



University Hospital
Southampton
NHS Foundation Trust

شفط حليب الثدي من أجل طفلك

دليل إرشادي حول كيفية شفط حليب الثدي



لقد أعددنا هذا الكتيب ليكون دليلًا لك حول كيفية شفط حليب الثدي من أجل طفلك، ونأمل أن يساعدك في الإجابة على بعض التساؤلات التي قد تراودك. إذا كانت لديك أي أسئلة أو استفسارات أخرى، يرجى التحدث مع القابلة أو ممرضة حديثي الولادة.

شفط حليب الثدي

يُقصد بشفط الحليب عملية إخراج الحليب من ثديك (سواء يدويًا عن طريق العصر أو باستخدام مضخة)؛ وذلك ليتسنى لك تخزينه وإرضاعه لطفلك لاحقًا. وتتيح لك عملية الشفط تقديم حليب الأم لطفلك حتى وإن لم تتمكني من وضعه مباشرةً على ثديك ليرضع.

إذا لم تتمكني من إرضاع طفلك طبيعيًا بعد الولادة لأي سبب كان، فمن المهم البدء بشفط حليبك في أقرب وقت ممكن. وذلك لأن حليب الأم -بما في ذلك اللبأ (وهو أول حليب ينتجه جسمك)- يمثل المصدر المثالي لتغذية طفلك؛ فهو يحتوي على أجسام مضادة تحمي طفلك من العدوى وتساعد جهازه المناعي على التطور. كما يساعد جهاز طفلك الهضمي على النمو؛ ما يحميه من الحساسية.

وللحصول على أفضل فرصة لإدرار كمية كافية من الحليب، نوصيك بعصر حليب الثدي يدويًا في أقرب وقت ممكن بعد الولادة (ويُفضل أن يكون ذلك خلال الساعتين الأوليين). يرجى طلب المساعدة من القابلة أو ممرضة حديثي الولادة لتوضيح كيفية العصر اليدوي، ولتزويدك بحقيبة أدوات العصر اليدوي التي تُصرف عند دخول المستشفى؛ حيث تحتوي هذه الحقيبة على نشرة معلومات حول العصر اليدوي، بالإضافة إلى بعض المحاقن والأوعية المعقمة لجمع اللبأ.

المساعدة على تدفق الحليب

عند شفط حليب الثدي، قد تجددين أن العوامل التالية تساعدك على ذلك:

- البقاء بالقرب من طفلك
- الاحتفاظ بشيء يذكرك بطفلك (قد يكون ذلك صورة، أو قطعة من ملابسه لتلمسيها وتشمي رائحتها)
- التنفس بعمق وبيبء لمساعدتك على الاسترخاء
- التواجد في مكان هادئ ومريح (إن أمكن)
- الجلوس في وضعية مريحة
- تناول مسكنات الألم عند الحاجة (لمزيد من المعلومات حول مسكنات الألم، تحدثي إلى القابلة أو اقرئي نشرة "أدويةك بعد ولادة طفلك" المذكورة في قسم الروابط المفيدة في نهاية هذا الكتيب)
- تدفئة الثديين قبل البدء بالشفط عن طريق وضع كمادات دافئة (مثل قطعة قماش دافئة)
- تدليك الثديين والحلمتين بلطف وتمسيدهما برفق

يمكن أن تساعد هذه الأمور على تحفيز إفراز هرمون "الأوكسيتوسين" (المعروف بهرمون الحب)، والذي بدوره يحفز تدفق الحليب (ما يُعرف بـ "مُنْعَكس إدرار الحليب").

أهم النصائح لشفط حليب الثدي

- يتحدد مقدار إدرار الحليب لديك بمدى تكرار عملية إفراغه (سواء بالشفط أو بالرضاعة الطبيعية)؛ فإذا لم تقومي بالشفط أو الإرضاع بانتظام، سينخفض مخزون الحليب لديك (حاولي ألا تتركي فاصلاً زمنياً يزيد عن أربع ساعات بين كل عملية شفط وأخرى).
- يُنتج الثدي الأكثر ليونة (الأكثر فراغاً) الحليب بسرعة أكبر مقارنةً بالثدي الأكثر صلابة (الأكثر امتلاءً)؛ لذا فإن الشفط المتكرر يؤدي لإنتاج كمية حليب أكبر من الشفط على فترات متباعدة.
- التلامس المباشر بين بشرتك وبشرة طفلك كلما أمكن ذلك، بالإضافة إلى الشفط بالقرب من طفلك، سيساعد أيضاً في زيادة إدرار الحليب.
- إذا كان طفلك يتلقى الرعاية في وحدة حديثي الولادة، فنوصيك بالبدء في عصر حليب الثدي يدوياً خلال الساعتين الأوليين بعد الولادة.

- اجعلي هدفك هو الشفط ثماني مرات خلال 24 ساعة، على ألا تتجاوز المدة بين كل مرة وأخرى أربع ساعات.
- من المهم جداً الشفط مرة واحدة على الأقل خلال الليل؛ ذلك لأن جسمك يفرز كمية أكبر من هرمون "البرولاكتين" (الهرمون المسؤول عن إرسال إشارات للجسم لإنتاج الحليب) أثناء الليل. فالشفط ليلاً يدعم عملية إنتاج الحليب ويحافظ على استمرارية الإدرار. وإذا كان طفلك قادراً على الرضاعة الطبيعية، فإن ذلك سيحفز ثدييك أيضاً على إنتاج الحليب.

"إذا لم تُخرجي الحليب، فلن يُنتجه الثدي". "استمرارية الإدرار..

في استمرارية الاستخراج".

عصر حليب الثدي يدوياً

يُطلق على الحليب الذي ينتجه جسمك في الأيام الثلاثة الأولى بعد الولادة اسم "اللَبَّاء"؛ وهو حليب كثيف ومركّز، وعادةً ما يكون لونه أصفر ذهبياً. وبما أن اللَّبَّاء يخرج من الثدي قطرة قطرة، فإن العصر اليدوي هو الطريقة المثالية لجمعه. لا تقلقي إذا كنتِ تنتجين كميات صغيرة فقط، فهذا أمر طبيعي تماماً، وتذكري أن كل قطرة لها قيمتها.

قد تجددين من المفيد أيضاً اللجوء للعصر اليدوي قبل استخدام مضخة الثدي أو بعدها، أو قد تفضلين الاعتماد كلياً على العصر اليدوي دون استخدام المضخة على الإطلاق.

يسمح لك العصر اليدوي أيضاً باستهداف مناطق معينة من ثديك؛ مما قد يساعد في فتح القنوات اللبنية المسدودة، أو يفيدك في حال كنتِ تعانين من التهاب الثدي (عندما يصبح الثدي متورماً، وساخنًا، ومؤلمًا).

كيفية العصر اليدوي

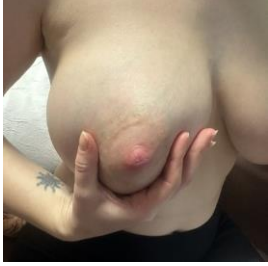
يُرجى طلب المساعدة من القابلة أو ممرضة حديثي الولادة لتوضيح كيفية العصر اليدوي، ولتزوידك بحقيبة أدوات العصر اليدوي التي تُصرف عند دخول المستشفى.

كما يمكنك اتباع الخطوات التالية:

1. اغسلي يديك وجففيهما جيدًا قبل البدء.
2. إذا كنتِ تجمعين اللَّبَّاء، فستحتاجين إلى محقنة معقمة ونظيفة، بالإضافة إلى وعاء أكبر نظيف ومعقم. جهّزي هذه الأدوات قبل البدء.
3. اجلسي في وضعية مريحة وحاولي الاسترخاء. ستساعدك التدفئة، لذا جربي تدليك الثديين برفق باستخدام قطعة قماش دافئة أولاً.
4. استخدم يديك لدعم أحد الثديين، بحيث تتخذ يدك شكل حرف "C" حول الحلمة؛ وضعي أصابعك الأربعة تحت الثدي وإبهامك في الأعلى. يجب أن يبعد الإبهام والأصابع عن قاعدة الحلمة مسافة تتراوح بين 2 إلى 3 سم.
5. استخدم يديك الإبهام والسبابة للضغط برفق، ثم خففي الضغط وكرري الحركة بنمط إيقاعي منتظم. يجب ألا يسبب ذلك أي ألم. تجنب تمرير أصابعك على الجلد لأن ذلك قد يسبب لك الانزعاج. إذا لم يتدفق الحليب، جربي تحريك أصابعك قليلاً نحو الحلمة أو بعيداً عنها حتى تجدي النقطة الأكثر فاعلية بالنسبة لك. يمكنك أيضاً تجربة تدليك الثدي برفق.



6. اجمعي اللَّبَّاء بالمحقنة المعقمة، وعند الضرورة، افرغيه في الوعاء الأكبر المعقم. اللَّبَّاء مركز للغاية ويخرج من الثدي قطرة بقطرة؛ في البداية، قد تخرج بضع قطرات فقط في كل جلسة، ولكن مع الممارسة والوقت، ستحصلين على كميات أكبر.



7. عندما يتباطأ نزول قطرات الحليب، حركي أصابعك حول الثدي لتجربة منطقة أخرى منه وكرري العملية.
8. كرري العملية نفسها مع الثدي الآخر.

شفط حليب الثدي باستخدام مضخة

صُممت مضخات الثدي لمحاكاة حركة مص طفلك للثدي، وهناك نوعان مختلفان منها: الكهربائية واليدوية. في النوع اليدوي، تقومين بالضغط على المكبس بيدك، بينما يقوم النوع الكهربائي بهذه المهمة بدلاً منك.

نوصي بالعصر اليدوي لحليب الثدي خلال أول يومين بعد الولادة قبل البدء باستخدام مضخة الثدي؛ ومع ذلك، إذا نصحتك القابلة أو ممرضة حديثي الولادة بذلك، فيمكن استخدام مضخة الثدي بعد مرور ست ساعات على الولادة.

تتوفر مضخات الثدي الكهربائية للاستخدام في وحدة حديثي الولادة وأجنحة ما بعد الولادة؛ لذا يُرجى طلب مجموعة أدوات شفط الحليب بالمضخة الكهربائية من القابلة أو ممرضة حديثي الولادة. كما يمكنهن إرشادك إلى كيفية تركيب الأدوات، وكيفية استخدام المضخات، وطريقة تعقيم المعدات.

تنظيف وتعقيم مجموعة أدوات شفط الحليب بالمضخة الكهربائية

طوال فترة بقاء طفلك في المستشفى، يجب غسل مجموعة أدوات الشفط بالماء الدافئ والصابون بعد كل استخدام، ثم تخزينها في وعاء نظيف. ستحتاجين بعد ذلك إلى تعقيم المجموعة مباشرة قبل البدء بعملية الشفط. يمكن استخدام أكياس التعقيم (Steri-Sacs) وجهاز الميكروويف الصناعي المتوفرين في وحدة حديثي الولادة وأجنحة ما بعد الولادة لتعقيم أدواتك. أما إذا كنت تقومين بشفط الحليب في المنزل، فيُرجى استخدام طريقتك المفضلة لتعقيم المجموعة.

لمزيد من المعلومات حول تعقيم الأدوات، يمكنك مسح رمز الاستجابة السريعة (QR) أو زيارة الموقع التالي:

www.nct.org.uk/baby-toddler/feeding/practical-tips/how-sterilise-baby-bottles-breast-pumps-and-other-feeding-equipment



كيفية استخدام مضخة الثدي الكهربائية

تحتوي مضخات الثدي الكهربائية على وضعين للتشغيل:

وضع الاستمرارية

يستخدم هذا الوضع للحفاظ على استمرارية إدرار الحليب.

1. ضعي واقي الثدي أو القمع فوق حلمتك.
2. اضغطي على زر التشغيل.
3. لا تضغطي على زر القطرة حتى تظهر عبارة "Maintain running" (وضع الاستمرارية يعمل) على الشاشة.
4. لزيادة قوة الشفط، أديري القرص باتجاه عقارب الساعة حتى تشعرين بعدم ارتياح طفيف، ثم خفّضي قوة الشفط بمقدار رمزين أو ثلاثة من رموز القطرة أو المربع، حتى تشعرين بالراحة.
5. استمري في الشفط حتى يتوقف تدفق الحليب أو يفصل بين كل قطرة وأخرى 10 ثوانٍ؛ علماً بأن المضخة لن تتوقف تلقائياً في هذا الوضع.
6. لتحفيز زيادة إدرار الحليب، استمري في الشفط لمدة دقيقتين إضافيتين بعد توقف تدفق الحليب.
7. أوقفي تشغيل مضخة الثدي.



يمكن أن تؤدي عملية ضغط الثدي أثناء الشفط إلى زيادة كمية الحليب المستخرجة بشكل كبير. وللقيام بذلك، شكلي بيدك بالكامل حرف "C" واحتضني ثديك باتجاه جدار الصدر، ثم اضغطي على أنسجة الثدي بحركة "ضغط وإرخاء"، مع التحرك تدريجياً لتغطية كافة جوانب الثدي.

إن الشفط المزدوج (شفط الحليب من كلا الثديين في وقت واحد) لا يقلل الوقت فحسب، بل يزيد أيضاً من مستويات الهرمونات وإدرار الحليب.

أما إذا كنت تشفطين من كل ثدي على حدة، فبدلي بين الثديين عندما يتباطأ تدفق الحليب، ثم عودي للثدي الأول مرة أخرى؛ فقد تجددين أن هناك المزيد من الحليب لشفطه. قد تلاحظين أيضاً أن أحد الثديين ينتج حليباً أكثر من الآخر، وهذا أمر طبيعي تماماً.

وضع التحفيز

يستخدم هذا الوضع لتحفيز إدرار الحليب لديك.

1. ضعي واقي الثدي أو القمع فوق حلمتك.
 2. اضغطي على زر التشغيل، ثم اضغطي على زر القطرة خلال 10 ثوانٍ.
 3. لزيادة قوة الشفط، أديري القرص باتجاه عقارب الساعة حتى تشعرين بعدم ارتياح طفيف، ثم خفّضي قوة الشفط بمقدار رمزين أو ثلاثة من رموز القطرة أو المربع، حتى تشعرين بالراحة.
 4. ستعمل المضخة لمدة 15 دقيقة ثم تتوقف تلقائياً.
- إذا مضى على ولادتك أكثر من ستة أيام، أو كنت قد شفطت كمية إجمالية (من كلا الثديين معاً) تبلغ 20 مل أو أكثر لثلاث مرات متتالية؛ فيمكنك البدء باستخدام "وضع الاستمرارية".

مقاس القمع

من المهم اختيار المقاس الصحيح لقمع مضخة الثدي (القطعة البلاستيكية التي تُوضع فوق الحلمة)؛ فهذا لن يجعلك تشعرين براحة أكبر فحسب، بل سيساعدك أيضًا على شفط الحليب بأكبر قدر من الكفاءة. يمكن أن يساعدك "دليل ملائمة القمع" (The Flange FITS Guide) في العثور على المقاس المناسب لك. لمزيد من المعلومات، يمكنك مسح رمز الاستجابة السريعة (QR) أو زيارة الموقع التالي:

www.uhs.nhs.uk/Media/UHS-website-2019/Docs/Services/Maternity/The-Flange-FITS-Guide-for-optimal-comfort-efficiency-and-milk-yield.pdf



معلومات هامة للسلامة

- تحتوي محاقن تغذية الرضع على غطاء منفصل غير مثبت، ويجب نزعها قبل إعطاء اللبن أو الحليب المشفوط لطفلك.
- احرصي دائمًا على إبقاء المحاقن والأغطية بعيدًا عن متناول الرضع والأطفال.

قائمة التحقق الخاصة بالشفط

لقد أدرجنا قائمة التحقق أدناه لمساعدتك وإرشادك في رحلة شفط الحليب.

لقد استلمت:

- ☐ القلب القماش المخصص للترابط العاطفي (واحد لك والآخر لطفلك إذا كان في وحدة حديثي الولادة)
- ☐ حقيبة أدوات العصر اليدوي التي تُصرف عند دخول المستشفى
- ☐ مجموعة أدوات الشفط بمضخة الثدي الكهربائية

تم إرشادي إلى كيفية:

- ☐ العصر اليدوي (بما في ذلك وقت البدء وعدد المرات)
- ☐ استخدام مضخة الثدي الكهربائية (بما في ذلك أوقات استخدام أوضاع التشغيل المختلفة)
- ☐ التحقق من مقاس قمع مضخة الثدي المناسب لاستخدامه
- ☐ غسل وتعقيم مجموعة أدوات الشفط (ومكان القيام بذلك)
- ☐ التسجيل في خدمة vCreate (إذا كان طفلك في وحدة حديثي الولادة)

تخزين حليب الثدي المشفوط أثناء وجود طفلك في المستشفى

بمجرد الانتهاء من شفط الحليب، ضعي ملصقًا على المحقنة أو الوعاء يتضمن تاريخ ووقت الشفط واسم طفلك. يمكن لمرمضة وحدة حديثي الولادة أو أحد أفراد فريق القبالة تزويدك بملصقات الاسم. تجنبي استخدام الأقلام التي يتلخخح حبرها عندما يبتلع الملصق.

يجب بعد ذلك تخزين حليبك بعناية لمنع نمو البكتيريا الضارة. وأثناء وجود طفلك في المستشفى، نوصيك باتباع إرشادات التخزين التالية:

- **الثلاجة** - ضعي حليبك في الثلاجة بمجرد الانتهاء من الشفط، ما لم تكوني تخططين لإرضاعه لطفلك فورًا. يمكن الاحتفاظ بالحليب المشفوط في ثلاجة المستشفى لمدة تصل إلى 48 ساعة.
- **المجمد** - إذا كنت تخططين لتجميد الحليب، فيجب القيام بذلك في أقرب وقت ممكن بعد الشفط (يجب ألا يتجاوز ذلك 24 ساعة). يمكن الاحتفاظ بالحليب المجمد في مجمد وحدة حديثي الولادة لمدة تصل إلى ثلاثة أشهر.



www.nhs.uk/start4life/baby/feeding-your-baby/breastfeeding/expressing-your-breast-milk/expressing-breast-milk



www.nhs.uk/conditions/baby/breastfeeding-and-bottle-feeding/breastfeeding/premature-baby



www.unicef.org.uk/babyfriendly/baby-friendly-resources/breastfeeding-resources/off-to-the-best-start



www.uhs.nhs.uk/Media/UHS-website-2019/Patientinformation/Pregnancyandbirth/Your-medication-after-the-birth-of-your-baby.pdf

التواصل معنا

إذا كانت لديك أي أسئلة أو استفسارات بشأن شفط حليب الثدي، يُرجى التحدث مع القابلة أو ممرضة وحدة حديثي الولادة، أو التواصل مع فريق تغذية الرضع المعني باستخدام البيانات أدناه.

فريق تغذية الرضع بوحدة حديثي الولادة
الهاتف: 07920 184353

فريق تغذية الرضع بقسم الولادة
الهاتف: 07786 267584

إذا لم يتمكن أي من الفريقين من الرد على مكالمتك، يُرجى ترك رسالة صوتية تتضمن اسمك ورقمك ورسالة قصيرة، وسيحاول أحد أفراد الفريق التواصل معك خلال 48 ساعة.

روابط مفيدة



www.bliss.org.uk/parents/about-your-baby/feeding/breastfeeding



www.nhs.uk/conditions/pregnancy-and-baby/breastfeeding-first-days



www.nhs.uk/conditions/baby/breastfeeding-and-bottle-feeding/breastfeeding/expressing-breast-milk

نعم، أود دعم المستشفى بتبرع شهري لصالح مؤسسة مستشفيات ساوثهامبتون الخيرية

1. بياناتي الشخصية

اللقب: _____ الاسم الأول: _____ اسم العائلة: _____

العنوان: _____

الرمز البريدي: _____

رقم الهاتف: _____ البريد الإلكتروني: _____

يرجى كتابة بريدك الإلكتروني أعلاه إذا كنت ترغب في تلقي تحديثات حول كيفية إسهام تبرعك، إضافة إلى طرق أخرى يمكنك من خلالها المساعدة.

2. التبرع المنتظم

أود تقديم تبرع شهري منتظم بقيمة: 5 جنيهات إسترلينية ☐ 10 جنيهات إسترلينية ☐ 25 جنيهات إسترلينية ☐
أو مبلغ آخر من اختياري بقيمة جنيهات إسترلينية

شهرياً عن طريق الخصم المباشر. يرجى خصم المبلغ من حسابي في اليوم التالي من كل شهر: اليوم الأول ☐ اليوم الخامس عشر ☐

3. زيادة قيمة تبرعي بنسبة 25% إضافية

إذا لم تكن قد فعلت ذلك مسبقاً، يرجى زيادة قيمة كل جنيه تبرع به بنسبة 25% إضافية لصالح المؤسسة دون أي تكلفة إضافية عليك، وذلك بوضع علامة في إقرار Gift Aid (زيادة قيمة التبرعات عبر استرداد الضريبة للجمعيات الخيرية).
☐ نعم، أنا دافع ضرائب في المملكة المتحدة وأرغب في تطبيق نظام Gift Aid على هذا التبرع وأي تبرعات أقدمها مستقبلاً أو قدمتها خلال السنوات الأربع الماضية لصالح مؤسسة مستشفيات ساوثهامبتون الخيرية

☐ لا، لسبب دفع ضرائب في المملكة المتحدة

أدرك أنه إذا كان مقدار ضريبة الدخل و/أو ضريبة أرباح رأس المال التي أدفعها أقل من قيمة Gift Aid المطالب بها على جميع تبرعاتي في تلك السنة الضريبية، فإن مسؤوليتي تقتضي سداد أي فرق. يرجى إخطار مؤسسة مستشفيات ساوثهامبتون الخيرية إذا رغبت في إلغاء هذا التبرع، أو تغيير اسمك أو عنوان منزلك، أو إذا لم تعد تدفع ما يكفي من ضريبة الدخل و/أو ضريبة أرباح رأس المال.

4. تعليمات إلى بنكك أو جمعية الادخار والإقراض للدفع عبر الخصم المباشر

اسم (أسماء) صاحب/أصحاب الحساب: _____



SCAN ME

رقم تعريف الجهة المحصلة: 6 9 1 2 1 3

Charities Aid Foundation, 25 Kings Hill Avenue, Kings Hill, West Malling, Kent ME19 4TA

رقم الحساب: _____ رمز الفرز: _____

قد لا تقبل بعض البنوك وجمعيات الادخار والإقراض تعليمات الخصم المباشر من بعض أنواع الحسابات.

تعليمات إلى بنكك أو جمعية الادخار والإقراض: يرجى دفع مبالغ الخصم المباشرة لصالح مؤسسة Charities Aid Foundation نيابة عن مؤسسة مستشفيات ساوثهامبتون الخيرية من الحساب الموضح في هذه التعليمات، وذلك وفق الضمانات التي يكفلها ضمان الخصم المباشر. كما أدرك أن هذه التعليمات قد تحتفظ لدى مؤسسة Charities Aid Foundation نيابة عن مؤسسة مستشفيات ساوثهامبتون الخيرية، وفي هذه الحالة، سيتم إرسال التفاصيل إلكترونياً إلى البنك/جمعية الادخار والإقراض التابع لها.

التوقيع (التوقيعات): _____

التاريخ: _____

يمكنك أيضاً إعداد تبرعك الشهري عبر الإنترنت من خلال موقعنا: southamptonhospitalscharity.org/donate
أو عبر مسح رمز الاستجابة السريعة (QR).

5. ماذا تفعل الآن

يرجى إعادة هذه الاستمارة إلى عنوان البريد المجاني لدينا: Freepost RRUA-CSXK-JUBZ, Southampton Hospitals Charity, Mailpoint 135, Southampton
General Hospital, Tremona Road, Southampton, SO16 6YD

رقم المؤسسة الخيرية: 1051543

REG001



انضم إلى عائلة داعمي مؤسسة مستشفيات ساوثهامبتون الخيرية من خلال تبرع شهري!

إن التبرع الشهري وسيلة رائعة لإظهار دعمك المستمر للمرضى والموظفين في مستشفى جامعة ساوثهامبتون. حتى المبلغ الصغير يمكن أن يحدث فرقاً كبيراً!



- 5 جنيهات إسترلينية: قد تغطي تكلفة لعبة في منطقة انتظار مستشفى الأطفال
- 10 جنيهات إسترلينية: قد تغطي تكلفة مجموعة أدوات حسيّة لمساعدة المرضى المصابين بالخرف
- 25 جنيهات إسترلينية: قد تساعد في تمويل العلاجات التكميلية لمرضى السرطان



ضمان الخصم المباشر. يجب على الدافع الاحتفاظ بهذا الضمان.

- يُقدم هذا الضمان من جميع البنوك وجمعيات الادخار والإقراض التي تقبل تعليمات الخصم المباشر. في حال حدوث أي تغيير في مبلغ الخصم المباشر أو تاريخه أو تكراره، ستقوم مؤسسة مستشفيات ساوثهامبتون الخيرية بإخطارك (عادة قبل 10 أيام عمل) قبل خصم المبلغ من حسابك أو وفقاً لما يتم الاتفاق عليه. وإذا طلبت من المؤسسة تحصيل دفعة، سيتم تزويدك بتأكيد بالمبلغ والتاريخ وقت الطلب.
- في حال حدوث خطأ في سداد الخصم المباشر من قبل مؤسسة مستشفيات ساوثهامبتون الخيرية أو بنكك أو جمعية الادخار والإقراض، يحق لك استرداد المبلغ المدفوع كاملاً وفوراً من البنك أو جمعية الادخار والإقراض. وإذا تلقيت مبلغاً مسترداً لم تكن مستحقاً له، فيجب عليك إعادته عندما تطلب منك المؤسسة ذلك.
- يمكنك إلغاء الخصم المباشر في أي وقت بمجرد الاتصال بالبنك أو جمعية الادخار والإقراض التابع لها. وقد يطلب تأكيد كتابي. ويرجى أيضاً إخطارنا.

* إقرار Gift Aid – أنا دافع لضريبة الدخل أو ضريبة أرباح رأس المال في المملكة المتحدة. لقد قرأت هذا الإقرار وأرغب في أن تسترد مؤسسة مستشفيات ساوثهامبتون الخيرية الضريبة المفروضة على تبرعاتي. وأدرك أنه يجب علي دفع مبلغ من ضريبة الدخل و/أو ضريبة أرباح رأس المال في تلك السنة الضريبية يعادل على الأقل قيمة الضريبة التي تستردها كافة المؤسسات الخيرية وناوادي الرياضة المجتمعية للهواة التي أتبرع لها خلال تلك السنة الضريبية. كما أدرك أن الضرائب الأخرى مثل ضريبة القيمة المضافة وضريبة البلدية لا تحسب ضمن ذلك.

إذا كنتم مرضى في أحد مستشفياتنا وتحتاجون إلى ترجمة هذه الوثيقة، أو الحصول عليها بصيغة أخرى؛ مثل نسخة مبسطة للقراءة، أو الطباعة بأحرف كبيرة، أو بطريقة برايل، أو بصيغة صوتية؛ فيُرجى الاتصال على رقم الهاتف: **0800 484 0135**، أو إرسال بريد إلكتروني إلى **patientsupporthub@uhs.nhs.uk**

للمساعدة في التحضير لزيارتكم، أو الترتيب لحضور مترجم فوري، أو تسهيل الوصول إلى المستشفى؛ يُرجى زيارة:
www.uhs.nhs.uk/additionalsupport

www.uhs.nhs.uk