THE OHIO STATE UNIVERSITY
WEXNER MEDICAL CENTER

سجل تغذية حديثي الولادة وتغيير الحفاضات

Newborn Feeding and Diaper Log

اكتبي مقدار الوقت الذي قضيته فيما يلي:

- قضاء الوقت مع طفلكِ مع ملامسة بشرتكِ لبشرته.
- ضخ حليب الثدي بالمضخة أو من خلال اعتصار الثدي يدويًا.
- إرضاع طفلكِ رضاعة طبيعية أو الكمية بالمليلتر (مل) التي ترضعينها لطفلكِ بالزجاجة.
- تغيير حفاضات طفلكِ، سواء كانت مبللة بالبول أو البراز.

أرضعي طفلكِ كل ساعتين إلى 3 ساعات إذا كنت ترضعين طفلكِ رضاعة طبيعية أو كل 3 ساعات إذا كنتِ ترضعينه بالزجاجة.

Write down the amount of time that you:

- Spend with your baby skin to skin.
- Do breast pumping or hand expression.
- Breastfeed or the amount in milliliters (ml) that you bottle feed your baby.
- Change your baby's diaper, whether wet with urine or stool.

Feed your baby every 2 to 3 hours if you are breastfeeding or every 3 hours if bottle feeding.

التاريخ Date	**وقت البدء** Start time	**مدة ملامسة بشرتكِ لبشرته بالدقائق** Skin to skin minutes	**ضخ حليب الثدي بالمضخة أو من خلال اعتصار الثدي يدويًا** Breast pumping or hand expression	**مدة الرضاعة الطبيعية مع المص المباشر بالدقائق** Breastfeeding minutes of active sucking		**زجاجة حليب الثدي المُستخرج (الكمية التي تناولها الطفل بالملليلتر)** Expressed breast milk bottle (ml baby ate)	**زجاجة الحليب الصناعي (الكمية التي تناولها الطفل بالملليلتر)** Formula bottle (ml baby ate)	**تغيير الحفاضة** Diaper change		**ملاحظات الممرض** Nurse's notes
				الثدي الأيسر Left breast	**الثدي الأيمن** Right breast			**ضعي علامة إذا كان الحفاض مبللًا بالبول** Mark if urine	**ضعي علامة إذا كان الحفاض مبللًا بالبراز** Mark if stool	

التاريخ Date	وقت البدء Start time	مدة ملامسة بشرتكِ لبشرته بالدقائق Skin to skin minutes	ضخ حليب الثدي بالمضخة أو من خلال اعتصار الثدي يدويًا Breast pumping or hand expression	مدة الرضاعة الطبيعية مع المص المباشر بالدقائق Breastfeeding minutes of active sucking		زجاجة حليب الثدي المُستخرج (الكمية التي تناولها الطفل بالملليلتر) Expressed breast milk bottle (ml baby ate)	زجاجة الحليب الصناعي (الكمية التي تناولها الطفل بالملليلتر) Formula bottle (ml baby ate)	تغيير الحفاضة Diaper change		ملاحظات الممرض Nurse's notes
				الثدي الأيسر Left breast	الثدي الأيمن Right breast			ضعي علامة إذا كان الحفاض مبللًا بالبول Mark if urine	ضعي علامة إذا كان الحفاض مبللًا بالبراز Mark if stool	

إذا كنت ترغبين في الحصول على نسخ إضافية من هذا السجل، فيرجى زيارة go.osu.edu/pted4694.

If you would like more copies of this log, please visit go.osu.edu/pted4680.

هذه النشرة مُعدة لأغراض تقديم المعلومات فقط. تحدثي مع مقدم رعايتكِ الصحية إذا كانت لديكِ أي أسئلة حول رعايتكِ.

This handout is for informational purposes only. Talk to your healthcare provider if you have any questions about your care.

© 2020 – 10 يونيو 2025، مركز The Ohio State University Wexner Medical Center