

Отлучение ребенка от груди

В настоящее время большинство мам, кормящих ребенка старше года пытаются заняться отлучением от груди не тогда, когда малыш к этому готов, а когда они решают, что уже пора, под давлением внешних обстоятельств. Многие мамы считают, что ребенок, которому 1 год и 2-3 месяца уже очень "большой". Мне хочется успокоить таких мам. Ваш малыш еще совсем крошка. И ваше молоко и грудь ему жизненно необходимы. Постарайтесь не торопиться.

В идеальной ситуации к отлучению от груди можно приступать тогда, когда прикладываний к груди у ребенка в течение суток получается 1-3 и связаны они главным образом со сном. Ребенок, готовый к отлучению, практически не прикладывается к груди днем для решения каких-то проблем, только в исключительных случаях. Ночью спит, не прикладываясь к груди, или прикладываясь 1-2 раза перед пробуждением. От утреннего прикладывания при пробуждении ребенка можно легко отвлечь. В такой ситуации от малыша можно уехать на несколько дней (от 1 до 5). Мама возвращается к малышу в новом качестве. Она его любит так же, как прежде, только грудь он больше не сосет. Молоко у мамы кончилось. Малыш, готовый к отлучению, воспринимает известие об окончании молока у мамы спокойно. Часто мама переживает момент отлучения о груди сильнее, чем малыш. Ребенок иногда в течение месяца может вспоминать о груди, но его всегда можно отвлечь от желания сосать.

В настоящее время чаще встречается ситуация, когда мама пытается "убежать" от не готового к отлучению ребенка. Если мама уезжает на несколько дней, малыш в ее отсутствие может вести себя беспокойно, может пытаться искать грудь у окружающих его людей, беспокойно спит ночью, становится капризным, много плачет. При возвращении мамы плачет, просит грудь. Бывают ситуации, когда малыш вроде бы спокойно переживает мамино отсутствие и не очень настаивает на прикладывании, но при этом начинает сосать пальцы, теревить что-то на маме во время засыпания и ночью. Малыш находит замену сосания груди. И иногда эта замена бывает такой, что мама жалеет о том, что отлучила малыша.

К отлучению от груди должны быть готовы оба, и малыш и мама. У кормящей женщины в течение нескольких месяцев (минимум двух) должна быть инволюция лактации. Есть инволюция или нет, определяется, прежде всего, по наполняемости груди в отсутствие прикладываний ребенка. Если, например, женщина со стабильной лактацией отсутствует в течение целого дня, малыш не прикладывается, то к вечеру грудь сильно наполняется молоком, иногда даже возможны болезненные ощущения. Если инволюция лактации уже есть, то грудь в течение дня остается мягкой. Когда отлучение от груди проходит на фоне стабильной лактации, маме приходится терпеть неприятные ощущения, подцеживать грудь, часто возникают лактостазы, возможно развитие мастита. Особенно часто неприятности с грудью получаются тогда, когда женщина "перетянула" грудь тугой повязкой при стабильной лактации. Перетягивание груди не способствует уменьшению количества молока, но вызывает нарушение кровообращения в тканях молочной железы, закупорку протоков сгустками молока, развитие отека, и начинается неинфицированный мастит, который может легко перейти в инфицированный. Если мама отлучает малыша на фоне инволюции, длящейся уже несколько месяцев, то никаких неприятностей с грудью она не испытывает.

Иногда мамы говорят, что у них не было сложностей с отлучением и прекращением лактации, т.к. ребенок в 9-10 месяцев сам отказался от груди, и молоко закончилось к этому сроку. При правильно организованном грудном вскармливании так бывает только в редчайших случаях истинной гипогалактии, которые встречались опытным консультантам Московской группы поддержки грудного вскармливания за более чем десятилетний опыт работы считанное количество раз. К отказу ребенка от груди на первом году лактации всегда приводят мамины ошибки. Самые частые из них - использование пустышек, редкие кормления, отсутствие ночных кормлений, введение прикорма, замещающего прикладывания к груди. Ребенок, с рождения не сосавший ничего кроме груди, привыкшей с грудью успокаиваться и решать все свои проблемы с помощью мамы и груди, к 8-9 месяцам, "входит во вкус" сосания, начинает получать от него почти осознанное удовольствие. Ребенок в 9-10 месяцев прикладывается к груди

часто и с удовольствием... Если мама только к 9-10 месяцам узнает, что такое грудное вскармливание, организованное естественным образом и хочет продолжить кормление своего малыша в соответствии с его физиологическими и психологическими потребностями, она может все привести в соответствие с этими потребностями, если у малыша есть хотя бы 1-2 прикладывания в сутки и у мамы будет компетентная помощь в организации грудного вскармливания.

Есть мамы, которых изматывает кормление большого ребенка, прикладывающегося, по их мнению, слишком часто. При рассмотрении каждой конкретной ситуации выясняется, что или ребенок ведет себя в соответствии с возрастом и своими психологическими потребностями, только мама об этом не знала, или в паре мама-малыш нарушены взаимоотношения. Для ребенка мама - подруга с сисей, которую он использует по своему усмотрению. Чаще всего такая ситуация складывается тогда, когда мама никогда не придавала значения своим материнским воспитательным, ограничительным обязанностям, когда потребности и нужды ребенка в абсолютно любых ситуациях ставились выше ее собственных, когда мама большую часть своего времени посвящала игре с малышом, и он привык, что когда он не спит, мама его развлекает, и он получает грудь по первому своему требованию несмотря на то, что ему уже, например, 2,5 года, и независимо от того, чем сейчас мама занята и может ли она при этом так поступить. Иногда из подобной ситуации можно выбраться только с помощью детского психолога, знающего этапы развития и формирования материнского поведения, грудного вскармливания, имеющего представления о нормальных взаимоотношениях в паре мама - грудной ребенок. Маме приходится пересмотреть свое отношение к себе и к малышу, убедиться, что она не игрушка, а взрослая женщина, отвечающая за жизнь, здоровье, развитие, формирование личности маленького человека, что малыш совсем не главный человек в семье, что это он должен быть при маме, а не мама при ребенке. Мама обнаруживает, что у нее есть и свои дела и обязанности, что она должна руководить ребенком в его действиях, а не подчиняться его желаниям и решениям. При этом мама должна оставаться мамой, поддержкой, олицетворением надежности, уверенности, справедливости, стабильности окружающего мира. Мама и мамина грудь для малыша - источник добра, нежности и спокойствия.

Бывают ситуации, когда отлучение от груди желательно совершить в ближайшем будущем, но сейчас ребенок явно к этому не готов. Тогда возможно в течение нескольких недель или месяцев готовить малыша к отлучению. Приходится постепенно ограничивать малыша в прикладываниях во время бодрствования, отвлекая его. Постепенно малыш начинает прикладываться днем все меньше, и соглашается подождать какое-то время, забывая за это время о том, что ему хотелось сосать. От утреннего сосания малыша также нужно стараться по чаще отвлекать. Остаются прикладывания, связанные со снами малыша. Если ребенок еще спит днем, маме понадобится помощь другого человека, для укладывания спать днем без маминой груди. На ночь малыша тоже должен начать укладывать другой человек. Постепенно, когда мама уже в течение некоторого времени не укладывает малыша спать, он начинает все реже просыпаться ночью, и в какой-то момент может проспать всю ночь без прикладываний к груди. Этот момент можно использовать, и больше малыша не прикладывать. Можно подождать еще некоторое время, т.к., например, сначала малыш может спать без прикладываний к груди всю ночь один раз в неделю, а потом таких ночей без прикладываний становится все больше и больше и малыш совсем перестает сосать ночью.

Иногда кормящие мамы получают совет помазать соски горчицей или еще чем-нибудь неприятным на вкус. Такой совет могут давать люди, не понимающие психологического значения прикладывания для малыша. Но чтобы понимать, что этот совет разумным не назовешь, не обязательно быть детским психологом. Многие мамы звонят мне, когда собираются отлучать своих малышей и просят подсказать им другой способ отлучения, т.к. такой им почему-то не нравится. Для ребенка мамина грудь - место абсолютной надежности, спокойствия и безопасности. Малыш подбегает приложиться к груди, а там горчица. Я называю это предательством.

Нельзя заниматься отлучением малыша от груди во время болезни или в период выздоровления. Не нужно отлучать от груди тогда, когда в жизни малыша происходят большие перемены: переезд, мама выходит на работу, ребенка отдают в ясли или детский сад. Если такая ситуация планируется, то ребенок отлучается от груди или за несколько месяцев до нее, или через несколько месяцев после, тогда, когда эта новая ситуация становится для него привычной.

Есть ситуации, когда отлучать малыша совершенно не обязательно, вопреки установившемуся в нашем обществе мнению. Например, наступившая новая беременность. Является поводом для отлучения, только если у мамы тяжелый токсикоз первой половины беременности и неприятности со здоровьем. Матка не чувствительна к воздействию окситоцина, образующегося при сосании примерно до 22-24 недели, при здоровых матке и шейке матки окситоцин не может вызвать сокращения достаточной силы, если только беременность не заканчивается естественным образом. Разумеется, нельзя кормить ребенка при угрозе

прерывания беременности и некоторых других ситуациях, но это вопросы, решаемые только при индивидуальной компетентной врачебной консультации... Иногда во время беременности мамы ребенок перестает сосать сам, но это случается относительно редко. Если между детьми получается очень маленькая разница, предпочтительнее для детей и для мамы кормить двух разновозрастных детей. Если разница между детьми год-полтора, можно воспринимать их как близнецов. В такой ситуации, конечно же, для мамы важно полноценное питание.

Если кормящей маме требуется лечение, необходимо подбирать лекарства, совместимые с грудным вскармливанием. Почему-то существует мнение, что при кормлении грудью нельзя принимать вообще никакие лекарства, это не так. И потенциальный вред для организма малыша при переводе на смесь или при несвоевременном отлучении может быть больше, чем от лекарства, получаемого с маминым молоком. Если совместимую с грудным вскармливанием терапию подобрать не удастся, необходимо лактацию поддерживать, и продолжить кормление, когда это будет возможно. При необходимости малыш может возвращается к прикладываниям к груди через трехнедельный перерыв.

Консультант по грудному вскармливанию, врач педиатр Лилия Казакова

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category135/category140/117/