



ਆਪਣਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਰਾਹੀਂ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ - ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਜਾਣਕਾਰੀ

Breastfeeding OR Chestfeeding Education for You

ਕਿਰਪਾ ਕਰ ਕੇ Fraserhealth.ca ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੇ ਜਾਓ।

 ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਸਮੇਤ ਆਨਲਾਈਨ ਵੀਡੀਓ (ਮਾਡਿਊਲ) ਦੀ ਖੋਜ ਕਰੋ:

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

