



ਛਾਤੀ 'ਚੋਂ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ - ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

Breastfeeding / Chestfeeding Education for You

ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ [Fraserhealth.ca](https://www.fraserhealth.ca)

🔍 ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਸਮੇਤ ਆਨਲਾਈਨ ਮਾਡਿਊਲ ਲੱਭੋ:

- ਛਾਤੀ 'ਚੋਂ ਦੁੱਧ ਕਿਉਂ ਚੁੰਘਾਉਣਾ?
- ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਲਗਾ ਕੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤਰੀਕੇ ਪਿਆਰ ਕਰਨਾ
- ਛਾਤੀ 'ਚੋਂ ਦੁੱਧ ਕੱਢਣਾ
- ਪਹਿਲੇ ਦੋ ਦਿਨ
- ਸ਼ੁਰੂ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿਚ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ
- ਬੱਚੇ ਦਾ ਛਾਤੀ ਨੂੰ ਚੰਬੜਨਾ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਆਉਣਾ
- ਦੁੱਧ ਦੇਣ ਲਈ ਪੁਜ਼ੀਸ਼ਨ
- ਆਮ ਫਿਕਰ
- ਜੀਵਨਸ਼ੈਲੀ ਦੀਆਂ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ

