

Bay Tibebe Manje Pandan Pandemi COVID-19 la

Maladi Kowonaviris 2019 (COVID-19)

Pou enfòmasyon jeneral sou COVID-19, gen ladan fason pou pwoteje tèt ou kont estigmatizasyon, vizite nyc.gov/coronavirus.

COVID-19 ak moun ki ansent yo

Pa genyen aktyèlman okenn prèv ke moun ki ansent yo gen plis chans pou genyen COVID-19, men yo ta dwe toujou siveye yo de prè. Moun ki ansent yo ka vin malad espesyalman si yo enfekte ak kèk viris.

Silvoulè vizite [COVID-19: Rekòmandasyon pou Moun Ki Ansent, Ki ap Bay Tete oswa ki ap Pran Swen Tibebe yo](#) pou repons ak kesyon sa yo:

- Kisa k ap pase si yon moun ki ansent devlope COVID-19?
- Èske moun ki gen COVID-19 kapab "pataje menm chanm" avèk tibebe yo a?
- Èske mwen ap bezwen chanje randevou swen anvan akouchman mwen yo?
- Èske mwen ta dwe chanje plan akouchman mwen oswa kote mwen pral akouche a?
- Enfòmasyon pou moun ki fenk akouche ("katriyèm trimès" la)

Ki moun ki plis gen risk pou maladi grav?

Moun tout laj kapab enfekte ak nouvo kowonaviris la. Moun ki anba risk anplis pou maladi grav ak COVID-19 se granmoun ki gen 50 ane oswa plis (moun ki gen 65 ane ak plis yo anba pi gwo risk), ak moun ki gen pwoblèm sante kwonik yo, tankou:

- Maladi poumon
- Opresyon modere rive nan grav
- Maladi kè
- Yon sistèm iminitè ki afebli
- Obezite
- Dyabèt
- Maladi ren
- Maladi fwa
- Kansè

Si ou se yon granmoun aje oswa ou genyen kèlkeswa pwoblèm sante kwonik yo site anwo a, li espesyalman enpòtan pou ou siveye ak anpil atansyon sante ou ak pratik distans fizik ou ak ijyèn men pwòp ou.

Sekirite manje pandan ijans yo

[Bay tete se yon pati enpòtan nan repons ak katastwòf](#). Tibebe ak timoun yo anba plis risk pandan ijans yo lè rezèv lèt ak manje tibebe yo limite, tankou pandan COVID-19 la. Anplis de sa, kèk fanmi gendwa twouve yo nan anviwònman ki pa pwòp oswa san aksè ak dlo pwòp akòz

òdonans pou rete lakay yo. Tout faktè sa yo kapab ogmante risk dyare oswa lòt maladi yo. Li enpòtan pou nou sipòte ak pwoteje paran ki kapab bay lèt manman ak tibebe yo a dèske yo fè sa.

Poukisa lèt manman enpòtan?

Lèt manman bay nitrisyon pafè ki fèt espesyalman pou tibebe ou a. Li genyen pratikman tout pwoteyin, sik, grès, vitamin ak mineral yo ke tibebe yo bezwen pou yo grandi an sante ak solid. Yo di jere li fasilman epi li adapte ak bezwen nitritif tibebe ou a, repa apre repa.

Li poze tou fondman pou sistèm iminitè yon tibebe nan bay faktè iminitè yo, anzim yo ak globil wouj yo. Tibebe yo resevwa tou antikò, ki ede yo pwoteje yo kont enfeksyon yo, gen ladan dyare ak enfeksyon respiratwa ki komen lakay timoun nan sitiyaasyon ijans yo.

Kijan mwen kapab fè ase lèt pou tibebe mwen an?

Bay manje touswit apre nesans ak bay manje souvan pandan premye semèn lavi yo (bay manje sou demann) pral ede kò ou konnen fason pou fè ase lèt pou tibebe ou a. Kontak po pou po ak pataje chanm se de pratik ou kapab fè nan lopital la ki pral ede avèk sa epi ki bon pou tibebe a menm si ou pa ba yo manje ak lèt manman.

Kontak po pou po: Imedyatman apre nesans, plase tibebe tou touni ou a sou pwatrin ou (po pou po) epi kenbe li la jiskaske li manje, oswa omwen pandan 60 ak 90 minit.

Pataje menm chanm: Lè ou fè tibebe ou a rete avèk ou nan chanm ou an (pataje menm chanm), menm si li nan yon distans 6 pye, pral ede nou toude aprann youn sou lòt chak jou epi sa ba ou anpil opòtinite pou ba li manje lè li montre li grangou (endis pou bay manje yo).

Si oumenm ak tibebe ou a oblije separe akòz maladi oswa ou pa kapab bay lèt ak tibebe ou a, li toujou enpòtan pou tire lèt ou a regilyèman pou etabli ak kenbe rezèv lèt ou a. Sonje, ou dwe bouje lèt la pou ka fè lèt. Si ou pa tire lèt ou a, kò ou pral sispans fè anpil lèt. Pèsonèl lopital la kapab ede ou — fè yo konnen ou bezwen bay tibebe ou a bwè lèt ou epi mande yo ede ou aprann ak fè pratik sa yo. Vizite seksyon "[Konpetans Itil ak Enfòmasyon pou Pwomouvwa Rezèv Lèt ki an Sante](#)" anba a pou plis enfòmasyon.

Èske moun ki gen COVID-19 kapab bay tete?

Wi, moun ki gen COVID-19 oswa sentòm COVID-19 yo kapab bay tete, pandan yo ap pran prekosyon pou evite pwopaje viris la bay ti bebe yo a.

Li enpòtan pou ou lave men ou byen avèk savon ak dlo pandan omwen 20 segonn imedyatman anvan ou bay tete epi itilize yon kouvèti pou figi. Yon kouvèti pou figi se yon papye oswa mouchwa byen sere (tankou yon bandana oswa yon foula) ki kouvri bouch ou ak nen ou. Yon lòt opsyon se pou ou ponpe lèt la oswa tire li. Si ou itilize yon ponp, tout pati nan ponp lan ta dwe

byen lave ant itilizasyon yo. Konsidere fè yon moun ki pa malad epi ki pa gen sentòm bay ti bebe a lèt ou a nan yon bibwon.

Byenke yo pa detekte viris la nan lèt imen, yo poko konnen si COVID-19 kapab transmèt ak yon ti bebe pandan l ap pran tete. Malgre enfòmasyon limite nan moman sa a, akòz anpil benefis ki gen nan bay tete gen ladan bay antikò paran byolojik yo ki pwoteje ti bebe a kont enfeksyon an jeneral, li toujou rekòmande ke paran ki vle bay ti bebe yo bwè lèt imen fè sa pandan yo ap swiv prekosyon yo dekri anwo a.

Konpetans itil ak enfòmasyon pou pwomouvwa rezèv Lèt ki an sante

- Kòmanse Bonè epi Kòmanse Byen
 - [Bay tete nan Premye Èdtan an: Sa nan Men Ou](#)
 - [Rale sou Tete ak Premye Repa a](#)
 - [Atache Tibebe Ou a ak Tete ou](#)
 - [Kreye Fason pou Pran Tete a pi Byen](#)
 - [Asire yon Bon Rezèv Lèt](#)
- Konprann [Konpòtman Tibebe ki Nòmal](#), [Endis pou Bay Manje yo](#) ak [Bay Manje sou Demann](#)
- Tire Lèt
 - [Tire ak Men \(Stanford\)](#) ak [Tire ak Men \(Global Health Media\)](#)
 - [Itilize yon Pong Elektrik ak Pongaj Alamen](#)
 - [Pisans Pongaj](#)
 - [Ilyèn Pong](#)
- Estokaj an Sekirite ak Bay manje ak Lèt yo Tire
 - [Fason pou Bay Lèt an Sekirite](#)
 - [Metòd Altènativ pou Bay Manje yo](#)
 - Bay Tibebe Manje nan Bibwon pou Kont yo/Selon Rit yo
 - [Bay Manje nan Bibwon selon Rit yo](#)
 - [Bay Manje nan Bibwon](#)
 - [Bay Tibebe Manje nan Bibwon pou Kont yo](#)
- [Pratik pou Pwomouvwa Atachman ak Koneksyon yo](#)
- [Pwomouvwa Rezèv Lèt ak Evite Siplemantasyon Lèt \(Promoting Milk Supply and Avoiding Formula Supplementation\)](#)
- [Sipò Alètman/Lactasyon pou LGBTQIA+](#)
- Tranzisyon nan Alètman Dirèk apre [Siplemantasyon/Pongaj](#)

Ki metòd altènativ pou bay manje ki disponib si mwen chwazi pa bay tete oswa si mwen pa kapab pwodwi ase lèt pou tibebe mwen an?

Lòt altènativ yo prefere a se donatè imen lèt manman yo. Kontakte [The New York Milk Bank \(Bank Lèt Manman New York la\)](#) pou sipò anplis.

Si donatè imen yo pa disponib, lèt tibebe se lòt altènativ yo prefere a. Pandan ke lèt tibebe se yon resous enpòtan pou fanmi yo ki pa kapab oswa ki chwazi pa bay tete, ijans yo kapab lakòz rate lèt tibebe ansanm ak difikilte pou sekirize lèt tibebe pandan moun rete lakay yo a. Akòz pi

gwo demann, entèripsyon oswa reta nan pwodiksyon yo ak fèmti biznis ak magazen ki vann lèt tibebe yo, fanmi yo gendwa twouve yo nan yon sitiyasyon difisil. Anplis de sa, lèt pou manje tibebe gendwa ogmante fado finansye sou fanmi yo ki ap eksperimante pèt travay oswa lòt chanjman nan revni yo. Li egzije tou dlo pwòp, enèji/kabiran ak elektrisite pou prepare kòrèkteman, netwaye ak alkòl ak estoke lèt tibebe yo (vizite [Preparasyon Lèt Tibebe an Sekirite](#) ak resous sou Bay Tibebe Manje nan Bibwon pou Kont yo/Selon Rit yo, anwo a). Fanmi yo gendwa pa kapab bay lèt tibebe nan yon anviwònman ki san danje ak pwòp oswa pa gen mwayen pou achte ase lèt pou bay tibebe yo a epi yo gendwa kòmanse "amenaje" oswa dilye lèt tibebe yo, sa ke yo **pa** konseye. Si ou bezwen lèt tibebe epi ou pa kapab jwenn oswa ou pa gen mwayen pou achte li, kontakte [biwo lokal Pwogram Nitrisyon Siplemantè Espesyal pou Fanm, Tibebe ak Timoun yo \(Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants and Children, WIC\)](#) pou sipò anplis.

Nitrisyon pou Fanmi

Li enpòtan ke oumenm ak fanmi ou rete an sante epi ke nou manje, patikilyèman paran ki ap bay tete yo. Si oumenm ak fanmi ou gen difikilte ak sekirite manje akòz kesyon aksè ak depans yo, vizite nyc.gov/getfood pou resous asistans manje pou COVID-19.

Opsyon sipò apre egzayat yo

- Rele **311** epi mande pou "[newborn care](#)" (swen tibebe).
- Sipò Doula apre Akouchman
 - [Sèvis Doula Ansyen Chanson \(Ancient Song Doula Services\)](#)
 - [Pwogram Sipò Nesans Bò Kote Mwen \(By My Side Birth Support Program\)](#) (anba "Doula Services" (Sèvis Doula), pou kliyan yo ki anrejistre anvan akouchman yo)
 - [Rezo Anvan Akouchman Brooklyn \(Brooklyn Perinatal Network\)](#)
 - [Asosyasyon Sante Fanm Karayibeyèn yo \(Caribbean Women's Health Association\)](#) (Brooklyn, Queens, Manhattan)
 - [Sant Sante Kominotè Richmond \(Community Health Center of Richmond\)](#) (Staten Island)
 - [Transpò Nesans Adomisil yo \(Carriage House Birth\)](#)
 - [Pwojè Doula a \(The Doula Project\)](#)
 - [Baby Caravan](#)
 - [Kolektif Doula Vil New York \(NYC Doula Collective\)](#)
 - [Bird Song Brooklyn](#)
 - [Boober](#)
- Videyo (disponib an Anglè ak Espanyòl) Mt. Sinai sou [Pran Swen Tibebe ou yo](#)
- Sipò Laktasyon
 - [La Leche League](#)
 - [Chocolate Milk Cafe](#)
 - Kafè Vityèl sou Tibebe Depatman Sante Vil New York (NYC Health Department Virtual Baby Cafés)
 - Morissania: eventbrite.com/e/63303442300
 - Harlem: eventbrite.com/e/63302824452

- Brownsville: eventbrite.com/e/63301605807
- [Asosyasyon Konsiltan Laktasyon New York \(New York Lactation Consultant Association\)](#)
- [Liy Èd Nasyonal sou Bay Tete ak Sante Fanm yo \(National Women's Health and Breastfeeding Helpline\)](#)

Depatman Sante Vil New York gendwa chanje rekòmandasyon yo pandan sitiyasyon an ap evolye.
5.13.20