

## CONSEIL POUR DES MAMANS QUI NE VOIENT PAS LE LAIT APRÈS DONNER NAISSANCE



Dieu a fait le corps de la femme dans la façon que, après donner naissance, son corps fabriquera le lait pour son enfant. Mais, de temps en temps, elle peut avoir un problème. Peut-être son corps ne veut pas obéir au moyen que Dieu a conçu. Elle ne voit pas le lait pour son enfant.

Afin que son corps fabrique le bon lait, ces éléments sont importants :

1. Maman doit boire beaucoup de l'eau, environ de 4 litres chaque jour.
2. Maman doit manger bien. Elle doit manger des nourritures de la protéine, comme : des œufs, du poisson, les arachides, les graines, le maïs, les haricots, la viande, du lait. Elle doit manger la nourriture qui a des vitamines, comme : papaye, avocat, banane, tomates, les légumes verts variés, et les autres légumes et fruits. Elle doit manger la bonne nourriture variée et en abondance. Elle mange afin de construire son corps et sa santé, aussi de fabriquer le lait pour son enfant.
3. Si la nourriture ne suffit pas, elle doit chercher des vitamines en comprimé. Mais c'est meilleur qu'elle reçoit ses vitamines dans la bonne nourriture.
4. L'enfant peut sucer du sein de la maman vers sept fois chaque jour. Si l'enfant ne suce pas le sein, le lait ne vient pas.
5. Si le lait ne vient pas après deux ou trois jours, la Maman peut donner l'enfant d'autre lait supplémentaire, mais elle doit continuer à offrir le sein. Si non, le lait peut refuser à venir.
6. Donner l'enfant seulement le lait de boîte est dangereux. Est-ce que la maman a l'argent suffisant à acheter le lait régulièrement pour plusieurs années ? Si le lait de la maman vient difficilement, c'est meilleur à donner l'autre lait seulement un peu, mais encourager l'enfant à continuer à sucer le sein de maman. S'il continue, et si la maman boit de l'eau et mange de bonnes nourritures suffisantes, c'est probable que le lait de la maman commencera à venir.

QUE LE SEIGNEUR VOUS BENISSE, ET VOTRE ENFANT AUSSI!

