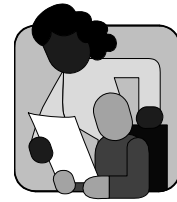


# Polasaí Cothaithe Naíonáin - Treoir do Thuismitheoirí



- ♦ Beidh deis agat féin agus do theaghlach, le linn do thoirchis, labhairt le Bean Chabhrach, Dochtúir nó Altra faoi chleachtais le linn an toircheas, an bhreith agus faoi chothú naíonáin.
- ♦ Moltar duit freastal ar Ranganna Réamhbhreithe chun tuilleadh eolais a fháil agus a phlé. Tá ranganna gan aon táille ar fáil.
- ♦ Tar éis breith do leanbh, beidh deis agat teagmháil craicne a bheith agat le do leanbh ar feadh uair a' chloig ar an laghad. Taispeánfaidh an Bhean Chabhrach/Altra duit conas leideanna cothaithe do naíonáin a aithint agus cabhróidh sí leat leis an gcothú cíche más gá.
- ♦ Beidh bean chabhrach nó duine oilte ar fáil chun cabhrú leat, más gá, gach uair a bheathaíonn tú an naíonán le linn duit a bheith san ospidéal tar éis na breithe. Taispeánfar duit conas do bhainne cíche a fháisceadh.
- ♦ Tá sé de chleachtadh san ospidéal seo, go gcodlaíonn an mháthair agus an naíonán in aice lena chéile. Beidh do pháiste in aice leat an t-am ar fad a bheidh tú san ospidéal. Más gá scaradh le do naíonán ar chúinsí leighis, cabrófar leat mar sin féin, chun fanacht i dteagmháil le do naíonán agus chun leanacht leis an gcothú cíche.
- ♦ Ní gá aon ní seachas bainne na máthar a thabhairt d'fhormhór na bpáistí don chéad sé mhí dá saoil. Má theastaíonn aon fhorbhia, pléifear sin leat agus iarrfar do thoilíú.
- ♦ Taispeánfar duit conas leideanna a aithint go bhfuil cothú ó do naíonán agus na comharthaí go bhfuil a dóthain bainne ólta ag do naíonán, a aithint. Tabharfar moladh agus tacaíocht duit chun do naíonán a chothú de réir a riachtanais.
- ♦ Molaimid duit gan buidéal, siní ná ciúnaitheoirí a úsáid nuair atá an cothú cíche á fhoghlaim agaibh.
- ♦ Má tá tú ag smaoineamh ar chothú eile seachas cothú cíche, cuirfear eolas ar fáil duit chun cinneadh eolasach a dhéanamh. Má tá cothú foirmle á n-úsáid agat, tabharfar cabhair duit maidir lena h-úsáid go sábháilte.
- ♦ Sula bhfágann tú an ospidéal, beidh bean chabhrach sásta aon cheist atá agat a phlé leat. Gheobhaidh tú eolas i scríbhinn faoin té ar féidir leat teagmháil a dhéanamh léi chun tacaíocht bhreise a fháil maidir le cothú do naíonáin sa bhaile.
- ♦ Má tá riocht leighis ortsa nó ar do pháiste, agus go dteastaíonn cúram uaibh atá éagsúil ón bpolasaí seo, míneoidh ball foirne an fáth atá leis agus an cúram a theastaíonn.

*Ní chuireann ant- ospidéal seo aon ábhar margaióchta d'fhoirmle naíonáin, buidéal nó siní ar fáil, agus ní mholaimid aon bhranda ar leith.*

*Tacaíonn muid leis an gCód Idirnáisiúnta do Mhargaiócht Bhainne Chíche Ionadach agus na rúin a glacadh ina dhiaidh sin.*

## **Má bhíonn aon cheist agat ná bíodh aon leisce ort a fhiafraigh**

Tá an Polasaí um Chothú Naíonáin ar fáil ina iomláine ach é a iarradh, agus déantar athbhreithniú rialta air. Cuirtear oiliúint ar fáil do gach ball den fhoireann cúram sláinte agus den fhoireann tacaíochta, a mbíonn teagmháil acu le mná torracha agus máithreacha nua, ag an leibhéal a fheileann dá roil, chun tacú leis an bpolasaí seo.