



Практика эффективного грудного вскармливания необходима для адекватного кормления младенца и сохранения груди в здоровом состоянии.

Для этого необходимо:

- Начать кормить младенца грудью, приблизительно, через час после родов;
- Следить за тем, чтобы младенец был правильно приложен к груди;
- Кормить грудью без ограничений ни по частоте, ни по продолжительности, а предоставить младенцу возможность закончить сосать одну грудь перед тем, как предлагать другую;
- Кормить исключительно грудью в течение 6 месяцев.

Уход за молочными железами:

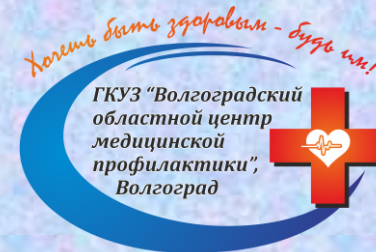
Обмывать молочные железы 1-2 раза в сутки (обычный гигиенический душ); Сцедить несколько капель молока и смазать сосок после кормления.

«Я чувствую себя Мадонной. Я лежу с тобой рядом, моим милым пахнущим солнцем и нежностью ангелом. Ты так доверчиво и близко прижимаешься ко мне и касаешься моей груди своими маленькими ручонками с такими маленькими прекрасными пальчиками... Ты уже спишь, и во сне сосешь мою грудь. И меня вдруг охватывает такое щемящее чувство любви и огромной-огромной нежности и счастья.»

«Я чувствую себя Вселенной, я твой островок безопасности и надежности, тепла и безмятежности, я твоя МАМА... Мне кажется, я могу все – достать с неба звезды и рассыпать их искристым ворохом, чтоб ты засмеялся, и твои счастливые глаза засияли, прижать тебя к себе нежно-нежно и молча идти по Млечному пути».

Счастливая мама.

400081 Волгоград
ул. Политрука Тимофеева, дом 5
Телефон/факс: (8442) 36-26-20
Адрес электронной почты:
vosmp@vomiac.ru



Кормим грудью!

Нет маститам!

(памятка для кормящих мам)



Лактационный (послеродовый) мастит – это воспалительное заболевание молочных желез, возникающее на этапе грудного вскармливания. Важной причиной его является неэффективный вывод молока из груди, вызванный использованием неправильных приемов грудного вскармливания.

Для обеспечения эффективного сосания необходимо правильное расположение ребенка.



Ключевые моменты:

- Голова и туловище ребенка находятся в одной плоскости и повернуты к матери;
- Лицо ребенка обращено к груди матери. Нос напротив соска;
- Туловище ребенка близко прижато к телу матери;
- Если ребенок новорожденный, мать придерживает все тело ребенка снизу, а не только его плечи и голову.



Признаки эффективного сосания:

1. Рот широко открыт.
2. Нижняя губа вывернута наружу.
3. Щеки ребенка выпуклые.
4. Ареола соска больше видна над ртом ребенка.
5. Виден язык ребенка сбоку при сосании. Подбородок упирается в грудь матери.
6. Грудь матери округлой формы.
7. Медленное глубокое сосание с паузами; слышно, как ребенок сосет и глотает.



ПРАВИЛЬНО ПРИКЛАДЫВАЙ!



- Если ребенок охватывает ареолу губами, его носик свободно дышит, а нижняя губа вывернута – вы все делаете правильно!

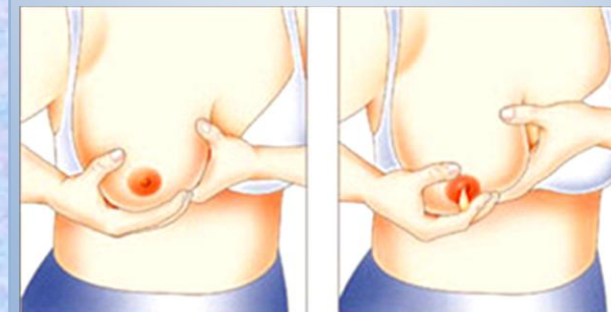
- Если к груди прижат носик малыша, он захватил только сосок? Плохо! В такой позе ощущает дискомфорт и сам кроха, и мама. Исправляй положение!



При возникновении лактостаза (застоя молока в грудных железах) требуются срочные мероприятия - прикладывание ребенка к этой груди или, при недостаточном освобождении груди после кормления, сцеживание молока руками.

Методика сцеживания молока из груди:

- Вымыть руки с мылом;
- Положить большой палец сверху, а указательный ниже на 1-2см от ареолы. Остальными пальцами поддерживать грудь;
- Большим и указательным пальцами сжимать участок груди на границе ареолы (перекатывая пальцы);
- Нажимать и отпускать, передвигая пальцы по всем направлениям вокруг ареолы.



Сцеживание проводит сама женщина.