

# هل من الآمن أن أقدم حليب الثدي لطفلي الرضيع الموجود في وحدة NICU إذا كنت مصابةً بمرض فيروس كورونا 2019 (COVID-19) أو تعرضت للإصابة به سابقًا؟

مع انتشار الكثير من الأخبار في وسائل الإعلام عن فيروس COVID-19، فمن الطبيعي أن تعتربك المخاوف والقلق بشأن ما إذا كان تقديم حليب الثدي إلى رضيعك الموجود في وحدة الرعاية المركزة لحديثي الولادة (Neonatal, Intensive Care Unit, NICU) شيئًا آمنًا أو حتى يُنصح به أم لا.

- توصي جميع الهيئات ("منظمة الصحة العالمية"، و"مراكز السيطرة على الأمراض والوقاية منها"، و"الأكاديمية الأمريكية لطب الأطفال"، و"أكاديمية طب الرضاعة الطبيعية") بوجود استمرار الرضاعة الطبيعية (تقديم حليب الثدي) في ظل وجود فيروس COVID-19. وفي وحدة NICU، فإن لحليب الثدي أهمية أكبر نظرًا إلى أنه يساعد الجهاز المناعي غير الناضج في الطفل الرضيع على مكافحة جميع أنواع العدوى.

## ماذا لو كان طفلي الرضيع يحتاج إلى حليب أمهات متبرعات؟ وهل يمكنني التأكد أنه لا يحتوي على فيروس COVID-19؟

- هذا مصدر قلق طبيعي للغاية. على أي حال، فإن بنوك الحليب التي توفر حليب أمهات متبرعات إلى وحدة NICU لدينا تنفذ الكثير من الخطوات لضمان سلامة الحليب.
- أولاً، يجب أن تخضع الأمهات المتبرعات لفحص دم لمعرفة ما إذا كانت مصابة بمرض أم لا. ولا ترسل الأمهات عينة من حليب الثدي إلى بنك الدم إلا بعد اجتيازهن لذلك الفحص بنجاح. وإذا كان الحليب يحتوي على جراثيم ضارة، فلا يمكن اختيار الأم ضمن المتبرعات بالحليب.
- وفي النهاية، تتم بسترة كل حليب الأمهات المتبرعات الذي تم قبوله مثلما يحدث مع الحليب الذي تشتريه من المتجر لعائلتك. وتتم هذه المعالجة الحرارية عن قتل الجراثيم الموجودة في الحليب، بما فيها فيروسات مثل COVID-19.

هذا السؤال ينطبق بصفة خاصة إذا كنت تعتقدين أنك تعرضت لفيروس COVID-19 أو تم تشخيص إصابتك به. على أي حال، **فحليب الثدي ليس آمنًا فحسب، لكنه مفيد أيضًا لطفلك الرضيع الموجود في وحدة NICU.**

## هل يدخل فيروس COVID-19 إلى داخل حليب الثدي؟

- لا نعرف بشكل مؤكد ما إذا كانت الأمهات المصابات بفيروس COVID-19 يمر الفيروس إلى داخل حليب الثدي أم لا. لم تثبت الدراسات القليلة للغاية التي أجريت حول هذا الموضوع وجود فيروس COVID-19 في حليب الثدي الأم. ولم تثبت الدراسات التي أجريت على أمهات أصبن سابقًا بفيروس شبيه (المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة؛ فيروس كورونا المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (SARS-CoV)) وجود فيروس المتلازمة التنفسية الحادة الوخيمة (سارس) في حليب الثدي الأم.
- مع ذلك، فإن أي فيروس يدخل في مجرى دم الأم يجعل الأم تصنع أنواعًا معينة وخاصة من الحماية، تُدعى "الأجسام المضادة"، التي تكافح نفس هذه الفيروسات. وهذه الأجسام المضادة تمر داخل حليب الثدي الأم. لذا، في الحالات البعيدة الاحتمال التي ينتقل فيها الفيروس إلى داخل الحليب، **ستنقل أيضًا معه الأجسام المضادة التي لا تستطيع حتى أحدث الأدوية توفيرها.**

## أليس من الأفضل لطفلي الرضيع أن يتناول تركيبة حليب صناعي أو حليب أمهات متبرعات؟

- من السهل الاعتقاد بأن تجنب تقديم حليب الثدي هو الشيء الآمن، لكن العكس هو الصحيح. فحليب الثدي — وليس تركيبة الحليب الصناعي أو حليب الأمهات المتبرعات — هو وحدة الذي يحتوي على أجسام مضادة فريدة من نوعها لخفض فرص إصابة رضيعك بفيروس COVID-19.

## ما الخطوات الأخرى التي يمكنني القيام بها لخفض فرص تعرض طفلي الرضيع لفيروس COVID-19 أثناء تقديم حليب الثدي إليه؟

تذكري أن جميع الجراثيم، بما فيها فيروس COVID-19، تستطيع الدخول إلى الحليب المشفوط من الثدي، حتى لو لم تكن موجودة في الثدي نفسه. وفيما يلي العديد من الاحتياطات التي يمكنك اتخاذها.

- اغسلي يديك بالماء الدافئ والصابون أو مطهر اليدين المضاف إليه الكحول قبل أن تبدئي شفط حليب الثدي أو تمسكي بجهاز شفط حليب الثدي.** الجراثيم الآتية من يديك يمكن أن تصل إلى الحليب المشفوط من الثدي حتى لو لم يكن موجودًا في الحليب قبل ذلك.

- تأكدي من أن أجزاء جهاز شفط حليب الثدي نظيفة قدر الإمكان.** اغسلي أجزاء جهاز شفط حليب الثدي بالماء الدافئ والصابون بعد كل مرة تستخدمينها، ثم اغمرها بالماء الصافي، وبعد ذلك اتركيها لتجف في الهواء بعيدًا عن الصحون الأخرى أو بعيدًا عن الأماكن التي قد تكون في متناول أيدي أفراد الأسرة. عقمي أجزاء الجهاز مرة واحدة على الأقل يوميًا باستخدام كيس بخار في الميكروويف، أو بالغلي في قدر في الموقد، أو في غسالة الأطباق (Sani-cycle/دورة تعقيم).

- تجنبي السعال أو العطس داخل أجزاء جهاز شفط الحليب وحاويات تخزين الحليب.** وهذه النصيحة لها أهمية خاصة نظرًا إلى أن فيروس COVID-19 ينتشر بالعطس والسعال والنفس.

- نظفي الجزء الخارجي من جهاز شفط حليب الثدي قبل أن تستخدميه.** سواء كنت في منزلك أو في وحدة NICU، استخدمي منشفة قاتلة للجراثيم على الجزء الخارجي لجهاز الشفط في كل مرة تستخدمينه فيها.

