

PANAGPASUSO KEN TI COVID-19 DITLOY HAWAI'I

Dagiti Impormasyon ken Pakaammo
para kadagiti Nagannak ken Pamilya



1

TI PANAGPASUSO KET MAKAITED TI PROTEKSYON

Ti panagpasusom ket makatulong a mangprotektar iti maladagam manipud kadagiti adu a saksakit. Ti gatas iti ina ket isu ti katalgedan ken ayang ti nasalun-at a nutrisyon para iti maladaga, ken ti panagpasuso ket adu ti ipaayna a benepisyo iti salun-at. Base iti adda a datos ngem limitado, ti panagpasuso ket saanna nga iyakar ti COVID-19.



2

ITULOY NGA AGPASUSO

Dagiti nagannak a masuspetsa/kumpirmado nga addaan ti COVID-19 ket rumbeng nga agtultuloy nga agpasuso base iti rekomendasyon para iti panagpasuso ken suruten dagiti pagalagadan ti kinadalus kas panagannad: Irugi a pasusoen ti maladaga iti uneg ti 1 nga oras kalpasan a maipasngay, masapul a pasusoen iti ina ti maladaga iti uneg ti 6 a bulan, pakanen ti solido a makan no addan 6 a bulannan, ken ituloy a pasusoen agingga nasurok a 2 ti tawenna. No ti ina ket agsakit ken awan ti maala a gatas ti sabali nga ina, ikkan ti natalged a naaramid a gatas (infant formula).



3

DAGITI NATALGED NGA AR- ARAMID SAKBAY NGA AGPASUSO

Amin nga inna nga agpasusoso ket masapul nga ugasanda dagiti imada sakbay nga ubbaenda ti maladaga. Dalusan dagiti pangbomba ken mamador tunggal malpas nga usaren, ken dalusan amin a naiggaman a partena.

Dagiti nagannak a masuspetsa/kumpirmado nga addaan ti COVID-19 ket masapul nga agusar ti face mask bayat ti panagpasusona. Kitaen dagiti instruksyon ti pabrika no kasano nga idisinfekt dagiti bomba ken ti mamador tunggal malpas nga usaren. No ti ina ket agsakit ken saanna a kabaelan ti agpasuso, mabalina a pasusoen ti maladaga babaen ti **mamador***, no mabalina ket maysa a tao nga awan sintomasna ti sakit ken nakasuot ti face mask ti mangpasuso.

4

NUTRISYON

Importante ti pannangan kadagiti nasalun-at a taraon para kadagiti inna nga agpasusoso ken kadagiti ub-ubbing. Uray no medyo narigat ita a panawen ti pandemya, ikarigatan a mangan ti adu a prut-prutas ken natnateng, whole grains ken protina. Dagiti makan ket mabalina a sadiwa, dried, nakalata wenno frozen. Liklikan dagiti nasam-it a mainom ken makmakan a nangato ti taba, asukar ken asinna.



5

LIKLIKAN DAGITI NAARAMID A GATAS NO SAAN A KASAPULAN

No awan ti gatas iti ina, mabalina a pasusoen ti maladaga iti naaramid a gatas (infant formula) kas pangnayon/wenno kasukat ti gatas iti ina. Dika pasusoen ti maladaga (ub-ubbing ngem 1 a tawen) iti gatas ti baka wenno aniaman a gatas a saan a nairanta para kadagiti maladaga, ta dagitoy ket mabalina a makadangran. Saludsoden ti healthcare providermo no ania ti natalged a gatas (formula) ken dagiti rekomendasyon ti panagpasuso.

*No awan ti nasanitized a mamador, mabalina nga usaren ti tasa wenno kutsara.

ILOCANO



HMIHC
HAWAII MATERNAL & INFANT
HEALTH COLLABORATIVE

CREATED FOR MOTHERS & FAMILIES
HAWAII MATERNAL & INFANT HEALTH COLLABORATIVE
EARLY CHILDHOOD ACTION STRATEGY
[HTTPS://HAWAIIACTIONSTRATEGY.ORG/TEAM-1](https://hawaii.actionstrategy.org/team-1)

INFORMATION CURRENT AS OF 8/4/2020. SOURCES AND MORE INFO HERE:

[HTTPS://DOCS.GOOGLE.COM/DOCUMENT/D/1YSK6JY8LSVFSK9QJVO-UHGUQT4UKZYTON77KGBZCCAG/EDIT?USP=SHARING](https://docs.google.com/document/d/1YSK6JY8LSVFSK9QJVO-UHGUQT4UKZYTON77KGBZCCAG/EDIT?USP=SHARING)