



การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของ COVID-19



ไขข้อข้องใจ?

ขณะนี้ยังไม่มีข้อพิสูจน์
ยืนยันว่า COVID-19
ติดต่อผ่านทางน้ำนม

ทั้งนี้ การให้นมจากเต้าหรือการบีบเก็บน้ำนม
ขึ้นอยู่กับอาการของแม่และครอบครัว
โดยพิจารณาถึงความเสี่ยง
และประโยชน์ที่ได้รับ

ข้อปฏิบัติ

ในการให้นมหรือการบีบเก็บน้ำนมของแม่

1



อาบน้ำหรือเช็ดทำความสะอาด
บริเวณเต้านมและหัวนมด้วยน้ำและสบู่

2



ล้างมือด้วยน้ำและสบู่อย่างน้อย 20 วินาที

3



ใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลา
ทั้งก่อน ระหว่าง หลังการให้นมหรือการบีบเก็บน้ำนม

4



หลังการใช้เครื่องปั๊มนม ต้องทำความสะอาดอุปกรณ์
จากนั้นล้างหรือต้มเพื่อฆ่าเชื้อโรค
และเก็บอุปกรณ์ในบรรจุภัณฑ์ที่สะอาด

