














ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਉਮਰ	1 ਹਫ਼ਤਾ							2 ਹਫ਼ਤੇ	3 ਹਫ਼ਤੇ
	1 ਦਿਨ	2 ਦਿਨ	3 ਦਿਨ	4 ਦਿਨ	5 ਦਿਨ	6 ਦਿਨ	7 ਦਿਨ		
<p>ਮੈਨੂੰ ਕਿੰਨੀ-ਕਿੰਨੀ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ?</p> <p>ਹਰ ਦਿਨ, ਔਸਤ ਤੌਰ 'ਤੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ</p>	 <p>ਇੱਕ ਦਿਨ ਵਿੱਚ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 8 ਵਾਰ ਜਾਂ ਮੰਗਣ 'ਤੇ (ਹਰ 1 ਤੋਂ 3 ਘੰਟੇ ਬਾਅਦ)। ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ, ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ, ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਚੂਸ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਨਿਗਲ ਰਿਹਾ ਹੈ।</p>								
<p>ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਿੱਡ ਦਾ ਆਕਾਰ</p>	 <p>ਚੈਰੀ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ</p>	 <p>ਅਖਰੋਟ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ</p>				 <p>ਖੁਰਮਾਨੀ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ</p>	 <p>ਅੰਡੇ ਦੇ ਆਕਾਰ ਦਾ</p>		
<p>ਗਿੱਲੇ ਡਾਇਪਰ: ਕਿੰਨੇ, ਕਿੰਨੇ ਗਿੱਲੇ</p> <p>ਹਰ ਦਿਨ, ਔਸਤ ਤੌਰ 'ਤੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ</p>	 <p>ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 1 ਗਿੱਲਾ</p>	 <p>ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2 ਗਿੱਲੇ</p>	 <p>ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 3 ਗਿੱਲੇ</p>	 <p>ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 4 ਗਿੱਲੇ</p>	 <p>ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 6 ਪੀਲੇ ਰੰਗ ਦੇ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ ਰੰਗ ਦੇ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗਿੱਲੇ</p>				
<p>ਰੰਦੇ ਡਾਇਪਰ: ਗਿਣਤੀ ਅਤੇ ਟੱਟੀ ਦਾ ਰੰਗ</p> <p>ਹਰ ਦਿਨ, ਔਸਤ ਤੌਰ 'ਤੇ 24 ਘੰਟਿਆਂ ਵਿੱਚ</p>	 <p>ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 1 ਤੋਂ 2 ਕਾਲਾ ਜਾਂ ਗੂੜ੍ਹਾ ਹਰਾ</p>	 <p>ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 3 ਭੂਰਾ, ਹਰਾ, ਜਾਂ ਪੀਲਾ</p>			 <p>ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 3, ਨਰਮ ਅਤੇ ਦਾਣੇ ਪੀਲਾ</p>				
<p>ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਭਾਰ</p>	<p>ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ 3 ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਭਾਰ ਔਸਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਨਮ ਵੇਲੇ ਦੇ ਭਾਰ ਨਾਲੋਂ 7% ਘੱਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।</p>			<p>ਚੌਥੇ ਦਿਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਹਰ ਰੋਜ਼ 20 ਤੋਂ 35 ਗ੍ਰਾਮ (2/3 ਤੋਂ 1 1/3 ਔਂਸ) ਭਾਰ ਵੱਧਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ 10 ਤੋਂ 14 ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਹੋਣ ਤਕ ਵਾਪਸ ਆਪਣੇ ਜਨਮ ਵਾਲੇ ਭਾਰ 'ਤੇ ਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।</p>					
<p>ਦੂਜੇ ਚਿੰਨ੍ਹ</p>	<p>ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜ਼ੋਰ ਨਾਲ ਰੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਹਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ ਜਾਗ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਨਰਮ ਅਤੇ ਘੱਟ ਭਰੀਆਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।</p>								