



### **Как держать ребенка:**

Голова и туловище ребенка находятся на одной прямой линии.

Лицо ребенка обращено к груди матери, нос - напротив соска.

Туловище ребенка близко прижато к телу матери.

Если ребенок новорожденный, мать поддерживает все тело ребенка снизу, а не только его плечи и голову.

### **Как поддерживать грудь:**

Пальцами снизу возле стенки грудной клетки.

Поддерживая грудь указательным пальцем.

Большой палец находится сверху груди.

Пальцы не должны находиться близко к соску.

### **Как помочь ребенку хорошо приладиться к груди:**

Коснуться соском губ ребенка.

Подождать, пока ребенок широко откроет рот.

Быстро придвинуть ребенка к груди, направив его нижнюю губу ниже соска.

### **Техника кормления:**

Рот ребенка широко открыт и губы оттянуты назад.

Сосок находится глубоко во рту ребенка, при этом кончик в самой глубине рта малыша.

Губы и десны ребенка прижаты к области вокруг соска (ареоле).

Нижняя губа прикладывается несколько дальше от основания соска, чем верхняя губа.

Язык находится ниже области ареолы, закрывая нижнюю десну и губу.

Ребенок должен взять не только сосок, но и околососковый кружок, больше снизу, чем сверху.

### Типичные ошибки:

Ребенок сосет или "жуёт" только сосок.

Язык работает на кончике соска.

Губы и десны надавливают на сосок вместо ареолы.

Губы всасываются внутрь.

Ребенок, сосущий только сосок, не получает достаточного количества молока. В результате этого он остается голодным и становится беспокойным, и даже может отказаться от груди. Неправильное сосание может привести к нагрубанию молочных желез, трещинам и воспалению сосков.

Мать должна знать, что, если ребенок сосет правильно - у него нижняя губа вывернута наружу, при этом хорошо видны движения мышц в области прикрепления их к челюстным костям около ушей, а не в области щек. В этом случае нагрузка на поверхность соска минимальна, т. к. ребенок захватывает ртом не только сосок, но и ареолу и участок груди, расположенный ниже, куда входит млечный синус. Ребенок должен вытянуть грудь по форме соски, что значительно длиннее, чем сам сосок. Сосок составляет лишь треть "соски". Иногда в момент, когда ребенок только что бросил сосать грудь, можно увидеть, как вытянулась грудь.

В некоторых случаях, обычно на 3-4 день, когда молоко начинает интенсивно вырабатываться, может наблюдаться нагрубание молочных желез, грудь становится твердой, иногда болезненной. Ребенок не всегда может взять такую грудь. В этом случае рекомендуется перед прикладыванием малыша сцедить часть молока, чтобы грудь стала мягче, и он смог бы правильно захватить ее.

Если ребенок насытился, он прекращает сосать и сам отпускает грудь. Он либо сыт,

либо готов сосать другую грудь. Бывает, что ребенок засыпает, как только отпускает грудь.

Нет нужды прерывать кормление через определенный промежуток времени или отнимать у ребенка грудь. Дело в том, что одни дети ленивые "сосуны", а другие наоборот. Предоставьте ребенку возможность самому решать, когда прекращать кормление.

### Причины неправильного прикладывания к груди

Использование питания из бутылочки:

До начала грудного вскармливания

При последующих дополнениях к питанию

Неопытная мать:

Первый ребенок

Преыдуший ребенок вскармливался из бутылочки Функциональные затруднения:

Маловесный или больной ребенок

Плохая проходимость млечных протоков

Нагрубание груди

Позднее начало кормления

Отсутствие надлежащей поддержки:

Недостающая традиционная помощь и поддержка

Врачи, акушерки и медицинские сестры не обладают достаточными навыками

### Частота прикладываний ребенка к груди

Прикладывание ребенка к груди должно осуществляться уже с первого дня по любому знаку голода или дискомфорта со стороны ребенка. Частота прикладывания к груди определяется потребностью малыша. Знаками голода могут быть активные сосательные движения губ или вращательные движения головки с различными звуковыми знаками еще до крика. Организованное таким образом грудное вскармливание называют свободным вскармливанием или кормлением по требованию.

Наибольшую сложность в такой системе вскармливания представляет правильная трактовка матерью крика ребенка. Даже в первые недели жизни причинами крика могут быть и боль, и неудобное положение, и раздражение от мокрой пеленки, и требование общения. В любом случае крик представляет собой призыв к материнскому вниманию, и мать быстро научится понимать его смысл. Опасность ошибки - лишнего прикладывания к груди - не несет для ребенка ничего плохого, он получит еще одно подтверждение материнской любви и участия. Для женщины такой режим, безусловно, более утомителен, но она должна понимать, что он является временным, а выигрыш - исключительно значим. Прикладывание ребенка к груди по требованию обеспечивает надежное формирование лактации и полноценное пищевое обеспечение на длительный срок.

В первые дни жизни новорожденные питаются очень нерегулярно. В первый и второй день они могут потребовать грудь всего несколько раз, а в последующие дни сосать очень часто - частота прикладываний может составлять 12-20 раз и более в сутки. При этом возможны интервалы между кормлениями от 15 минут до 3-4 часов. По мере увеличения продукции молозива и молока, а также лучшего приспособления ребенка к кормлению частота прикладываний может уменьшиться у одних детей значительно, у других - менее. Переход от неопределенного режима вскармливания до относительно регулярного занимает от 10-15 суток до 1 месяца.

Принуждение ребенка сосать грудь по режиму в определенное время препятствует нормальному грудному вскармливанию. Частое, ничем не ограниченное кормление грудью сразу же после родов стимулирует выработку пролактина и, следовательно, оптимальным образом стимулирует лактацию и способствует приходу молока. Это также помогает предотвратить нагрубание молочных желез и связанные с этим проблемы.

### **Преимущества кормления по требованию:**

Увеличивается количество грудного молока и усиливается молокоотдача

Ребенок быстрее набирает вес

Меньше проблем с нагрубанием молочных желез

Легче сформировать у ребенка навыки грудного вскармливания и тем самым обеспечить продолжительное кормление грудью.

Сотрудники кафедры детских болезней №3 с курсами эндокринологии и гомеопатии ФУВ Российского Государственного медицинского университета Л.И. Ильенко и А.Ю. Костенко.

Автор: Administrator

08.08.2008 11:06 - Обновлено 08.08.2008 11:07

---

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