

Hospital Contact _____

WIC Clinic / Other _____

Thank you for helping us with breastfeeding. Who can I call for support after I go home?

Lactation Consultant or other resource: _____

4. Please tell me how to get help with breastfeeding while I am here. Contact information for _____

This early time of being together is so precious.

3. I plan to room-in with my baby. I want my baby to stay with me all day and night. Since I will be resting when my baby is resting, I've asked my family to limit visitors. You can help me with this too!

plenty of milk once I'm home with my baby.

2. We'll need to breastfeed early and often. It may take us awhile to get the hang of it since we are both learning together. We will practice breastfeeding every hour or two – whenever my baby shows early signs of hunger – even though I am tired. This will help me build my milk production so I'll make

1. I want to hold my baby skin-to-skin right after birth, and throughout my stay. This helps my baby adjust from womb to world, and is very comforting for both of us!

Please help me and my baby get breastfeeding off to a great start.

Dear Birthing Staff:

Oregon
Health
Authority

I AM A BREASTFEEDING BABY

- Breast milk *only*, please.
- I do not want any water, formula, or other liquids, unless ordered by my doctor.
- I do not want a pacifier. If I am fussy, give me to my mom.

Baby _____ Mother _____

Birth Weight _____ Birth Date _____ Time _____

Birth Length _____ Gender _____ Doctor _____



Mi mamá me da **PECHO**

- **Sólo** leche materna, por favor.
- No quiero agua, fórmula infantil ni otros líquidos a menos que el médico lo indique.
- No quiero chupón. Si estoy fastidiado/a, entréguenme a mi mamá.

Bebé _____ Madre _____

Peso al nacer _____ Fecha de nacimiento _____ Hora _____

Largo al nacer _____ Sexo _____ Médico _____

Estimado personal neonatal:

Por favor ayúdenme y ayuden a mi bebé a empezar a lactar bien desde un principio.

1. **Quiero que me coloquen a mi bebé directamente contra mi piel en cuanto nazca y durante mi estadía.** Esto le ayuda a mi bebé a adaptarse al mundo ¡y es reconfortante para ambos!

2. **La lactancia tiene que ser desde un principio y con frecuencia.** Quizá nos tome tiempo hacerlo bien ya que estaremos aprendiendo juntos. Practicaremos la lactancia cada una a dos horas—cada vez que mi bebé muestre señales de tener hambre—incluso si me siento cansada. Esto me ayuda a producir más leche de modo que tenga más que suficiente cuando regrese a mi casa con mi bebé.

3. **Tengo pensado tener a mi bebé en mi habitación. Quiero que se quede conmigo de día y de noche.** Ya que descansaré cuando mi bebé descansa, le he pedido a mi familia que restrinja las visitas. ¡Ustedes también pueden ayudarme con esto! Los primeros días que mi bebé y yo pasamos juntos son invaluable.

4. **Díganme por favor cómo obtener ayuda con la lactancia durante mi estadía.** Información de contacto para una consulta de lactancia u otro recurso: _____

Gracias por ayudarnos con la lactancia. ¿A quién puedo llamar si necesito apoyo cuando regrese a mi casa?

Contacto del hospital _____
Clínica WIC/Otro _____