

# BREASTFEEDING IN THE FIRST WEEK

THIS IS A GENERAL GUIDE. PLEASE DISCUSS IN FURTHER DETAIL WITH YOUR MIDWIFE AS EVERY MOTHER AND BABY ARE DIFFERENT.

	FIRST 24 HOURS	DAY 2 (24-48 HOURS)	DAY 3 (48-72 HOURS)	DAY 4 (OVER 72 HOURS)	DAY 4-6	DAY 7
<b>BREASTS</b>	Soft	Soft	Becoming fuller and firmer. Veins may appear more prominent	Full and firm. May leak between feeds	Full, soften with feeds Leaking is common	Full, soften with feeds Leaking is common
<b>MILK</b>	Colostrum - small volume, highly nutritious. Thick clear yellow/ orange colour. About ½ teaspoon per feed.	Colostrum- about 1 teaspoon per feed	Increasing in volume, whiter colour	Increasing volume, whiter colour. Thinner / more watery consistency	Thinner and whiter in colour	Thin, white. Flows freely during the feed.
<b>BABY</b>	First feed occurs within the hour after birth when baby is alert. After the first feed baby may sleep for a long time or be wakeful and feed often	Baby usually more alert and wakeful. Can be unsettled especially during the night. More settled when cuddled / held.	Some continue to be wakeful and feed frequently, especially at night. Others sleep for longer periods between feeds	Some continue to be wakeful and feed frequently. Others sleep for longer periods between feeds	Frequent night feeds are common and more sleep time during the day	Regulates the milk volume and number of feeds required
<b>BREASTFEEDS</b>	At least 2 - may be many more. Offer both breasts	Feeds more often to stimulate an increase in milk supply	At least 6-8, maybe more. May hear suck / swallow. Offer 2 <sup>nd</sup> breast in response to baby's feeding cues	At least 6-8, maybe as many as 10-12	At least 6-8. Should hear / see swallows. Feed from 1 <sup>st</sup> side until comfortable then offer the 2 <sup>nd</sup> side in response to baby's feeding cues	Varies, average 6-10. Offer 2 <sup>nd</sup> breast in response to baby's feeding cues. "Cluster" feeds in the afternoon / evening are common
<b>URINE</b>	At least 1 wet nappy	At least 2 wet nappies	At least 2-3 wet nappies. Urates - a pinky / orange stain in the nappy - is common	At least 3-4 pale or colourless wet nappies	At least 4-6 pale or colourless wet nappies	At least 6 pale or colourless wet nappies
<b>STOOLS</b>	At least one meconium nappy - thick, sticky black / green stool	At least 2 meconium nappies	At least 3 - softer, green / brown colour	Softer or runny, brown / yellow colour	Frequent. Runny or pasty yellow with little lumps (curds)	Frequent. Runny or pasty yellow with little lumps (curds)

DEVELOPED BY: ROYAL HOSPITAL FOR WOMEN POSTNATAL SERVICES MARCH 2012

ACKNOWLEDGEMENT: NSCCAHS BOOKLET "BREASTFEEDING: INFORMATION FOR PARENTS AND THEIR FAMILIES"

TRANSLATIONS FUNDED BY THE SOUTH EASTERN SYDNEY LOCAL HEALTH DISTRICT MULTICULTURAL HEALTH SERVICE CULTURAL DIVERSITY HEALTH ENHANCEMENT GRANTS PROGRAM



## CHO CON BÚ SỮA MẸ TRONG TUẦN ĐẦU TIÊN

**ĐÂY LÀ HƯỚNG DẪN TỔNG QUÁT. VUI LÒNG THẢO LUẬN THÊM CHI TIẾT VỚI NỮ HỘ SINH VÌ MỌI BÀ MẸ VÀ EM BÉ ĐỀU KHÁC NHAU.**

	24 GIỜ ĐẦU TIÊN	NGÀY 2 (24-48 GIỜ)	NGÀY 3 (48-72 GIỜ)	NGÀY 4 (TRÊN 72 GIỜ)	NGÀY 4-6	NGÀY 7
<b>BẦU VÚ</b>	Mềm	Mềm	Trở nên đầy đặn và săn chắc hơn. Các mạch máu có thể hiện rõ	Đầy đặn và săn chắc. Có thể bị chảy sữa ngoài những lúc cho con bú	Đầy đặn, trở nên mềm sau khi cho bú. Sữa rò rỉ là điều thông thường	Đầy đặn, trở nên mềm sau khi cho bú. Sữa rò rỉ là điều thông thường
<b>SỮA</b>	Sữa non – lượng nhỏ, rất bổ dưỡng. Màu vàng/cam nhạt và đặc sánh. Khoảng ½ muỗng nhỏ mỗi lần cho bú.	Sữa non - khoảng 1 muỗng nhỏ mỗi lần cho bú.	Lượng sữa tăng, màu trắng hơn	Lượng sữa tăng, màu trắng hơn. Loãng hơn / lượng nước đều hơn	Loãng hơn và màu trắng hơn	Loãng, trắng. Chảy tuôn trong lúc cho bú.
<b>EM BÉ</b>	Lần bú đầu tiên xảy ra trong vòng giờ đầu tiên sau khi bé chào đời và tỉnh táo. Sau lần bú đầu tiên em bé có thể ngủ thật lâu hoặc thức và bú thường xuyên	Bé thường tỉnh táo hơn và thức. Có thể không ổn định, nhất là vào ban đêm. Bé yên ổn hơn khi được nâng niu / bồng ẵm.	Một số em bé tiếp tục thức và bú thường xuyên, nhất là vào ban đêm. Một số khác ngủ lâu hơn sau mỗi lần bú	Một số em bé tiếp tục thức và bú thường xuyên. Một số khác ngủ lâu hơn sau mỗi lần bú.	Hay bú thường xuyên vào ban đêm và ngủ nhiều vào ban ngày	Điều chỉnh lượng sữa và số lần bú cần đến
<b>CHO BÚ SỮA MẸ</b>	Ít nhất 2 lần – có thể nhiều lần hơn. Lần lượt cho bú cả hai vú	Cho bú thường xuyên hơn để kích thích lượng sữa gia tăng	Ít nhất 6-8 lần, có thể nhiều hơn. Có thể nghe bé bú / nuốt. Cho bú bên bầu vú thứ nhì nếu bé có vẻ muốn bú thêm	Ít nhất 6-8 lần, có thể lên tới 10-12 lần	Ít nhất 6-8 lần. Có thể nghe / thấy bé nuốt. Cho bú ở bầu vú thứ nhất cho đến khi bé yên ổn, sau đó cho bú bầu vú thứ nhì nếu bé có vẻ muốn bú thêm	Thay đổi, trung bình 6-10 lần. Cho bé bú bầu vú thứ nhì nếu bé muốn bú thêm. Bé bú 'liên tục' vào buổi chiều / tối là điều thông thường
<b>NƯỚC TIỂU</b>	Ít nhất là 1 tã ướt	Ít nhất là 2 tã ướt	Ít nhất là 2-3 tã ướt. Kết tủa urates – vết ố màu hồng / cam trong tã – là điều thông thường	Ít nhất là 3-4 tã ướt có màu nhạt hoặc không màu	Ít nhất là 4-6 tã ướt có màu nhạt hoặc không màu	Ít nhất là 6 tã ướt có màu nhạt hoặc không màu
<b>PHÂN</b>	Ít nhất 1 tã phân su – phân màu đen / xanh và đặc dính	Ít nhất 2 tã phân su	Ít nhất 3 tã – phân có màu xanh / nâu và mềm hơn	Phân mềm hơn hoặc lỏng, màu nâu / vàng	Thường xuyên. Dạng sệt hoặc lỏng màu vàng với các cục nhỏ (lợn cợn)	Thường xuyên. Dạng sệt hoặc lỏng màu vàng với các cục nhỏ (lợn cợn)

SOẠN BỞI: DỊCH VỤ SAU SINH CỦA ROYAL HOSPITAL FOR WOMEN - THÁNG BA 2012

CẢM ƠN: TẬP HƯỚNG DẪN CỦA NSCCAHS "BREASTFEEDING: INFORMATION FOR PARENTS AND THEIR FAMILIES" (CHO CON BÚ SỮA MẸ: THÔNG TIN CHO PHỤ HUYNH VÀ GIA ĐÌNH)  
VIỆC DỊCH THUẬT ĐƯỢC TÀI TRỢ DO CHƯƠNG TRÌNH HỖ TRỢ Y TẾ ĐA VĂN HÓA DỊCH VỤ Y TẾ ĐA VĂN HÓA VÙNG Y TẾ ĐỊA PHƯƠNG ĐÔNG NAM SYDNEY

