



Alameda Alliance for Health (Alliance) شریک شما در مسیر سلامتی است. ما آماده‌ایم تا به شما کمک کنیم مراقبتی را که نیاز دارید دریافت کنید. شیر مادر یکی از بهترین راه‌ها برای شروعی سالم در زندگی نوزاد شماست. پمپ شیردوش یک وسیله کمکی است که می‌تواند به شما در رسیدن به اهداف شیردهی‌تان کمک کند.

آیا من به پمپ شیردوش نیاز دارم؟ کدام یک؟

برای اینکه بدانید آیا به پمپ شیر دوش نیاز دارید یا خیر، با پزشک یا مشاور شیردهی (متخصص شیردهی) خود مشورت کنید. جدول زیر یک راهنمای کلی در مورد زمان استفاده از انواع مختلف پمپ‌های شیر دوش است.

انواع پمپ‌های شیردوش	زمان استفاده	کاربردهای رایج	آیا می‌توانم آن را نگه دارم؟
 برقی دوتایی بیمارستانی	بیشتر در هفته‌های اول زندگی نوزاد استفاده می‌شود، مگر اینکه همچنان به آن نیاز باشد.	• نوزاد یا مادر در بیمارستان بستری باشند. • نوزاد یا مادر مشکلات پزشکی خاصی دارد. • نوزاد سینه را نمی‌گیرد. • نوزاد نارس با مشکل در تغذیه. • تشخیص کمبود تولید شیر.	خیر. شما می‌توانید این پمپ را به مدت سه (3) ماه یا تا زمانی که پزشک یا متخصص شیردهی شما بگوید به آن نیاز دارید، قرض بگیرید.
 برقی دوتایی شخصی	شیردهی از سینه به خوبی پیش می‌رود و تولید شیر پایدار است، که این وضعیت می‌تواند سه (3) تا چهار (4) هفته طول بکشد.	• دور از نوزاد به دلیل بازگشت به کار یا تحصیل.	بله.
 دستی	شیردهی از سینه به خوبی پیش می‌رود و تولید شیر پایدار است، که این وضعیت می‌تواند سه (3) تا چهار (4) هفته طول بکشد.	• نوزاد و مادر گهگاه از هم جدا می‌شوند. • مادر باید حدود یک (1) تا هفت (7) بار در هفته شیر بدوشد. • گزینه پشتیبان برای مسافرت یا زمانی که منبع برق وجود ندارد.	بله.



چگونه یک پمپ تهیه کنم؟

اعضای Alliance

با پزشک خود، پزشک نوزادتان یا یک متخصص شیردهی مشورت کنید. آن‌ها می‌توانند به شما کمک کنند تا برای تهیه آن درخواست دهید.

می‌توانید انتظار داشته باشید که پمپ ظرف هفت (7) تا ده (10) روز کاری به منزل شما ارسال شود. اگر نیاز به پمپ فوری باشد، حدود سه (3) تا شش (6) روز کاری طول خواهد کشید. اگر پمپ خود را دریافت نکرده‌اید، لطفاً با بخش خدمات اعضای Alliance به شماره **1.510.747.4567** تماس بگیرید.

اگر معتقدید به پمپ شیر دوش نیاز پیدا می‌کنید، پزشک شما می‌تواند حدود یک ماه قبل از موعد زایمان نوزادتان، یک پمپ دستی یا یک پمپ برقی دوتایی شخصی برای شما سفارش دهد. نزدیک به تاریخ زایمان شما برایتان ارسال خواهد شد.

چگونه می‌توانم نحوه استفاده از پمپ را یاد بگیرم؟

پمپ همراه با یک راهنما و شماره تلفن خدمات مشتری برای تماس در صورت داشتن سوال یا نگرانی ارسال می‌شود. اگر برای پمپ‌ها یا هرگونه نگرانی دیگر در مورد شیردهی به کمک بیشتری نیاز دارید، لطفاً با پزشک خود یا برنامه زنان، نوزادان و کودکان (Women, Infants, and Children, WIC) تماس بگیرید. دفتر محلی WIC خود را با تماس رایگان با شماره **1.888.942.9675** پیدا کنید. برای ارتباط با پشتیبانی بیشتر در زمینه شیردهی، لطفاً با برنامه‌های سلامت Alliance تماس بگیرید.

ALAMEDA
Alliance
FOR HEALTH

HE_MBRS_BS_PUMP GUIDE 07/2024
HED BS-15 07/2024

آیا به حمایت بیشتری نیاز دارید؟ لطفاً با برنامه‌های سلامت Alliance
دوشنبه - جمعه، از ساعت 8 صبح - 5 بعدازظهر تماس بگیرید

شماره تلفن: **1.510.747.4577**

افراد دارای اختلال شنوایی و گفتاری (TTY/CRS): **1.800.735.2929/711**

www.alamedaalliance.org