

Рекомендации по кормлению грудью



Почему же важно кормить ребенка грудным молоком?

1. Поддержка иммунной систем
2. Стимуляция пищеварения
3. Разнообразный уникальный состав
4. Помощь в защите от болезней
5. Устанавливается прочная эмоциональная связь ребенка с матерью

ПОЗЫ ДЛЯ КОРМЛЕНИЯ



Кормление
грудью лежа



Кормление
грудью из-
под руки, из-
под
мышки



Кормление
грудью
лежа

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ЧТО РЕБЕНКУ ДОСТАТОЧНО МОЛОКА?

- ✓ Ребенок спокойно отпускает грудь после кормления;
- ✓ Спит до следующего кормления;
- ✓ Стул от 1 до 6-8 раз в сутки, однородный, мягкий, без неприятного запаха;
- ✓ Ребенок прибавляет в весе.

Грудное вскармливание заложено в природу человека. Это важнейший этап развития ребенка, необходимый для его полноценного роста, оптимального физического и психического развития. Уникальность грудного молока обусловлено тем, что состав молока матери индивидуален и идеально подходит для конкретного ребенка.

ДО КАКОГО ВОЗРАСТА НУЖНО КОРМИТЬ ГРУДЬЮ?

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и ЮНИСЕФ рекомендуют кормление грудью до двух и более лет.

Внешние признаки правильного и неправильного прикладывания:



Неправильно

- Подбородок не касается груди
- Рот открыт не широко
- Нижняя губа не вывернута
- Почти симметричный захват ареолы



Правильно

- Подбородок касается груди
- Рот широко открыт
- Нижняя губа вывернута
- Большая часть ареолы закрыта нижней губой

ПРАВИЛА КОРМЛЕНИЯ

Сигналом к выработке молока служит прикладывание ребенка к груди сразу после его рождения; огромное значение имеет техника прикладывания, правильный захват ребенком груди - лучшая профилактика трещин соска, перед кормлением необходимо тщательно вымыть руки с мылом.

УХОД ЗА МОЛОЧНЫМИ ЖЕЛЕЗАМИ

Бюстгальтер кормящей женщины может иметь отстегивающиеся верхнюю часть, и его не придется снимать.

Очень важна чистота нижнего белья;

Полезны воздушные ванны, общие гигиенические процедуры;

Не стоит мыть грудь перед кормлением, с кожи ареолы и соска удаляется защитный слой жиров;

После каждого кормления сосок должен высохнуть самостоятельно на воздухе;

Для поддержания формы груди можно делать

простые упражнения: стоя или сидя на стуле

прямо. Руки на уровне груди, с силой нажимать

нижними частями ладоней друг на друга;

Исходное положение сидя, руки над головой.

Также сжимаем нижние части ладоней.



Для успешного грудного вскармливания необходимо выполнять следующие правила:

- ✓ Раннее прикладывание к груди.
- ✓ Исключить догрудное кормление.
- ✓ Совместное содержание матери и ребенка в одной палате.
- ✓ Правильное положение ребенка у груди.
- ✓ Кормление по требованию ребенка.
- ✓ Продолжительность кормления регулирует ребенок.
- ✓ Ночные кормления.
- ✓ Полный отказ от сосок и бутылочного кормления. Не следует перекладывать ребенка ко второй груди раньше, чем он высосет первую грудь.
- ✓ Исключение мытья сосков до и после кормления.
- ✓ Отказ от частых контрольных взвешиваний ребенка.
- ✓ Исключение дополнительного сцеживания молока.
- ✓ Ребенок до 6 месяцев находится на исключительно грудном вскармливании.