

Мамино молоко – это уникальное питание, созданное самой природой именно для малыша.



Грудное вскармливание способствует формированию между матерью и ребенком тесных и нежных взаимоотношений, от которых мать эмоционально получает глубокую удовлетворенность. Тесный контакт с ребенком сразу же после родов способствует налаживанию этих взаимоотношений. Время, отведенное на кормление, предназначено не только для того, чтобы насытить ребенка, оно дает вам возможность узнать и полюбить друг друга. Матери, кормящие грудью, ласково реагируют на своих детей. Материнское молоко – единственная пища, которая полностью соответствует потребностям новорожденного. Оно легко переваривается и полностью усваивается, имеет необходимую температуру, содержит антитела, которые позволяют защищать ребенка от некоторых инфекций и аллергии.

ИЗМЕНЕНИЯ В СОСТАВЕ МОЛОКА

Молозиво – это грудное молоко, которое продуцируется у женщины в течение нескольких дней после родов. Оно густое желтоватого цвета, богато иммуноглобулинами, что обеспечивает защиту от инфекций и аллергии. Обладает слабительным эффектом, способствует удалению мекония и помогает предотвратить желтуху. Содержит факторы роста, способствует созреванию кишечника. Богато витамином А, предотвращает заболевания глаз.

Зрелое молоко – это молоко, вырабатываемое через несколько дней, его количество

нарастает, молочные железы наполняются, набухают и становятся тяжелыми. Этот момент называется приходом молока.

Различают также переднее и заднее молоко.

Переднее молоко вырабатывается вначале кормления, имеет голубоватый оттенок и вырабатывается в большом объеме, обеспечивая ребенка достаточным количеством белков, лактозы и других компонентов. Так как ребенок потребляет много переднего молока, он получает с ним все необходимое ему количество воды и ему не нужно в первые шесть месяцев жизни дополнительно давать воду. Если он будет утолять жажду водой, то он будет потреблять малое количество молока. По той же самой причине, что молоко переднее и заднее разное по составу, необходимо кормить ребенка в одно кормление одной грудью.

Заднее молоко – это молоко, производимое в конце кормления, по цвету более белое, потому что содержит больше жиров, которые являются основным источником питания при грудном вскармливании. Материнское молоко имеет неповторимый индивидуальный состав, полиненасыщенные жирные кислоты грудного молока способствуют развитию головного мозга.

Ребенок рождается с врожденными навыками:

Поисковый рефлекс Куссмауля возникает при поглаживании пальцем в области щеки и угла рта ребенка. Выражается рефлекс в виде поворота головы в сторону раздражителя и открывания рта в поиске объекта для сосания. Данный рефлекс необходим для начала кормления.

Расположите ребенка так, чтобы его голова была повернута к вашей груди, его рот раскроется и малыш найдет сосок.

Сосательный рефлекс срабатывает, как только ваш сосок коснется неба ребенка, и ребенок начнет воспроизводить ритмичные сосательные движения. Данный рефлекс имеет успокаивающий эффект. Поэтому пустышки помогают успокоить малыша. Около 3–4 месяцев вы, вероятно, заметите, что данный рефлекс начнет угасать. Ваш ребенок может начать отвлекаться во время кормлений и хотеть больше играть.

Выталкивающий рефлекс языка (рефлекс «выталкивания ложки»)

Вы когда-нибудь замечали, что малыши любят высовывать язык? Этот рефлекс происходит, когда губы малыша соприкасаются. Выталкивание языка является, своего рода, защитным механизмом. Например, если ребенку слишком рано пытаются ввести прикорм, когда его организм еще не готов к этому, то данный рефлекс сработает и малыш вытолкнет ложку языком.

Рвотный рефлекс проявляется при попадании твердой пищи или ложки в ротовую полость. Так же как и выталкивающий рефлекс языка, данный рефлекс является защитным. Он блокирует дыхательные пути ребенка и выталкивает объект наружу во избежание удушья.

«Классическая колыбель»



Ребенок располагается на руках у мамы, как в колыбельке: его головка находится на локтевом сгибе одной руки, второй рукой мама обхватывает и придерживает спинку. Малыш развернут к маме «живот к животу», а его ротик находится прямо напротив соска. В этой позе мама может кормить как из правой, так и из левой груди, перекладывая малыша головкой с одной руки на другую. Вариацией этой позы можно назвать кормление стоя. Малыш на руках у мамы находится в таком же положении, только сама мама не сидит, как это чаще всего бывает, а стоит. Обычно так кормят малышей при укачивании и укладывании спать, при швах на промежности, когда нельзя сидеть.

«Перекрестная колыбель»



Сидящая мать удерживает ребенка одной рукой — противоположной кормящей груди. Его голова покоится в материнской ладони, а тело поддерживает ее предплечье. Эта поза актуальна при налаживании правильного захвата груди ребенком, чаще у недоношенных детей.

«Кормление из – под руки»



Мама сидит прямо, ребенок находится у нее под мышкой сбоку, на уровне груди, головой в сторону ее коленей. Для поддержки ребенка можно использовать подушку для беременных. Эта поза актуальна при кормлении двойни, при закупорке молочного протока, при затруднениях захвата груди, при плоских сосках, при профилактике застоев в нижних и боковых сегментах молочных желез, при трещинах сосков.

Кормление близнецов



Кормление двоих детей значительно отличается от кормления одного ребенка. Его можно организовать по-разному. Вы можете кормить каждого отдельно. Но таким образом может потребоваться большее количество времени в день для кормления. Можно кормить и одновременно.

Вы можете понять, что малыш голоден, по следующим признакам:

- малыш двигает головой из стороны в сторону, открывает рот
- высовывает язык и двигает губами
- сосет кулачки или пальцы

Сколько по времени длится кормление?

Иногда процесс кормления грудью может занимать долгое время, в то время как другие малыши быстро справляются с задачей. Длительность кормлений зависит от веса малыша, его возраста, а также частоты кормлений.

Как долго кормить из каждой груди?

В идеале в одно кормление следует предлагать малышу одну грудь и дать ему высосать молоко до конца. В следующее кормление предложите другую грудь

Сколько раз в день нужно кормить ребенка?

Количество кормлений зависит от малыша и его индивидуальных особенностей, однако существуют общие рекомендации:

В первые 1-2 месяца лактации новорожденных нужно кормить хотя бы 8–12 раз в день, что соответствует 1 кормлению в 2–3 часа. Плач является одним из признаков голода. Но не ждите, когда малыш заплачет. Предлагайте грудь уже при первых признаках беспокойства.

Также помните, что частота и длительность кормлений могут меняться в периоды активного роста ребенка и при его плохом самочувствии. Это нормальное явление.

Прикладывание ребенка к груди

Правильное прикладывание – залог успешного грудного вскармливания. Если малыш правильно захватывает грудь, он легко и эффективно высасывает молоко из груди, не повреждая при этом сосок.

При неправильном прикладывании может возникать боль при кормлении и трещины сосков.

Прикладываем ребенка к груди правильно:

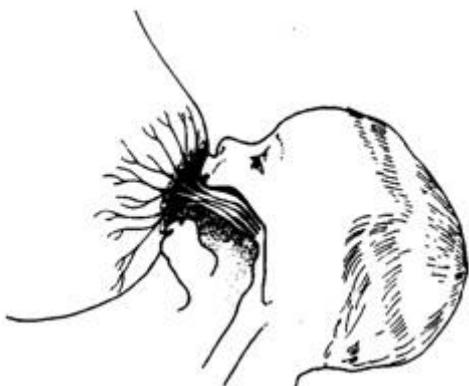
- Голова и тело вашего ребенка должны находиться на одной прямой линии.
- Поднесите малыша близко к себе, не наклоняйтесь вперед.
- Кончик носа ребенка должен быть напротив кончика вашего соска.
- Дотроньтесь соском до рта малыша.
- Рот ребенка широко открывается, малыш немного откидывает голову назад.
- Направьте сосок к небу ребенка. В момент захвата губы ребенка должны быть вывернуты наружу (а не поджаты внутрь), подбородок и нос ребенка прижаты к груди.
- Большая часть ареолы находится под нижней губой, меньшая часть – над верхней.
- Щеки ребенка округлены, а не втянуты.
- С начала малыш сосет быстро и поверхностно; как только молоко начинает выделяться, малыш переходит к более глубокому и медленному сосанию.

• Сильный поток молока в начале кормления может вызывать трудности в прикладывании малыша. Попробуйте изменить позу для кормления и больше откинуться назад или принять позу лежа.

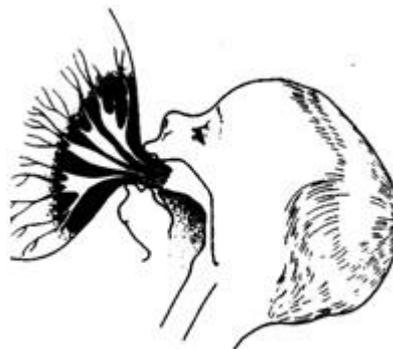
Признаки неправильного прикладывания к груди:

- Щеки втянуты
- Чмокающие звуки
- Рот не открыт широко, губы соприкасаются
- Боль сосков после кормления

Если Вы наблюдаете вышеперечисленные признаки, то нужно мягко ослабить захват, отнять малыша от груди и приложить снова.

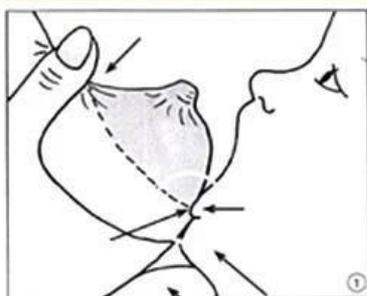


Правильно

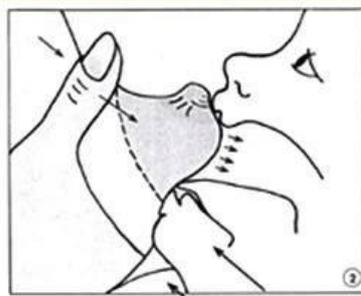


Неправильно

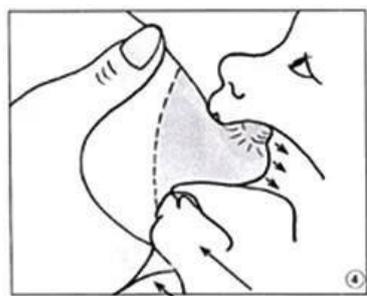
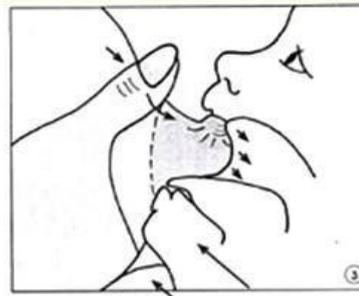
ПРАВИЛЬНЫЙ ЗАХВАТ - ОСНОВА ГВ



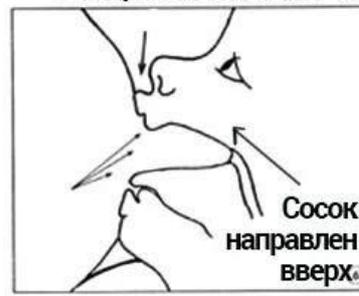
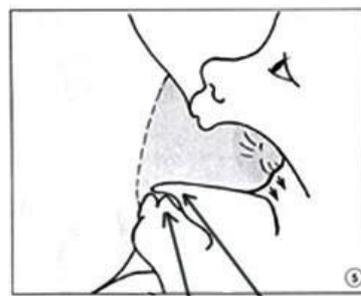
Точка контакта - нижняя губа и нижний край ареолы



Ноздри свободно дышат



Язык лежит на десне



Сосок направлен вверх