



В течение всей беременности молочные железы готовятся к своей послеродовой функции - кормлению. Грудь увеличивается и тяжелеет, поэтому необходимо носить удобный бюстгальтер, который поддерживает, но никак не стесняет грудь. Наиболее удобен бюстгальтер, позволяющий обнажить одну сторону груди, - женщина сможет пользоваться им и после родов при кормлении. Бюстгальтеры время от времени надо менять в зависимости от изменений размера груди. Правильно подобранный бюстгальтер - гарантия того, что грудь впоследствии не отвиснет. При каждом обмывании груди ее надо как следует намылить, вымыть и вытереть жестким полотенцем. Женщины с опытом говорят, что легче три раза родить, чем кормить с трещинами на сосках. Если соски здоровые и крепкие, кормление доставляет удовольствие обоим и матери, и ребенку. Поэтому их необходимо подготовить к будущему кормлению.

Если на сосках появляются трещины, они не только причиняют боль, но через них в молочные протоки попадает инфекция, вызывающая воспаление и высокую температуру, так, что в некоторых случаях требуется операция.

После обмывания надо заняться сосками. У некоторых женщин они достаточно крепкие сами по себе, у других - нежные. В конце третьего месяца беременности при надавливании из груди выделяется несколько капель молозива. Если оно остается на соске, может образоваться корочка, раздражающая кожу. При обмывании корочку надо удалить, затем одной рукой обхватить грудь, и как следует растереть сосок полотенцем в разных направлениях. Через 2 месяца мягкое полотенце можно заменить жестким махровым. К концу беременности соски можно укреплять также не очень жесткой щеткой. Так как при укрепляющих процедурах соски сохнут, полезно каждый раз смазывать их ланолиновым кремом. Ни в коем случае нельзя протирать соски спиртом.

Плоские или втянутые соски

Плоские или втянутые соски встречаются очень редко и не являются препятствием к грудному вскармливанию. Если соски плоские, им надо уделить особое внимание. После обмывания надо захватить сосок чисто вымытыми пальцами с подстриженными ногтями (большим, указательным и средним) и осторожно оттянуть его, затем отпустить и повторить еще раз. Либо одной рукой поддерживать грудь, а другой рукой - большим и безымянным пальцами захватывать сосок и с некоторой осторожностью, но достаточно сильно прокручивать между пальцами до 20-30 секунд. Прием можно повторять несколько раз в течение дня.

Для формирования адекватной реакции сосков и некоторого их вытяжения женщине дважды в день в течение последнего триместра беременности рекомендуется делать простое упражнение - ритмичное сжатие основания соска между двумя большими пальцами рук сначала в горизонтальной плоскости, затем в вертикальной. Упражнение выполняется в течение нескольких минут.

Начиная с 7-го месяца беременности после консультации с врачом-акушером можно использовать формирователи сосков, которые вкладываются в чашечку бюстгалтера. Накладки-формирователи сосков рекомендуется носить с 32 недели беременности.

Если ребенок после родов отказывается или не может взять грудь, сцеживайте грудь и докармливайте этим молоком ребенка. Используйте при этом один из альтернативных методов кормления (кормление из чашечки или с ложечки сцеженным предварительно молоком, кормление с помощью дополнительной системы кормления Medela SNS) параллельно с формирователями сосков. Через 2-4 недели соски обычно увеличиваются настолько, что это позволяет прикладывать ребенка непосредственно к груди и отказаться от различных приспособлений.

Если это вам не помогло, используйте накладки для кормления. Выберите правильный размер S или L.

Чтобы в последующем отучить ребенка от наклейки следует: быстро ее снять в момент активного сосания ребенка и быстро приложить его к соску вновь; понемногу обрезать сосок наклейки до тех пор, пока ребенок не дойдет до соска груди.

Автор: Administrator
08.08.2008 11:13 -

Сотрудники кафедры детских болезней N3 с курсами эндокринологии и гомеопатии
ФУВ Российского Государственного медицинского университета Л.И. Ильенко и А.Ю.
Костенко.

Статья из книги "Книга для родителей о естественном вскармливании и правилах ухода
за новорожденными".