

detkityumen.ru

Основные правила успешного грудного вскармливания

Каждая женщина должна знать, что ее молоко является наиболее полноценной пищей для ее ребенка в первые 6 месяцев жизни, а по отдельным наблюдениям и в течение первого года жизни. Поэтому она должна стремиться выполнять правила успешного грудного вскармливания, чтобы обеспечить для своего малыша здоровье и наилучшие условия для роста и развития его организма.

- Совместное содержание матери и ребенка в одной палате.
- Правильное положение ребенка у груди, которое позволяет матери избежать многих проблем и осложнений с грудью. Если мать не научили этому в роддоме, ей следует пригласить консультанта по грудному вскармливанию или инструктора по обучению уходу за ребенком и научиться этому специально.
- Обучение правильному прикладыванию включает в себя не только правильное положение у груди, но и способность матери контролировать поведение ребенка у груди и правильно отнимать грудь.
- Кормление по требованию ребенка. Необходимо прикладывать малыша к груди по любому поводу, предоставив ему возможность сосать грудь когда он хочет и сколько хочет. Это необходимо не только для насыщения ребенка, но и для его психоэмоционального комфорта. Для психологического комфорта малыш может прикладываться к груди до 4 раз в час.
- Продолжительность кормления регулирует ребенок: не следует отрывать ребенка от груди раньше, чем он сам отпустит сосок, если он держит грудь правильно. Если ребенок в процессе кормления изменил положение и взял грудь неправильно, необходимо забрать грудь и снова предложить ребенку ее взять.
- Ночные кормления ребенка обеспечивают устойчивую лактацию и предохраняют женщину от следующей беременности до 6 месяцев в 96% случаев. Кроме того, ночные кормления наиболее полноценны.
- Отсутствие допаивания и введения любых инородных жидкостей и продуктов. Если ребенок хочет пить, его следует чаще прикладывать к груди.
- Полный отказ от сосок, пустышек и бутылочного кормления. Иногда достаточно одного кормления из бутылки, чтобы ребенок перестал брать грудь правильно. При необходимости введения докорма его следует давать только из чашки, ложки или пипетки. Каждое применение из бутылки вносит путаницу в манеру ребенка захватывать грудь.
- Не следует переключать ребенка ко второй груди раньше, чем он высосет первую грудь. Если мать поторопится предложить малышу вторую грудь, он не дополучит позднего молока, богатого жирами. В результате у малыша могут возникнуть проблемы с пищеварением: лактазная недостаточность, пенистый стул. Продолжительное сосание одной груди обеспечит полноценную работу кишечника.
- Исключение мытья сосков перед кормлением и после него. Частое мытье груди приводит к удалению защитного слоя жиров ареолы и соска, что приводит к образованию трещин. Грудь следует мыть не чаще 1 раза в день во время гигиенического душа. Если женщина принимает душ реже, то и в этом случае нет необходимости в дополнительном мытье груди.
- Отказ от частых и контрольных взвешиваний ребенка, проводимых чаще 1 раза в неделю. Эта процедура не дает объективной информации о полноценности питания младенца. Она только нервирует мать и приводит к снижению лактации и необоснованному введению докорма.
- Исключение дополнительного сцеживания молока. Через 2-3 недели после рождения при правильно организованном грудном вскармливании молока вырабатывается ровно столько, сколько нужно ребенку, поэтому не возникает необходимости в сцеживании после каждого кормления. Сцеживание необходимо в

- случае вынужденного разлучения матери с ребенком (например, выхода матери на работу и т. п.)
- До 6 месяцев ребенок находится на исключительно грудном вскармливании и не нуждается в дополнительном питании и введении прикормов. По отдельным исследованиям на грудном вскармливании без ущерба для своего здоровья он может находиться вплоть до исполнения ему 1 года.
 - Поддержка матерей, кормивших своих детей грудью до 1-2 лет. Общение с женщинами, имеющими положительный опыт грудного вскармливания, помогает молодой матери обрести уверенность в своих силах и получить практические советы, помогающие наладить кормление грудью. Поэтому молодым матерям рекомендуется обращаться в материнские группы поддержки грудного вскармливания как можно раньше.
 - Обучение уходу за ребенком и технике грудного вскармливания необходимы современной матери, чтобы она смогла без лишних хлопот с удобством для себя и для малыша растить его до 1 года. Наладить уход за новорожденным и обучить женщину технике грудного вскармливания могут консультанты по грудному вскармливанию. Чем скорее мать научится материнству, тем меньше разочарований и неприятных минут перенесет она вместе с малышом.
 - Сохранить грудное вскармливание до исполнения ребенку 1,5-2 лет. Кормление до 1 года не является физиологическим сроком прекращения лактации, поэтому при отлучении от груди страдают и мать и ребенок.

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category135/category140/112/