

وسائل دعم الرضاعة الطبيعية في المجتمع



Western Health

بعد مغادرتك المستشفى، ستتصل بك قابلة من المستشفى وممرضة صحة الأم والطفل (MCHN) لترتيب مواعيد لمتابعة رعايتك.

قد ترغبين أيضاً بالاتصال مباشرة بخدمات الدعم التالية:

- خط مساعدة الأم والطفل المتوفر على مدار 24 ساعة - اتصلي بالرقم: 132 229
- خط مساعدة الرضاعة الطبيعية متوفر على مدار 24 ساعة - اتصلي بالرقم: 1800 686 268 (اتصلي بالرقم 131 450 للتحديث مع مترجم شفهي)
- يمكن العثور على مستشاري الرضاعة من القطاع الخاص على الموقع الإلكتروني www.lcanz.org
- تجدين أدناه لائحة بخدمات دعم الرضاعة الطبيعية المجانية التي تقدمها البلديات:

البلدية:	تفاصيل خدمات دعم الرضاعة الطبيعية:
بريمبانك (Brimbank)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 9249 4433 يمكنك تحديد موعد أيام الثلاثاء والجمعة من 10 صباحاً وحتى 4 بعد الظهر
هوبسونز باي (Hobsons Bay)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 9932 1300
هيوم (Hume)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 9205 2844 تُقدّم بلدية هيوم خدمات دعم الرضاعة الطبيعية في مواقع وأوقات مختلفة في مناطقها
ماسادون رانجز (Macedon Ranges)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 5422 0281
ماريبورونغ (Maribyrong)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 9688 0501
مدينة ملبورن (Melbourne City)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 9340 1444
ملتون (Melton)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 9747 5462 استشارات دعم الرضاعة الطبيعية بموعد مسبق، نصيحة عبر الهاتف
ماري باك (مورلاند) Merri- / bek (Moreland)	مارلينستون (Merlynston): أيام الاثنين من 9 صباحاً وحتى 3 بعد الظهر، اتصلي بالرقم: 9354 1600 كوبيرغ (Coburg): أيام الأربعاء من 9 صباحاً وحتى 3 بعد الظهر، اتصلي بالرقم: 9240 1111
موني فالي (Moonee Valley)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 9243 1895
مورابول (Moorabool)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 5366 7100، Telehealth (رعاية صحية عن بعد)، من الاثنين إلى الجمعة مستشفى باكوس مارش (Bacchus Marsh Hospital)، اتصلي على الرقم 5367 9873 ارسلي بريداً إلكترونياً إلى: info@wh.org.au لعناية: خدمة دعم الرضاعة الطبيعية استشارات دعم الرضاعة الطبيعية بموعد مسبق، نصيحة عبر Telehealth (الرعاية الصحية عن بعد)
ويند هام (Wyndham)	تحدثي مع ممرضة صحة الأم والطفل أو اتصلي على الرقم 9742 8148

المناطق الريفية:	تفاصيل خدمات دعم الرضاعة الطبيعية:
أرارات (Ararat)	خدمات دعم الرضاعة الطبيعية: أيام الخميس، اتصلي بالرقم 5352 9321
بالارات (Ballarat)	غرامبيانز هيلث (Grampians Health): من الاثنين إلى الجمعة، اتصلي بالرقم 5320 4977
بنديغو (Bendigo)	خدمات دعم الرضاعة الطبيعية: من الاثنين إلى الجمعة، اتصلي بالرقم 54547293
دايلسفورد (Daylesford)	مركز كرازويك لصحة الأم والطفل: اتصلي بالرقم 5321 6560

روابط مفيدة لدعمك خلال رحلتك مع الرضاعة الطبيعية:

الإرضاع بثقة	امسك طفلك بالثدي بشكل صحيح	هل يحصل طفلك على كمية كافية من الحليب
		
تخزين حليب الأم	احتقان/التهاب الثدي	حلمات مؤلمة/متشققة
		

يصف ميثاق حقوق الرعاية الصحية الأسترالي حقوق جميع الأشخاص المستخدمين لنظام الرعاية الصحية الأسترالي. تتوفر نسخ من الميثاق بلغات عديدة، تتواجد بالقرب من المداخل الرئيسية لجميع مستشفيات ويسترن هيلث، أو يمكنك سؤال أحد الموظفين أو المتطوعين عنه.

للمزيد من المعلومات يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني www.safetyandquality.gov.au/australian-charter-healthcare-rights