

Cho Trẻ sơ sinh Ăn Trong Thời gian Đại dịch COVID-19

Bệnh Do Vi-rút Corona 2019 (COVID-19)

Để biết thông tin chung về COVID-19, bao gồm cả cách bảo vệ chống lại các dấu hiệu bệnh, hãy truy cập nyc.gov/health/coronavirus.

COVID-19 và những người đang mang thai

Hiện tại, không có bằng chứng nào cho thấy người mang thai có nhiều khả năng mắc COVID-19 hơn, nhưng họ vẫn cần phải được theo dõi chặt chẽ. Người mang thai có thể bị bệnh nặng nếu bị nhiễm một số loại vi-rút.

Vui lòng xem [COVID-19: Khuyến nghị dành cho Người đang Mang thai, Cho con bú hoặc Chăm sóc Trẻ sơ sinh](#) để biết câu trả lời cho những câu hỏi sau:

- Điều gì xảy ra nếu một người mang thai bị nhiễm COVID-19?
- Những người mắc COVID-19 có thể “ở cùng phòng” với em bé của họ không?
- Tôi có phải thay đổi lịch hẹn chăm sóc tiền sản không?
- Tôi có nên thay đổi kế hoạch sinh con hoặc địa điểm sinh con không?
- Thông tin cho những người vừa mới sinh con (ví dụ: “quý thai kỳ thứ tư”)

Ai có nguy cơ mắc COVID-19 cao nhất?

Mọi người ở mọi lứa tuổi đều có thể bị nhiễm chủng vi-rút corona mới. Những người có nguy cơ cao mắc bệnh nặng do COVID-19 là người lớn từ 50 tuổi trở lên (người từ 65 tuổi trở lên có nguy cơ cao nhất) và người bị bệnh mạn tính như:

- Bệnh phổi
- Bệnh hen ở mức trung bình đến nghiêm trọng
- Bệnh tim
- Hệ miễn dịch kém
- Béo phì
- Tiểu đường
- Bệnh thận
- Bệnh gan
- Ung thư

Nếu quý vị là người lớn tuổi hơn hoặc bị bất kỳ bệnh mạn tính nào được liệt kê ở trên, điều đặc biệt quan trọng là quý vị phải theo dõi cẩn thận sức khỏe của mình và thực hành giữ khoảng cách cơ thể và vệ sinh tay khỏe mạnh.

An ninh lương thực trong trường hợp khẩn cấp

[Cho con bú là một phần quan trọng trong ứng phó thảm họa](#). Trẻ sơ sinh và trẻ em có nguy cơ cao nhất trong trường hợp khẩn cấp khi sữa bột dành cho trẻ sơ sinh và nguồn cấp thực phẩm bị hạn chế, chẳng hạn như trong thời gian đại dịch COVID-19. Ngoài ra, một số gia đình có thể nhận thấy mình không ở trong môi trường vệ sinh hoặc không được tiếp cận với nguồn nước sạch do lệnh ở nhà. Tất cả những yếu tố này có thể làm

tăng nguy cơ mắc bệnh tiêu chảy hoặc những bệnh khác. Điều quan trọng là những bậc cha mẹ có thể cung cấp sữa mẹ cho em bé đều được hỗ trợ và bảo vệ khi thực hiện việc này.

Tại sao sữa mẹ lại quan trọng?

Sữa mẹ cung cấp nguồn dinh dưỡng hoàn hảo đặc biệt phù hợp với em bé. Sữa mẹ hầu như chứa tất cả các loại protein, đường, chất béo, vitamin và khoáng chất mà em bé cần để phát triển khỏe mạnh và cứng cáp. Sữa mẹ dễ tiêu hóa và thích nghi với nhu cầu dinh dưỡng của em bé trong mỗi lần ăn.

Sữa mẹ cũng xây dựng nền tảng cho hệ miễn dịch của trẻ sơ sinh bằng cách cung cấp các yếu tố miễn dịch, enzyme và bạch cầu. Trẻ sơ sinh cũng nhận được kháng thể từ quý vị, giúp bảo vệ trẻ tránh bị nhiễm trùng, bao gồm bệnh tiêu chảy và nhiễm trùng đường hô hấp thường gặp ở trẻ sơ sinh trong tình huống khẩn cấp.

Làm thế nào tôi có thể sản sinh đủ sữa cho con tôi?

Cho ăn ngay sau khi sinh và cho ăn thường xuyên trong vài tuần đầu đời (cho ăn theo yêu cầu) sẽ giúp cơ thể quý vị biết cách sản sinh đủ sữa để cho em bé bú. Tiếp xúc da kề da và ở cùng phòng là hai cách thực hành mà quý vị có thể làm trong bệnh viện sẽ giúp ích cho việc này và tốt cho cả em bé ngay cả khi quý vị không cho bé bú sữa mẹ.

Tiếp xúc da kề da: Ngay sau khi sinh, đặt em bé ở trần trên ngực quý vị (da kề da) và giữ tư thế đó cho đến khi cho bé ăn, hoặc ít nhất là 60 đến 90 phút.

Ở cùng phòng: Yêu cầu cho em bé ở cùng với quý vị trong phòng (ở cùng phòng), ngay cả khi cách nhau 6 foot, điều này sẽ giúp cả hai làm quen với nhau và tạo nhiều cơ hội để quý vị cho bé ăn khi bé có biểu hiện đói (tín hiệu cho ăn).

Nếu quý vị và em bé của quý vị phải cách ly vì bệnh tật hoặc quý vị không thể cung cấp sữa cho em bé, điều quan trọng là vẫn phải vắt sữa thường xuyên để hình thành và duy trì nguồn sữa của quý vị. Hãy nhớ rằng quý vị phải dịch chuyển dòng sữa để sản sinh sữa. Nếu quý vị không vắt sữa, cơ thể quý vị sẽ ngừng sản sinh nhiều sữa. Nhân viên bệnh viện có thể giúp đỡ quý vị - hãy cho họ biết quý vị muốn cho bé bú sữa của mình và yêu cầu họ giúp quý vị tìm hiểu và thực hiện những công việc này. Xem phần [“Kỹ năng và Thông tin Hữu ích để Tăng cường Nguồn Sữa Khỏe mạnh”](#) dưới đây để biết thêm thông tin.

Những người nhiễm COVID-19 có thể cho con bú không?

Có, những người mắc COVID-19 hoặc các triệu chứng của COVID-19 có thể cho con bú trong khi thực hiện các biện pháp phòng ngừa để tránh lây truyền vi-rút cho trẻ.

Điều quan trọng là họ rửa tay kỹ bằng xà phòng và nước trong ít nhất 20 giây ngay trước khi cho con bú và sử dụng khẩu trang. Đồ che mặt có thể là bất kỳ mảnh giấy hoặc vải nào được buộc chặt (như khăn rằn hoặc khăn quàng cổ) che miệng và mũi. Một lựa chọn khác là hút hoặc vắt sữa bằng tay. Nếu sử dụng máy hút, tất cả các bộ

phận của máy hút phải được rửa kỹ sau các lần sử dụng. Cân nhắc cho một người không bị bệnh và không có triệu chứng cho trẻ bú sữa mẹ qua bình.

Mặc dù vi-rút này chưa được phát hiện trong sữa mẹ, nhưng vẫn chưa biết liệu COVID-19 có thể truyền sang em bé khi đang cho bú hay không. Mặc dù thông tin còn hạn chế vào thời điểm này, vì nhiều lợi ích của việc cho con bú bao gồm cung cấp kháng thể từ mẹ để bảo vệ bé khỏi bị nhiễm trùng nói chung, chúng tôi vẫn khuyến nghị các bậc cha mẹ muốn cho con bú sữa mẹ hãy tiếp tục trong khi thực hiện các biện pháp phòng ngừa được mô tả ở trên.

Kỹ năng và thông tin hữu ích để tăng cường nguồn sữa khỏe mạnh

- Khởi đầu Sớm và Khởi đầu Khỏe mạnh
 - [Cho con bú trong Giờ Đầu tiên: Việc này nằm trong Tay của Quý vị](#)
 - [Bò trên Ngực và Cho ăn Lần đầu tiên](#)
 - [Ôm Em bé của Quý vị vào sát Ngực](#)
 - [Tạo Cảm giác Gắn bó Sâu sắc hơn](#)
 - [Đảm bảo Nguồn Sữa Tốt](#)
- Tìm hiểu [Hành vi Bình thường của Trẻ sơ sinh](#), [Tín hiệu Cho ăn](#) và [Cho ăn theo Yêu cầu](#)
- Vắt Sữa
 - [Vắt Sữa bằng Tay \(Stanford\) and Vắt Sữa bằng Tay \(Global Health Media\)](#)
 - [Sử dụng Máy hút Chạy điện và Hút Tích cực](#)
 - [Hút Chạy điện](#)
 - [Vệ sinh Máy hút](#)
- Bảo quản Sữa Vắt An toàn và Cho ăn bằng Sữa Vắt
 - [Xử lý Sữa An toàn](#)
 - [Phương thức Cho ăn Thay thế](#)
 - Cho ăn do Bé Tự Quyết định/bằng Bình sữa
 - [Cho ăn bằng Bình sữa](#)
 - [Cho ăn bằng Bình](#)
 - [Cho ăn bằng Bình do Bé Tự Quyết định](#)
- [Thực hành Tăng cường Gắn bó và Ràng buộc](#)
- [Tăng cường Nguồn Sữa và Tránh Bổ sung bằng Sữa bột](#)
- [Hỗ trợ Nuôi con bằng Sữa mẹ/Cho con bú đối với LGBTQIA+](#)
- Chuyển sang Cho con bú Trực tiếp/Bú mẹ sau khi [Bổ sung/Hút](#)

Những phương thức cho ăn thay thế nào có sẵn nếu tôi chọn không cho con bú hoặc không thể sản sinh đủ sữa cho con tôi?

Phương thức thay thế ưu tiên tiếp theo là sữa mẹ được hiến tặng. Vui lòng liên hệ với [Ngân hàng Sữa New York](#) để được hỗ trợ thêm.

Nếu không có sữa mẹ được hiến tặng, sữa bột dành cho trẻ sơ sinh là phương thức thay thế ưu tiên tiếp theo. Mặc dù sữa bột dành cho trẻ sơ sinh là nguồn quan trọng đối với gia đình không thể hoặc chọn không cho con bú nhưng tình hình khẩn cấp có thể gây ra tình trạng khan hiếm sữa bột cũng như gây khó khăn trong việc đảm bảo an toàn

cho sữa bột trong thời gian phải ở nhà. Do nhu cầu tăng cao, quá trình sản xuất lại bị gián đoạn hoặc trì hoãn và các doanh nghiệp và cửa hàng bán sữa bột đóng cửa nên gia đình có thể thấy mình đang ở trong tình huống rất khó khăn. Ngoài ra, cho ăn bằng sữa bột có thể làm tăng gánh nặng tài chính đối với gia đình đang bị mất việc hoặc có thay đổi khác về thu nhập. Việc này cũng yêu cầu phải có nước sạch, năng lượng/nhiên liệu và điện để chuẩn bị, vệ sinh và bảo quản sữa bột đúng cách (xem nguồn tài liệu [Chuẩn bị Sữa bột An toàn](#) và Cho ăn do Bé Tự Quyết định/bằng Bình sữa như ở trên). Gia đình có thể không có khả năng cung cấp sữa bột trong môi trường an toàn và sạch sẽ hoặc đủ chi trả cho sữa bột để cho trẻ sơ sinh ăn và có thể bắt đầu "giảm giờ uống" hoặc pha loãng sữa bột, điều này **không** nên làm. Nếu quý vị cần sữa bột và không thể có được hoặc chi trả cho sữa bột, hãy liên hệ với [văn phòng của Chương trình Dinh dưỡng Bổ sung Đặc biệt dành cho Phụ nữ, Trẻ sơ sinh và Trẻ em \(WIC\)](#) ở địa phương để được hỗ trợ thêm.

Dinh dưỡng của gia đình

Điều quan trọng là quý vị và gia đình của quý vị phải giữ gìn sức khỏe và ăn uống đầy đủ, đặc biệt là bà mẹ cho con bú. Nếu quý vị hoặc gia đình của quý vị đang gặp khó khăn với an ninh lương thực do vấn đề về khả năng tiếp cận hoặc chi phí, hãy truy cập nyc.gov/getfood để biết nguồn hỗ trợ thực phẩm trong đại dịch COVID-19.

Tùy chọn dịch vụ hỗ trợ sau khi xuất viện

- Gọi theo số [311](#) và yêu cầu "[newborn care](#)" (dịch vụ chăm sóc trẻ sơ sinh).
- Dịch vụ Hỗ trợ Sau sinh của Bà đỡ
 - [Ancient Song Doula Services \(Dịch vụ Bà đỡ theo Bài hát Cổ\)](#)
 - [By My Side Birth Support Program \(Chương trình Hỗ trợ Sinh nở Bên Canh Tôi\)](#) (dưới mục "Doula Services" (Dịch vụ Bà đỡ), dành cho khách hàng đăng ký trước khi sinh)
 - [Brooklyn Perinatal Network \(Mang Chu sinh Brooklyn\)](#)
 - [Caribbean Women's Health Association \(Hội Sức khỏe Phụ nữ Caribbean\)](#) (Brooklyn, Queens, Manhattan)
 - [Community Health Center of Richmond \(Trung tâm Y tế Cộng đồng Richmond\)](#) (Đảo Staten)
 - [Carriage House Birth](#)
 - [The Doula Project \(Dự án Bà đỡ\)](#)
 - [Baby Caravan](#)
 - [NYC Doula Collective](#)
 - [Bird Song Brooklyn](#)
 - [Boober](#)
- Video về Dịch vụ [Chăm sóc Trẻ sơ sinh](#) Mt. Sinai (có sẵn bằng tiếng Anh và tiếng Tây Ban Nha)
- Hỗ trợ Cho con bú
 - [La Leche League](#)
 - [Chocolate Milk Cafe](#)
 - Virtual Baby Cafés của Sở Y tế NYC
 - Morissania: eventbrite.com/e/63303442300

- Harlem: eventbrite.com/e/63302824452
- Brownsville: eventbrite.com/e/63301605807
- [New York Lactation Consultant Association \(Hiệp hội Tư vấn Nuôi con bằng Sữa mẹ New York\)](#)
- [Đường dây Trợ giúp National Women's Health and Breastfeeding \(Sức khỏe Phụ nữ Và Nuôi con bằng Sữa mẹ Quốc gia\)](#)

Sở Y Tế NYC có thể thay đổi các khuyến nghị khi tình hình có chuyển biến.

5.13.20