



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي  
King Fahad Hospital The University

# طفرة النمو والرضاعة الطبيعية

## Growth Spurt & Breastfeeding



## ما هي طفرة النمو؟

هي الفترة التي يمر فيها الطفل بمرحلة نمو سريعة في فترات معينة من عمره مما تجعل الطفل يرضع لفترات أول من السابق وكذلك تزيد عدد المرات التي يطلب فيها الطفل الحليب خلال اليوم.

## كم تستمر طفرة النمو؟

طفرة النمو لدى الطفل **مؤقتة** وعادة ما تستمر إلى بضعة أيام، وفي بعض الأحيان قد تستمر لمدة **أسبوع إلى أسبوعين**.



## متى تحدث طفرة النمو؟

غالباً تحدث طفرة النمو للطفل في الأوقات التالية:

عندما يبلغ ٢-٣ أسابيع من عمره

عندما يبلغ ٦ أسابيع من عمره

عندما يبلغ ٣ أشهر من عمره

عندما يبلغ ٦ أشهر من عمره

**ملاحظة:** 📌

قد لا تحدث طفرات النمو في هذه الأوقات بالضبط ويمكن أن تحدث في أي وقت، كما أن الأطفال يختلفون من طفل لآخر.



## ما هي علامات طفرة النمو؟

علامات لدى الطفل:

- تزداد رغبة الطفل في الرضاعة الطبيعية بشكل متكرر.
- رغبة الطفل في النوم قد تزداد، في بعض الأحيان ينام لفترة قصيرة ويستيقظ بشكل متكرر وفي أحياناً أخرى قد ينام لفترة أطول وبشكل أفضل من السابق.
- عدم انفصال الطفل عن الثدي، قد يرضع لفترة قصيرة ثم يستيقظ ويرضع بشكل أكثر.



# ما هي علامات طفرة النمو؟

علامات لدى الأم:

الشعور بالعطش والجوع

الشعور بالتعب والانهيار

الشعور بالألم في حلمة الثدي



# هل لدي ما يكفي من الحليب لسدّ احتياجات طفلي

## خلال فترة طفرة النمو؟

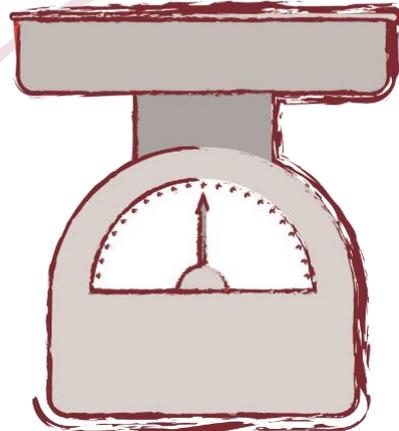
نعم، لا تقلقي كلما أرضعتِ طفلك كلما زاد إنتاج الحليب حيث أن الإرضاع المتكرر من الثدي قد يؤدي إلى زيادة إدرار الحليب.

## من علامات حصول الطفل على كفايته من الحليب ما يلي:

التبرز بشكل جيد

التبول بشكل جيد بمعدل ٦ - ٨ مرات يومياً

زيادة وزن طفلك بمعدل ٥٠٠ جرام شهرياً



# ماذا يجب عليّ فعله في فترة طفرة النمو التي يمر

## بها طفلي؟

كل ما عليك فعله هو:

- تلبية احتياجات طفلك كلما رغب في الرضاعة.
- الاهتمام بصحتك والتأكد من حصولك على كفايتك من الغذاء حتى يكون لديك الطاقة اللازمة لتجاوز هذه الفترة.
- التأكد من حصولك على فترات كافية من الراحة والنوم الجيد.



## ملاحظات:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





## ملاحظات:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## المصادر والمراجع:

الصور المستخدمة في هذا الكتيب من

[www.canva.com](http://www.canva.com)

## المراجعة والتدقيق:

تمت كتابة محتوى هذا الكتيب ومراجعته من قبل  
أخصائيي تثقيف الرضاعة الطبيعية بمستشفى الملك  
فهد الجامعي.

وحدة التوعية الصحية  
IAU-24-449



جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل  
IMAM ABDULRAHMAN BIN FAISAL UNIVERSITY

مستشفى الملك فهد الجامعي  
King Fahad Hospital The University