

Грудное вскармливание.

***ГБУЗ «Усть-Лабинская ЦРБ» МЗ КК,
женская консультация.***

***Отделение медицинской профилактики
Рудакова А.Т.***

Для чего мы кормим малышей грудью?

- *Грудное молоко - это идеально сбалансированный состав белков, жиров и углеводов; ферменты, которые способствуют наиболее полному и легкому их усвоению; витамины и минеральные вещества.*

- **Материнское молоко** - лекарство, которое не имеет аналогов.
- Грудное молоко имеет уникальное свойство : на каждом этапе развития малыша оно содержит именно те биологические вещества, которых нет ни в каком другом питании и которые обеспечивают в данный момент его правильное развитие.

-
- *Исследования ВОЗ показали, что длительное естественное вскармливание в сочетании с правильным питанием кормящей матери значительно снижает частоту развития пищевой аллергии у детей.*

Состав грудного молока.

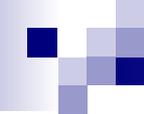
- **Состав грудного молока зависит от :**
- **- периода лактации**
- **- режима дня**
- **- состояния здоровья матери**
- **- питания матери во время беременности и в период лактации**
- **- психологического микроклимата в семье.**

- **В первые 3-5 дней после родов из молочных желёз выделяется молозиво - очень ценный и полезный продукт для Вашего малыша.**
- **С 4-5-го дня по 14-й день начинает вырабатываться так называемое «переходное» молоко.**
- **С 3-й недели после родов устанавливается секреция постоянного «зрелого» молока.**

- **Важно знать, что полное становление лактации происходит к концу 1-го месяца.**
- **В конце 3-го месяца возможен лактационный криз - резкое снижение количества молока, что связано с уменьшением выработки гормона пролактина, влияющего на выработку молока.**

Какие факторы оказывают стимулирующее влияние на лактацию?

- - **Более частое прикладывание ребёнка к груди (до 10-12 раз в сутки);**
- - **Кормление из обеих грудей;**
- - **Рациональное питание;**
- - **Приём поливитаминовых комплексов для кормящих женщин;**
- - **Достаточный питьевой режим;**

- 
- 
- - ***Психологический комфорт в семье;***
 - - ***Регулярные прогулки на свежем воздухе;***
 - - ***Полноценный отдых (не менее 8 часов ночью и 1-2 часа днем);***
 - - ***Использование средств для стимуляции лактации.***

Оценить достаточность лактации Вы можете по следующим признакам:

- - *Ваш малыш хорошо прибавляет в весе;*
- - *Стул - кашицеобразный, желтого цвета, однородный, в первый месяц - после каждого кормления, далее частота стула снижается до 1-3 раз в день к 3-4 месяцам;*
- - *Частота мочеиспускания - не менее 6 раз в сутки. Моча бесцветная , без запаха.*

Основные принципы успешного грудного вскармливания:

- - *Прикладывать ребёнка к груди следует в первые 30 минут после родов,*
- - *Необходим тесный контакт между малышом и матерью, совместное пребывание матери и новорожденного в палате,*
- - *Ваша уверенность и настрой на грудное вскармливание,*

- - **Прикладывать ребёнка к груди следует по его требованию,**
- - **Новорожденным, находящимся на грудном вскармливании, не рекомендуется предлагать соски, дополнительное питье из бутылочки. Докармливайте малыша сцеженным молоком с ложечки,**
- - **Правильное положение ребёнка у груди.**

Признаки неправильного кормления.

- - **Мать и ребёнок не смотрят друг на друга,**
- - **мать не гладит ребёнка , не разговаривает с ним,**
- - **женщина сидит в неудобной позе: плечи напряжены, она наклоняется над младенцем,**
- - **тело ребёнка не прижато к матери, шея повернута,**

- - подбородок ребёнка не касается груди матери,
- - рот ребёнка полуоткрыт, губы вытянуты,
- - нижняя губа не вывернута наружу, язык не виден,
- - ребёнок захватывает при сосании только сосок, ареола почти вся видна,

- - *щёки малыша напряжены и втянуты,*
- - *ребёнок беспокоен, плачет,*
- - *слышно чмоканье, быстрое сосание,*
- - *у матери отмечается покраснение кожи соска, трещины,*
- - *после кормления молоко остаётся в груди,*

- **Таким образом , при неправильном прикладывании ребёнка к груди, мать испытывает боль при кормлении, появляются трещины, болезненное нагрубание молочных желёз, мастит.**
- **Ребёнок беспокоен, он не получает достаточного количества молока и плохо прибавляет в весе.**

Уход за грудью при кормлении:

- **Соблюдение правил личной гигиены;**
- **Ношение хлопчатобумажного белья;**
- **Обработка сосков специальными мазями, которые не нужно смывать перед кормлением;**
- **Применение специальных защитных накладок и впитывающих прокладок;**
- **Массаж молочных желёз и специальную гимнастику для них.**

- *Пока Ваш малыш полностью зависит от Вас. Вместе с грудным молоком Вы даёте ему всё нужное для того, чтобы он рос здоровым, развитым, активным человеком.*
- *Во время кормления мама и младенец находятся в теснейшем контакте. Это - не сиюминутная близость, а основа Ваших будущих отношений с ребёнком.*



■ **СПАСИБО**

■ **ЗА ВНИМАНИЕ**