

## Грудное вскармливание

В нашем родильном доме ребенок прикладывается к груди матери сразу же после рождения, непосредственно в родильном зале. Молоко матери идеально подходит для ее ребенка. В нем большое количество иммуноглобулинов, защищающих ребенка от инфекций и аллергий до тех пор, пока его собственная иммунная система не начнет работать в полную силу.



Кормление грудью удобно и для мамы – ведь еда для малыша всегда с собой, оптимальной температуры, ее не нужно покупать и как-то готовить.

И, конечно же, важна психоэмоциональная связь, которая устанавливается между мамой и ее малышом, которая сохраняется всю жизнь.

Молоко приходит, как правило, на 2-4 сутки после родов. В первые дни после родов для установления и поддержания лактации необходимо обильное питье (до 2-х литров жидкости в день).

В нашем роддоме не производится докорм ребенка. Его назначает только врач-неонатолог, если потеря массы тела ребенка больше, чем это физиологически принято, т.е более 10% за сутки.

### **При кормлении грудью не рекомендуется употреблять:**

1. Овощи и фрукты красного цвета (помидоры, красные яблоки, клубника и др.), цитрусовые, сладости, конфеты, шоколад, морепродукты, острые приправы, чеснок, лук, сельдерей.
2. Спиртные напитки, газированные напитки, кофе, какао.

### **При кормлении грудью можно употреблять:**

- мясо (говядина или свинина постные), курица, индейка;
- рыба (треска или камбала);
- яйца (2 раза в неделю);
- каши (гречневая, овсяная, рисовая);
- хлеб из муки грубого помола;
- сливочное или растительное масла;
- молоко, кисломолочные продукты;
- овощи, фрукты (бананы, зеленые яблоки).

### **ТЕХНОЛОГИЯ ПРАВИЛЬНОГО КОРМЛЕНИЯ**

- ❖ Рот широко открыт и губы оттянуты назад.

- ❖ Сосок находится глубоко во рту новорожденного, при этом кончик его в самой глубине рта.
- ❖ Губы и десны ребенка прижаты к ареоле.
- ❖ Нижняя губа прикладывается несколько дальше от основания соска, чем верхняя.
- ❖ Ребенок должен взять не только сосок, но и околососковый кружок, больше снизу, чем сверху. Такая техника способствует лучшему опорожнению молочной железы, исключает травмирование сосков, а также препятствует заглатыванию воздуха ребенком.

#### **Отказ от груди:**

Для успешного преодоления отказа необходимо создать малышу комфортную обстановку, выявить и устранить ошибки ухода и кормления.

#### **Хватает ли ребенку молока:**

Если малыш получает грудь “по требованию”(обычно более восьми кормлений в сутки), не ограничен по времени сосания, правильно приложен к груди, и при этом не используются другие предметы для сосания (пустышки, соски), – скорее всего, он получает достаточное количество молока.

#### **Отлучение от груди:**

Хорошо, если отлучение происходит постепенно и с любовью, но бывают случаи когда необходимо завершить кормление по состоянию здоровья.