

# معلومات کمبود در باره شیر خشک نوزاد



## نبایدها

شیر خشک خود را بسازید - دستور العمل های شیر خشک های خانگی ممکن است سالم، ارزان تر یا گزینه ای در این کمبود به نظر برسند، آنها ایمن نیستند و نیازهای تغذیه ای کودک شما را برآورده نمی کنند. گزارش هایی مبنی بر مرگ و میر نوزادان ناشی از استفاده بعضی از شیرهای خشک خانگی وجود دارد

علاوه کردن آب بیشتر جهت "زیاد" شدن شیر --علاوه کردن آب بیشتر به شیر خشک خطرناک است. این امر می تواند باعث عدم تعادل تغذیه ای طفل تان شود و منجر به مشکلات جدی سلامتی در وی گردد. همیشه شیر خشک را طبق طرز العمل تولید کننده ترکیب کنید.

شیر گاو مصرف کنید - هضم کامل آن بالای طفل زیر 1 سال سخت است، میزان مناسب مواد مغذی در آن وجود ندارد و این امر می تواند بدن طفل را تحت فشار قرار دهد و منجر به مشکلاتی در سلامتی وی گردد.

مصرف مواد بدیل شیر - به طفل کمتر از یک سال توصیه نمی شود. به خصوص شیرهای گیاهی که پروتئین و مواد معدنی کمتر دارند

مصرف شیر خشک مسترد شده یا انقضا شده

مصرف شیر های خشک خاص اطفالی که تازه راه گردان شده اند - بالای اطفال کمتر از یک سال توصیه نمی شود و تحت نظارت FDA نمی باشد؛ در صورتیکه به تولد یک سالگی طفل نزدیک باشید، ممکن است به مدت چند روز مشکلی نداشته باشد.

انبار کردن - در صورتیکه محدودیت عرضه وجود داشت، به اندازه کافی و بالای مدت 10 تا 14 روز خرید کنید

## در صورتیکه شیر خشک را دریافت کرده نتوانید، باید ها

برای دریافت نمونه (در صورت موجودیت) با دکتر متخصص اطفال خود یا با مخاطبینی که می توانند تأمینات را تهیه کنند یا دفتر WIC محلی تان تماس بگیرید، 211 (United Way) یا بانک غذا/SNAP نیز ممکن است بتواند مکان های پیشنهادی برای بررسی را فراهم کند.

دوکان ها و دواخانه های کوچک تر را ببینید چراکه ممکن است در حالیکه فروشگاه های بزرگتر موجود نداشته باشد، آنها داشته باشند.

شیر خشک را بصورت آنلاین، خرید از سایت های شناخته شده به جای فروش جداگانه یا حراجی که ممکن است محصولات انقضا شده یا با کیفیت پایین تر را بفروشد. شیر خشک را از خارج از کشور خریداری نکنید، زیرا شیر خشک وارداتی توسط FDA بررسی یا تایید نشده است و ممکن است مطابق با استانداردهای تغذیه و ایمنی شناخته شده نباشد.

برای اکثر نوزادان، تغییر به هر شیر خشک موجود، از جمله مارک های فروشگاه، مشکلی ندارد، مگر اینکه طفل شما از یک شیر خشک خاص هیدرولیز شده یا مبتنی بر امینواسید (کم حساسیت) مانند Alimentum/ Nutramigen/ Elecare استفاده کند (هیچ برند فروشگاهی وجود ندارد). در صورتیکه مطمئن نیستید، با دکتر اطفال تان صحبت کنید. با تبدیل برند تجاری محصول، اطفال تازه متولد شده ممکن است دچار ناراحتی معده شوند، کمی مزاج شا بگردد یا تبدیل و تغییری در مدفوع (حرکات روده) داشته باشند؛ این موارد به سبب آنست که آنها با این تغییر سازگار می شوند

گروپ های رسانه های اجتماعی را ببینید. گروپ هایی وجود دارند که به تغذیه نوزاد و شیر خشک اختصاص یافته اند و اعضا ممکن است نظراتی در مورد یافتن شیر خشک داشته باشند. قطعاً هر گونه مشوره را با دکتر تان شریک سازیید.

شریک ساختن شیر خشک با دوستی یا گروپی از والدین ها - در صورت امکان «قرض بگیرید»

تغذیه مناسب به اطفال تازه متولد شده زیر 1 سال مهم است؛ آنها جهت حفظ رشد و نمو سریع شان به میزان صحیح مواد مغذی ضرورت دارند. شیر مادر حاوی این موارد است؛ شیرهای خشک بطور خاص تهیه شده اند تا به بهترین نحو بدیل آن باشند و نیازهای طفل را برآورده کنند.

## علت کمبود چیست؟

مشکلاتی در مورد تأمین مواد اولیه، بسته بندی، نیروی کار و همچنان حمل و نقل وجود دارد.

مسترد کردن در اوایل سال جاری همچنان در ایجاد این مسئله نقش داشته است. مدت زمان نامشخص است، اما با تلاش هایی که برای معکوس کردن وضعیت در سریع ترین زمان ممکن انجام می شود، نیاز فوری تشخیص داده شده است.

## لینک های مفید

[انعطاف پذیری های USDA WIC](#)

[مصوّ و نیت شیر خشک USDA برای نوزاد](#)

اگر هیچ شیر خشک در دسترس نباشد، نوزادان بزرگتر از 6 ماه، که به استفاده از غذای کودک شروع کرده اند و در حال حاضر از شیر گاو استفاده می کنند، تا زمانی که شیر خشک در دسترس قرار نگیرد، می توانند شیر کامل برای مدت زمان کوتاه همراه با مواد غذایی غنی از آهن استفاده کنند.

[معلومات AAP HealthyChildren.Org](#)

[FDA برای ایمنی نوزاد FDA بایدها و نبایدهای](#)

## شیرهای خشک تأیید شده WIC برای نوزاد

معیار	شکر کمتر	"هضم آسان"	برنج اضافی
Similac Advance	Similac Sensitive	Similac Total Comfort	Similac For Spit Up
Similac Pro Advance	Similac Pro Sensitive	Similac Pro Total Comfort	Enfamil AR
Similac 360 Total Care	Similac 360 Total Care Sensitive	Enfamil NeuroPro Gentlease	Parent's Choice Added Rice (Walmart)
Similac Organic	Enfamil NeuroPro Sensitive	Enfamil Gentlease	Up & Up Added Rice Starch (Target)
Pure Bliss by Similac	Parent's Choice Sensitivity (Walmart)	Enfamil Enspire Gentlease	Comforts Added Rice Starch (Kroger)
Enfamil Infant	Up & Up Sensitivity (Target)	Enfamil Reguline	CVS Health Added Rice Starch (CVS)
Enfamil NeuroPro Infant	Mama Bear Sensitivity (Amazon)	Gerber Good Start Gentle	HEB Baby Added Rice Starch (HEB)
Enfamil Enspire	Earth's Best Organic Sensitivity	Gerber Good Start Gentle Pro	Tippy Toes Added Rice Starch (Weis Markets)
Enfamil Simply Organic	Happy Baby Organic Sensitive Formula	Gerber Good Start Soothe Pro	
Enfamil A2	Burt's Bees Organic Sensitive	Parent's Choice Gentle (Walmart)	
Parent's Choice Advantage (Walmart)	Little Journey's Sensitivity (Aldi)	Parent's Choice Tender (Walmart)	
Parent's Choice Infant (Walmart)	Comforts Sensitivity (Kroger)	Up & Up Gentle (Target)	
Parent's Choice Organic (Walmart)	Member's Mark Sensitivity (Sam's Club)	Up & Up Complete Comfort (Target)	
Parent's Choice Supplementation (Walmart)	HEB Baby Sensitivity (HEB)	Mama Bear Gentle (Amazon)	شیرهای خشک نیمه شکسته (قبل از استفاده با دکتر معالج مشوره کنید)
Up & Up Advantage (Target)	CVS Health Sensitivity (CVS)	Earth's Best Organic Gentle	Similac Alimentum
Up & Up Infant (Target)	Always My Baby Sensitivity (Giant)	Burt's Bees Organic Ultra Gentle	Mead Johnson Nutramigen
Mama Bear Infant (Amazon)	Tippy Toes Sensitivity (Giant Eagle, Weis Markets)	Little Journey's Gentle (Aldi)	Mead Johnson Pregestimil
Mama Bear Advantage (Amazon)		Plum Organics Gentle	Gerber Extensive HA
Mama Bear Organic (Amazon)		Comforts Gentle (Kroger)	Parent's Choice Hypoallergenic (Walmart)
Earth's Best Organic Dairy		Comforts Tender (Kroger)	Up & Up Hypoallergenic (Target)
Happy Baby Organic		Member's Mark Gentle (Sam's Club)	Comforts Hypoallergenic (Kroger)
Burt's Bees Organic Infant Milk		CVS Health Complete Comfort (CVS)	CVS Health Hypoallergenic (CVS)
Little Journey's Advantage (Aldi)		HEB Baby Complete Comfort (HEB)	Well Beginnings Hypoallergenic (Walgreens)
Little Journey's Infant (Aldi)		Always My Baby Gentle (Giant)	Tippy Toes Hypoallergenic (Weis Markets)
Plum Organics Grow Well Organic		Tippy Toes Gentle (Giant Eagle, Weis Markets)	HEB Baby Hypoallergenic (HEB)
Plum Organics Premium			
Kirkland Signature ProCare (COSTCO)			شیرهای خشک زودرس
Kirkland Signature Infant (COSTCO)			Similac Neosure
Comforts Advantage (Kroger)			Enfamil NeuroPro Enficare
Comforts Infant (Kroger)			میتنی بر آمینو اسید عنصری
Member's Mark Advantage (Sam's Club)			Neocate Infant
Member's Mark Infant (Sam's Club)			Neocate Syneo
HEB Baby Advantage (HEB)			Elecare Infant
HEB Baby Infant (HEB)			Mead Johnson Puramino DHA & ARA (infant)
CVS Health Advantage (CVS)			Nestle Alfamino Infant
CVS Health Infant (CVS)			
Always My Baby Advantage (Giant)			
Always My Baby Infant (Giant)			
Tippy Toes Advantage (Weis Markets)			
Tippy Toes Infant (Weis Markets)			



UPMC | CHILDREN'S HOSPITAL OF PITTSBURGH