها از طریق شیر به وی منتقل می‌شود. به او کمک می‌کند با بیماری مبارزه کند.

در زمان شیردهی کدام مسائل احتیاطی را رعایت کنیم؟  
مطمئن شوید که دستورالعمل‌های شستشوی دستها را رعایت می‌کنید. دستها باید با صابون و آب تمیز و بعد از تماس با کودک شسته شوند. می‌توانید از لوله‌های الکتریکی نیز استفاده کنید. همچنین نظافت و ضدعفونی هر سطحی که لمس می‌کنید نیز اهمیت دارد.

اگر می‌خواهید شیر را با سبب بهداشتی پیش از لمس کردن هر بخشی از سبب شستشوی با نظری جمع‌آوری شیر، دستان خود را بشوید و بعد از هر بار استفاده از توصیه‌های مربوط به تغذیه کردن صحیح لوازم شیردهی پیروی کنید.

سوالی دوشیدن شیر، طرف، خیره شیر و نیز طرف تغذیه را هر بار پس از مصرف شیر و نیز در ادامه خطرناک خواهد بود. ساخت که سازمان بهداشت جهانی به وادین نگران این دلگرمی را می‌دهد. همه کارها را درست انجام می‌دهید. سوالات خود را از سازمان‌های تخصصی بهداشتی و درمانی پرسید. با رعایت فاصله گذاری اجتماعی، جمله‌ای از افرادی داشته باشید که حتماً علاقمند، جسمی و ذهنی شما هستند. از نظر فرزندان، شما می‌توانید همیشه

سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



مکاتبه با فرمانداری جهت بارگذاری پوستر و تراکت هفته جهانی شیر مادر در سایت ادارات

شماره: ۷۳۰۲/۱۵۷۲۱ پ

تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۱۱

پیوست: دارد

تبشیر



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

(تغذیه با شیر مادر باعث افزایش سیستم ایمنی شیرخوار می شود)

### فرماندار محترم شهرستان کرمانشاه موضوع: درخواست بارگذاری پوستر هفته جهانی شیر مادر

باسلام و احترام

همانطور که مستحضرید ۱۶-۱۰ مرداد هفته جهانی شیر مادر نامگذاری شده است. شعار امسال این هفته " سیاره سالم با حمایت از تغذیه با شیر مادر " می باشد لذا با عنایت به اینکه ترویج تغذیه با شیر مادر بخصوص در پاندمی کرونا نقش بسزایی در پیشگیری از مرگ و میر شیرخواران دارد و برای تحقق شعار مذکور نیاز به حمایت مسئولین، سازمان ها، ارگان های دولتی و مردم نهاد ی باشد. لذا مستدعیست دستور فرمائید پوستر و تراکت های پیوست در سایت ادارات شهرستان بارگذاری گردد و مسئولین محترم ادارات گزارشی از اقدام انجام شده حداکثر تا تاریخ ۹۹/۵/۲۰ به این مرکز به روایت تصویر ارسال نمایند. پیشاپیش از همکاری جنابعالی کمال تشکر را داریم.

دکتر علیرضا طلوعی

رئیس هیات مدیره

مکاتبه با معاونت سازمان فرهنگی اجتماعی و ورزشی شهرداری

سیاره‌های سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



سازمان جهانی تغذیه با شیر مادر

WORLD  
HEALTH  
ORGANIZATION



بشیر

شماره: ۲/۱۵۶۸۴-۷۳۰۲/پ

تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۱۱

پیوست: دارد

(تغذیه با شیر مادر باعث افزایش سیستم ایمنی شیرخوار می شود)

## معاونت محترم سازمان فرهنگی ، اجتماعی و ورزشی شهرداری موضوع: درخواست اطلاع رسانی هفته جهانی شیرمادر از طریق کانال های مجازی فرهنگ سراها

باسلام و احترام

ضمن تشکر از حمایت های جنابعالی در برنامه های بسیج ملی کویدو-۱۹ همانطور که مستحضرید ۱۶-۱۰ مرداد هفته جهانی شیر مادر نامگذاری شده است. شعار امسال این هفته " سیاره سالم با حمایت از تغذیه با شیر مادر " می باشد لذا با عنایت به اینکه ترویج تغذیه با شیر مادر بخصوص در پاندمی کرونا نقش بسزایی در پیشگیری از مرگ و میر شیرخواران دارد و برای تحقق شعار مذکور نیاز به حمایت مسئولین ،سازمان ها، ارگان های دولتی و مردم نهاد ی باشد. لذا با توجه به اقدامات ارزنده ایی که در حوزه فعالیت جنابعالی در ارتقا سواد سلامت جامعه صورت گرفته در صورت امکان نمایش های خیابانی در زمینه ترویج فرهنگ تغذیه با شیر مادر انجام گیرد. ضمنا مستدعیست دستور فرمائید با توجه به ظرفیت آن سازمان در اطلاع رسانی از طریق بستر مجازی، پوستر و تراکت های پیوست به گروه های عضو اطلاع رسانی گردد. و گزارشی از اقدامات ارزنده ی آن سازمان حداکثر تا تاریخ ۹۹/۵/۲۰ به این مرکز به روایت تصویر ارسال گردد. پیشاپیش از همکاری جنابعالی کمال تشکر را داریم.

دکتر علیرضا طلوعی

رئیس مرکز

تلف مهندس اخگر

سیاره ای سالم  
با حمایت از  
تغذیه با شیر مادر



شماره: ۰۲/۱۵۳۱۵-۷۳۳ پ  
تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۷  
پوست: ندارد

(استفاده از ماسک ۷۵٪ انتقال ویروس را کاهش می دهد)

مجلس شورای اسلامی  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

**مدیرعامل محترم شرکت توزیع برق شهرستان کرمانشاه**  
**مدیرعامل محترم شرکت آب و فاضلاب شهرستان کرمانشاه**  
**مدیرعامل محترم شرکت گاز شهرستان کرمانشاه**  
**مدیرعامل محترم مخابرات شهرستان کرمانشاه**

**موضوع: درج شعار بهداشتی در مکاتبات اداری**  
**با سلام و احترام**

نظریه فرا رسیدن گرامیداشت هفته جهانی شیرمادر (۱۶-۱۷ مرداد ماه) و به منظور ارتقاء آگاهی جامعه درخصوص شعار امسال شیر مادر (( سیاره ای سالم با حمایت از تغذیه با شیر مادر )) دستور فرمایید بر روی مکاتبات اداری و قبوض صادره آن شرکت شعارهای زیر درج گردد، بحسن همکاری جنابعالی مزیدبر امتنان میباشد.

۱- تغذیه با شیرمادر موجب تقویت سیستم ایمنی شیرخوار میگردد.

۲- از شیشه شیر و گول زنک استفاده نکنید.


۳- شایعترین علت قطع شیردهی درمادر احساس ناکافی بودن شیرمادر است.

۴- تغذیه با شیرمادر را ظرف یک ساعت اول تولد شروع کنید و برای مدت دو سال ادامه دهید.

۵- شیرخوار را به طور مکرر و برحسب تقاضای او در شب و روز تغذیه کنید.

۶- تغذیه با شیرمادر در پیشگیری از عفونت های حاد تنفسی موثر میباشد.

**دکتر علیرضا طلوعی**  
**رئیس مرکز**  
**از طرف دکتر مرضیه جوکار**



سیاره‌ای سالم  
با حمایت از  
تغذیه با شیر مادر



همکاری کارشناسان واحد روان و تغذیه در اجرای برنامه های هفته شیر مادر

بشیر



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

شماره: ۷۳۰۲/۱۵۱۳۳ پ

تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۷

پوست: ندارد

(استفاده از ماسک ۸۵٪ انتقال ویروس را کاهش می دهد)

سرپرست محترم مرکز خدمات جامع سلامت شهری /روستایی

موضوع: همکاری کارشناسان محترم تغذیه و بهداشت روان

باسلام و احترام؛

با توجه به شرایط بحران و شیوع بیماری کرونا و افزایش ابتلا مادران باردار و شیرده به مشکلات روحی (ترس و اختلالات اضطرابی و الگوی نامناسب تغذیه و...) نظریه حضور فعال کارشناسان محترم تغذیه و بهداشت روان در آن مرکز ، مقتضی است مادران باردار شیرده دچار مشکل و نیازمند به مشاوره را به همکاران مذکور راجع داده شوند .حسین اجرای برنامه مذکور به عهده مسئول آن محترم مرکز میباشد.

دکتر علیرضا طلوعی  
رئیس مرکز  
از طرف دکتر مرضیه جوکار

رونوشت به:

خانم مهندس لیلا رضازاده کارشناس مسئول محترم واحد تغذیه مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

آقای حسن رستمیان کارشناس مسئول محترم سلامت روان مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

سیاره‌ای سالم

با حمایت از  
تغذیه با شیر مادر



۱۰ اردیبهشت جهانی تغذیه با شیر مادر

Ministry of Health and Medical Education

استفاده از توان سفیران

بیتا



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

شماره: ۷۳۰۲/۱۵۲۸۷ پ

تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۷

پوست: ندارد

(استفاده از ماسک ۷۸۵ انتقال ویروس را کاهش می دهد)

سرپرست محترم مراکز خدمات جامع سلامت شهری / روستایی

موضوع: استفاده از توان سفیران سلامت

باسلام و احترام؛

نظریه اهمیت ترویج تغذیه با شیرمادر و حمایت همه جانبه افراد جامعه در پیشبرد اهداف برنامه، مستدعی است ترتیبی اتخاذ گردد تا کلیه مادران باردار و افراد تصمیم گیرنده خانوار که در امر ترویج تغذیه با شیرمادر موثر بوده آموزشهای لازم را دریافت نمایند و جهت تغذیه انحصاری با شیرمادر تشویق گردند. لذا لازم است کلیه همکاران دخیل در امر مراقبت مادر و نوزاد در طول دوران بارداری و ۶ ماهه اول زندگی نوزاد آموزشهای لازم را به مادران و خانواده های آنها ارائه نمایند. استفاده از توان سفیران سلامت در این راستا ضروری میباشد. حسن اجرا بر عهده مسئول محترم مرکز میباشد.

دکتر علیرضا طلوعی

رئیس مرکز

تخصص مهندسی اخگر

سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر

سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



درخواست تهیه و نصب بنر در بیمارستانها



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

شماره: ۷/۳۰۲/۱۵۱۱۶ پ/ب

تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۷

پیوست: ندارد

(استفاده از ماسک ۸۵٪ انتقال ویروس را کاهش می‌دهد)

ریاست محترم بیمارستان امام رضا (ع)، ریاست محترم بیمارستان امام  
حضرت معصومه (س)، ریاست محترم بیمارستان بیست و نهم  
بیمارستان دکتر محمد کرمانشاهی، ۱۰۰  
موضوع: تهیه بنر

درخواست درج شعار در تابلو روان مرکز بهداشت

با سلام

نظر به  
سیاره ای  
یک تخته  
شامل فیلم  
تشکر میشود



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کرمانشاه  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

شماره:

تاریخ:

پیوست: دارد

(ازدواج رحمت است. پیامبر اکرم (ص))

مسئول محترم واحد آموزش سلامت

موضوع: درج شعار در هفته شیرمادر در تابلو روان مرکز بهداشت

باسلام و احترام:

نظر به فرارسیدن هفته جهانی شیرمادر (۱۶-۱۰ مردادماه) خواشمنداست نسبت به بارگذاری  
فایل هفته شعار جهانی شیرمادر که به پیوست به حضور ارسال گردیده اقدام فرمایید  
قبلا از حسن همکاری جنابعالی تشکر میشود.



سیاره ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر

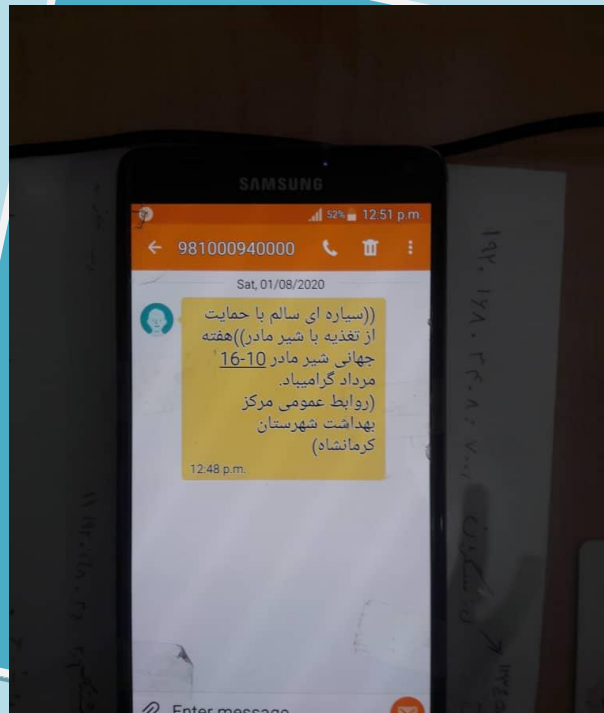


آیا از برنامه جهانی تغذیه با شیر مادر

UNICEF

## فعالیت تبلیغاتی

عنوان فعالیت	تعداد
ارسال پیامک به کلیه مراکز خدمات جامع سلامت و شهری و پایگاه های سلامت	250
تهیه و ارسال فایل تراکت به کلیه مراکز ، بیمارستانها و ادارات و فرهنگ سراها	1200
ارسال فایل پوستر هفته جهانی شیر مادر	300
نمایش پوستر و شعارهای هفته جهانی شیر مادر از تابلوی روان مرکز بهداشت	10
درج پوستر و مطالب آموزشی در سایت مرکز بهداشت	3



سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تفدیه با شیرمادر



تراکت:

# سیاره‌های سالم با حمایت از تغذیه با شیر مادر

شعار هفته جهانی شیر مادر  
در سال ۱۳۹۹

سیاره ای سالم با حمایت از تغذیه با شیر مادر

تغذیه با شیر مادر موجب تقویت سیستم ایمنی شیرخوار میشود.

مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه  
واحد سلامت خانواده  
مرداد ۹۹



شعار هفته جهانی شیر مادر  
در سال ۱۳۹۹

سیاره ای سالم با حمایت از تغذیه با شیر مادر

تغذیه با شیر مادر بر پیشگیری از عفونتهای جدی مانند مسمومیت موزومنتا.

مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه  
واحد سلامت خانواده  
مرداد ۹۹



شعار هفته جهانی شیر مادر  
در سال ۱۳۹۹

سیاره ای سالم با حمایت از تغذیه با شیر مادر

با تغذیه با شیر مادر شیرخواران خود را بر علیه بیماریها ایمن نمایند.

مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه  
واحد سلامت خانواده  
مرداد ۹۹



شعار هفته جهانی شیر مادر  
در سال ۱۳۹۹

سیاره ای سالم با حمایت از تغذیه با شیر مادر

تاتسون، انتقال ویروس فعال کرونا (ویروسی که میتواند به بیمار منجر شود) از طریق شیر مادر با تغذیه با آن گزارش نشده است.

مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه  
واحد سلامت خانواده  
مرداد ۹۹

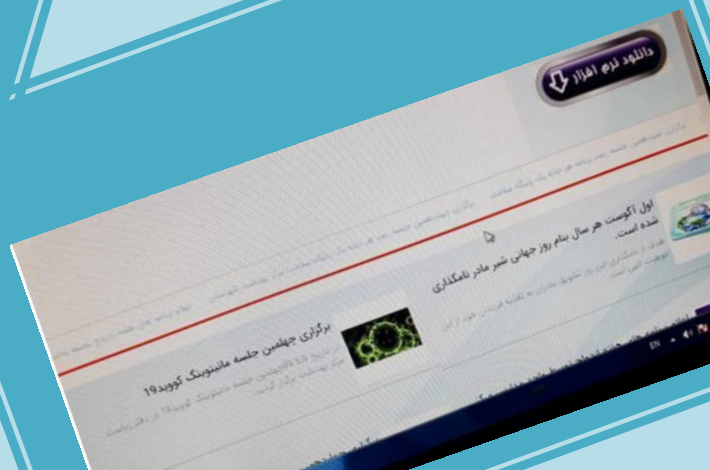
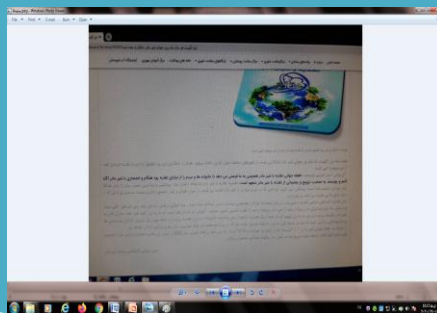



سیاره‌های سالم

با حمایت از  
تغذیه با شیرمادر



سایت:



سیاره‌های سالم

با حمایت از

تفدیه با شیر مادر



ویزیت رایگان 40 مادر شیرده در مراکز خدمات جامع سلامت شهری و روستایی:



تشویق پرسنل فعال در امر شیردهی:

سپاره‌های سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر

شماره: ۷۳۳۰۲/۱۵۱۲۹ ب  
تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۷  
پوست: ندارد  
(استفاده از ملصک نماد احترام به حقوق دیگران است)

پیشتر

بالمعهد عالی تخصصی تغذیه و رژیم درمانی  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

**سرپرست محترم مراکز خدمات جامع سلامت شهری / روستایی**  
**موضوع: معرفی پرسنل موفق در برنامه شیرمادر**  
**با سلام و احترام**

با توجه به فرا رسیدن هفته جهانی ترویج تغذیه با شیر مادر، این مرکز در نظر دارد از زحمات تعدادی از همکاران فعال در برنامه شیر مادر تقدیر بعمل آورد لذا شایسته است مسئول محترم آن مرکز نسبت به معرفی یک نفر از پرسنل فعال (پزشک، ماما، مراقب سلامت، بهورز) مرکز یا پایگاه در این خصوص تا مورخه ۹۹/۵/۱۰ به واحد سلامت خانواده اقدام فرمایند. در ضمن پرسنل معرفی شده با توجه به عملکرد آن مرکز و نظر کارشناسان ستاد تایید نهایی خواهند شد.

دکتر علیرضا طلوعی  
رئیس مرکز  
و نایب مسئول مرکز

شماره: ۷۳۳۰۲/۱۵۱۱۱ ب  
تاریخ: ۱۳۹۹/۵/۷  
پوست: ندارد  
(استفاده از ملصک ۸۵ انتقال و پروس را کاهش می دهد)

پیشتر

بالمعهد عالی تخصصی تغذیه و رژیم درمانی  
مرکز بهداشت شهرستان کرمانشاه

**ریاست محترم بیمارستان امام رضا (ع)، ریاست محترم بیمارستان امام حسین (ع)، ریاست محترم بیمارستان بیستون، ریاست محترم بیمارستان حضرت معصومه (س)، ریاست بیمارستان حضرت ابوالفضل، ریاست محترم بیمارستان معتضدی، ریاست محترم بیمارستان دکتر محمد کرمانشاهی**

**موضوع: تشویق پرسنل فعال در برنامه ترویج تغذیه با شیر مادر**  
**با سلام و احترام**

با توجه به فرا رسیدن هفته جهانی ترویج تغذیه با شیرمادر، این مرکز در نظر دارد از زحمات تعدادی از همکاران فعال در برنامه شیر مادر تقدیر بعمل آورد، لذا شایسته است نسبت به معرفی ۳ نفر از پرسنل فعال آن بیمارستان در امر حمایت از مادران شیرده و ترویج تغذیه با شیر مادر تا مورخه ۹۹ /۵/۲۰ به این مرکز اقدام فرمایید . قبلاً "از حسن همکاری جنابعالی تشکر و قدرانی می شود.



سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر

## بازدید کارشناس ترویج تغذیه با شیر مادر از شیرخوارگاه معتضدی به مناسبت هفته جهانی شیر مادر

طی گزارش خانم مریم اویسی کارشناس ترویج تغذیه با شیر مادر شهرستان کرمانشاه در روز چهارشنبه 15 ام مرداد 99 به مناسبت هفته جهانی تغذیه با شیربازدید از شیرخوارگاه معتضدی بعمل آمد. که در ابتدا پرونده بهداشتی کلیه شیرخواران توسط سرکار خانم اویسی و آقای بدیع صحرایی مراقب سلامت پایگاه طالقانی مورد بررسی قرار گرفت سپس مراقبتهای بهداشتی جهت شیرخواران بر اساس بوکلت چارت کودک سالم انجام گرفت. همچنین در حین مراقبت آموزش هایی در زمینه رعایت اصول بهداشتی در تهیه شیرمصنوعی ، استفاده از مکملها و تغذیه تکمیلی ارائه گردید.

## انجام مراقبتهای روتین کودکان شیرخوارگاه توسط مراقب سلامت در محل شیرخوارگاه در دوران کرونا

خانم اویسی اظهار نمودند که جهت مراقبت شیرخواران ساکن در شیرخوارگاه قبل از شیوع کرونا مربیان جهت مراقبت روتین کودکان مجبور به مراجعه به پایگاه سلامت بودند. که با توجه به شیوع بیماری کوید و-19 به منظور پیشگیری از همه گیری بیماری در شیرخوارگاه مقرر گردید منبعده ماهیانه یک نفر مراقب سلامت جهت انجام مراقبتهای روتین کودک سالم به شیرخوارگاه مراجعه نماید.





سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



فعالیت‌های انجام شده در مراکز خدمات جامع سلامت شهری و روستایی:

اطلاع رسانی به اصناف	اطلاع رسانی به شوراهای	اطلاع رسانی به سفیران	کمپین فضاهای مجازی	اطلاع رسانی به مادران
949	249	4931	3095	4551

سپاره ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر

سایر فعالیتهای انجام شده در مراکز خدمات جامع سلامت شهری و روستایی:

- 1- مشاوره تلفنی
- 2- تغییر پرو فایل شخصی مراقبین سلامت پایگاه به پوستر هفته جهانی شیر مادر
- 3- توزیع مجله شیر مادر بین مادران شیر ده
- 4- تشکیل کانال آموزشی جهت سفیران سلامت و ارائه مطالب شیرمادر توسط کارشناس تغذیه در مراکز
- 5- تهیه تابلو آموزشی توسط بهورز، ارسال فایل آموزشی در کانال تلگرامی
- 6- تهیه کلیپ
- 7- مشاوره اختصاصی با مادران آسیب پذیر (مادران نوجوان، مادران دارای شیرخوار دو قلو و....)



سیاره‌های سالم

با حمایت از  
تغذیه با شیر مادر



عملکرد مراکز در هفته شیر مار به روایت تصویر :



سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



سپاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



سیرهای سالم

با حمایت از

تفدیه با شیر مادر



سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تقدیه با شیرمادر



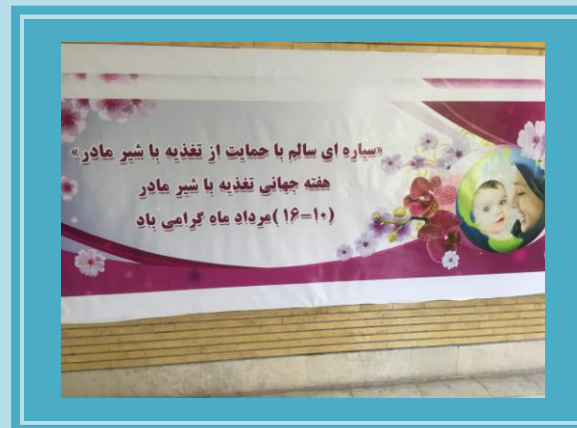
فعالیت‌های بیمارستان‌های دوستدار کودک شهرستان:

- 1- نصب بنر
- 2- فعالیت‌های تبلیغاتی
- 3- مشاوره های اختصاصی بامادران
- 4- برپایی کمپین در فضای مجازی
- 5- بارگذاری مطالب آموزشی در سایت بیمارستانها
- 6- تهیه کلیپ آموزشی
- 7- نمایش شعارهای بهداشتی در بلبورد بیمارستانها
- 8- استفاده از توان متخصصان محترم اطفال در اجرای برنامه های آموزشی
- 9- برپایی نمایشگاه‌ها با رعایت پروتکل های بهداشتی
- 10- برپایی جشن در بیمارستانها و تقدیر از مادران شیرده با رعایت پروتکل های بهداشتی

سیاره ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



فعالیت‌های بیمارستانهای دوستدار کودک شهرستان به روایت تصویر:



سیاره‌ای سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



Forwarded message  
From: اطلاع رسانی مرکز دکتر کرمانشاهی



مستندات هفته جهانی شیر مادر در مرکز دکتر کرمانشاهی. در این هفته توسط کارشناس مسئول این واحد آموزشهای حضوری انجام شد. اطلاع رسانی با چاپ پمفلت آموزشی و نصب بنر در ورودیهای مرکز انجام شد.

17:12:24

سایه های سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



سیاره‌های سالم

با حمایت از

تغذیه با شیر مادر



**در پایان از کلیه همکاران محترم که با تلاش خود باعث ترویج تغذیه با شیر مادر  
گردیده و در امر کاهش مرگ و میر نوزادی و تأمین سلامت کودکان این سرزمین کوشا  
بوده اند تشکر و قدردانی می گردد.**