

ПАМ'ЯТКА

Правильне прикладання дитини до грудей

Поза матері

Можна годувати дитину сидячи, лежачи або стоячи. У будь_якому випадку поза має бути зручною і не викликати напруження. У разі потреби можете скористатися подушками, щоб спертися на них, або змінити позу.

Положення дитини біля грудей:

- тримайте дитину так, щоб її животик був притиснутий до верхньої частини Вашого живота; нижня ручка дитини повинна обіймати грудну клітку матері знизу.

Якщо Ви годуєте дитину сидячи:

- голівка дитини повинна лежати на ліктьовому згині руки матері: позиція немовляти змінюється за рахунок зміни положення руки;
- обличчям дитина має бути повернута строго до груді, носик — навпроти соска /немовля не може добре захопити грудь, якщо змушене повертати голову/;
- голова і тулуб дитини повинні бути на одному рівні /немовля не може ефективно смоктати, якщо його голова зігнута чи викривлена, а ноги провисають/;
- притримуйте дитину за все тіло, а не тільки за плечі і голівку особливо це важливо, якщо дитина новонароджена або має низьку вагу/;
- стежте, щоб тіло дитини повністю лежало на подушці, столику, ліжку тощо, не примушуйте себе тримати дитину лише на руках.

Положення вільної руки матері

Якщо у Вас невеликі груди, — їх можна не підтримувати. Коли ж Ваші груди великі, то підтримувати їх слід так:

- вільна долоня повинна лежати на грудній клітці збоку під груддю — так, щоб вказівний палець став опорою для основи груді;

- • великим пальцем можете злегка натискати на верхівку груді: це покращить форму груді, і немовляті буде легше її захопити; **не можна натискати пальцями на грудь поблизу ареоли** /як це помилково роблять, щоб відвести тканини молочної залози від носика дитини/, оскільки так перетискаються молочні протоки, що перешкоджає припливу молока до молочних синусів, які розміщені в ділянці ареоли;
- • притримуйте молочну залозу так, щоб це не перешкоджало годуванню дитини.

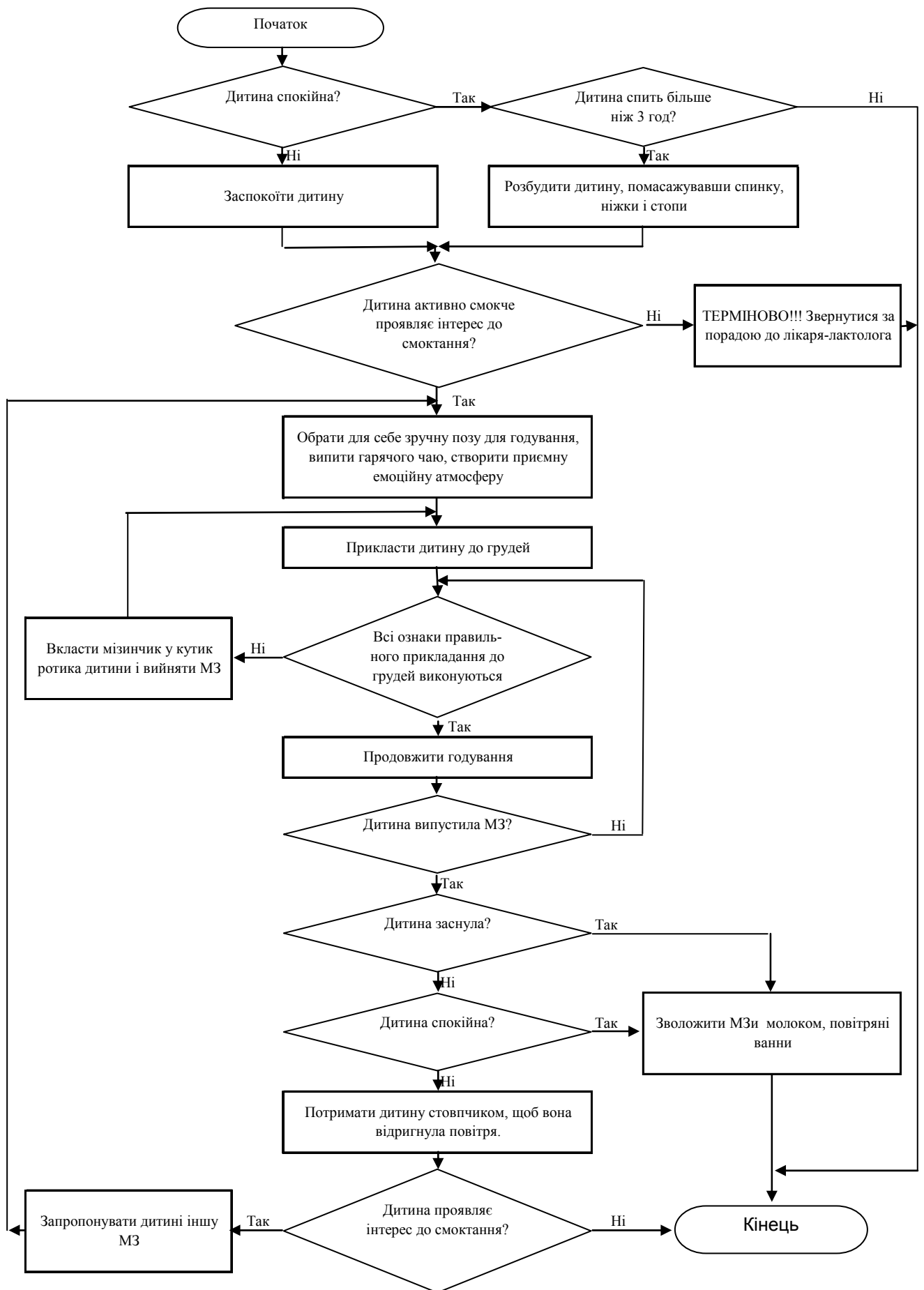
Як прикладати немовля до груді:

- 1/ доторкніться соском до губ дитини, почекайте, щоб вона сама широко відкрила ротик, а потім прикладіть її до груді;
- 2/ простежте, щоб дитина захопила разом із соском більшу частину ареоли.

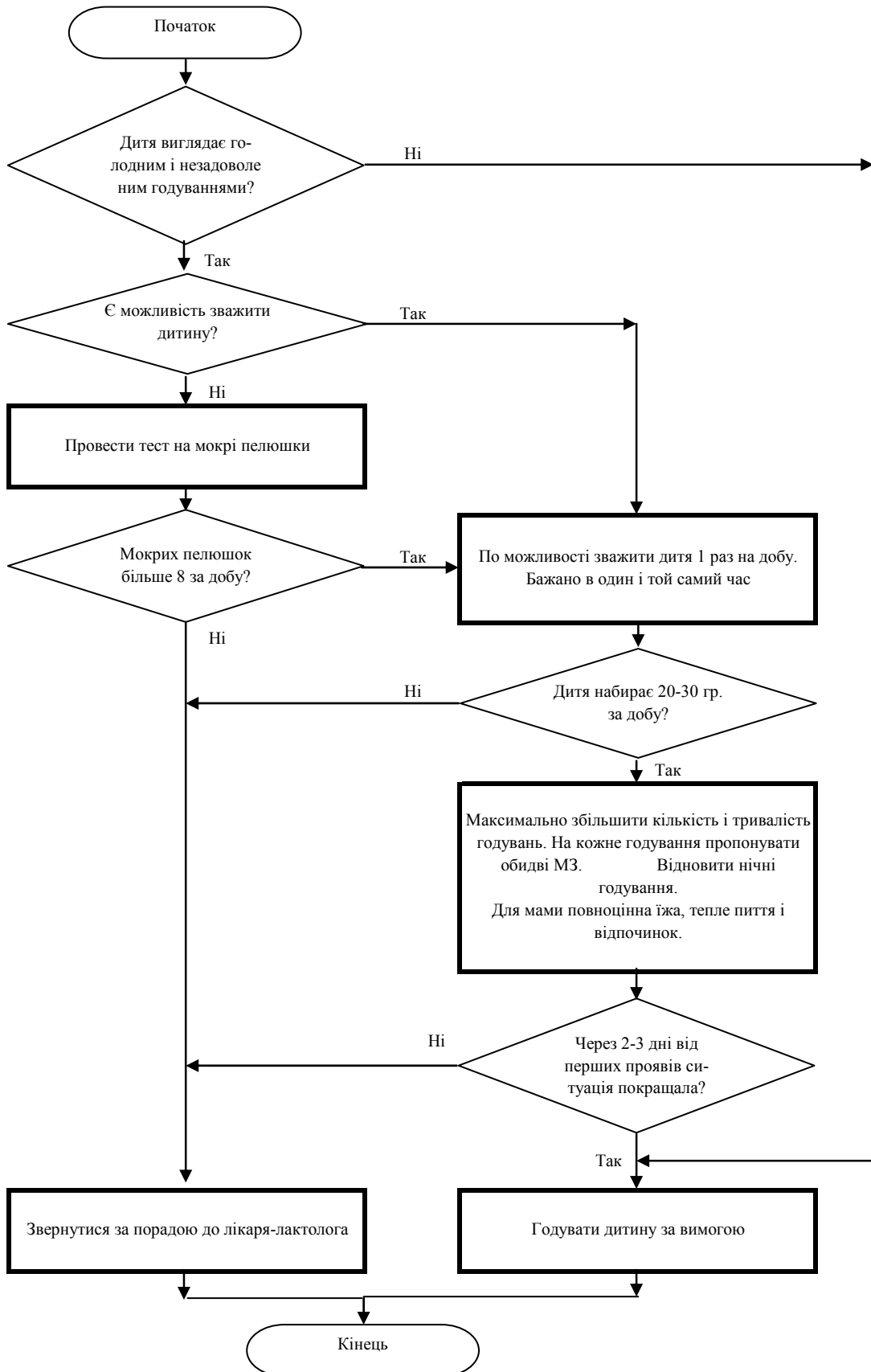
Ознаки правильного прикладання:

- • підборіддям і носиком немовля торкається до груді /диханню це не перешкоджає/;
- • ротик дитини широко розкритий;
- • губи немовляти вивернуті /особливо нижня/;
- • щічки дитини круглі або ніби розпливаються по материній груді;
- • більша частина ареоли, особливо нижня її частина, має бути в ротіку немовляти;
- • дитина смокче повільно і чути, як вона ковтає молоко;
- • видно як рухаються жувальні м'язи дитини /вони розміщені в ділянці нижньої щелепи ближче до вух/ коли вона смокче грудь та чути характерні звуки під час смоктання і ковтання молока;
- • процес годування є безболісним для матері.

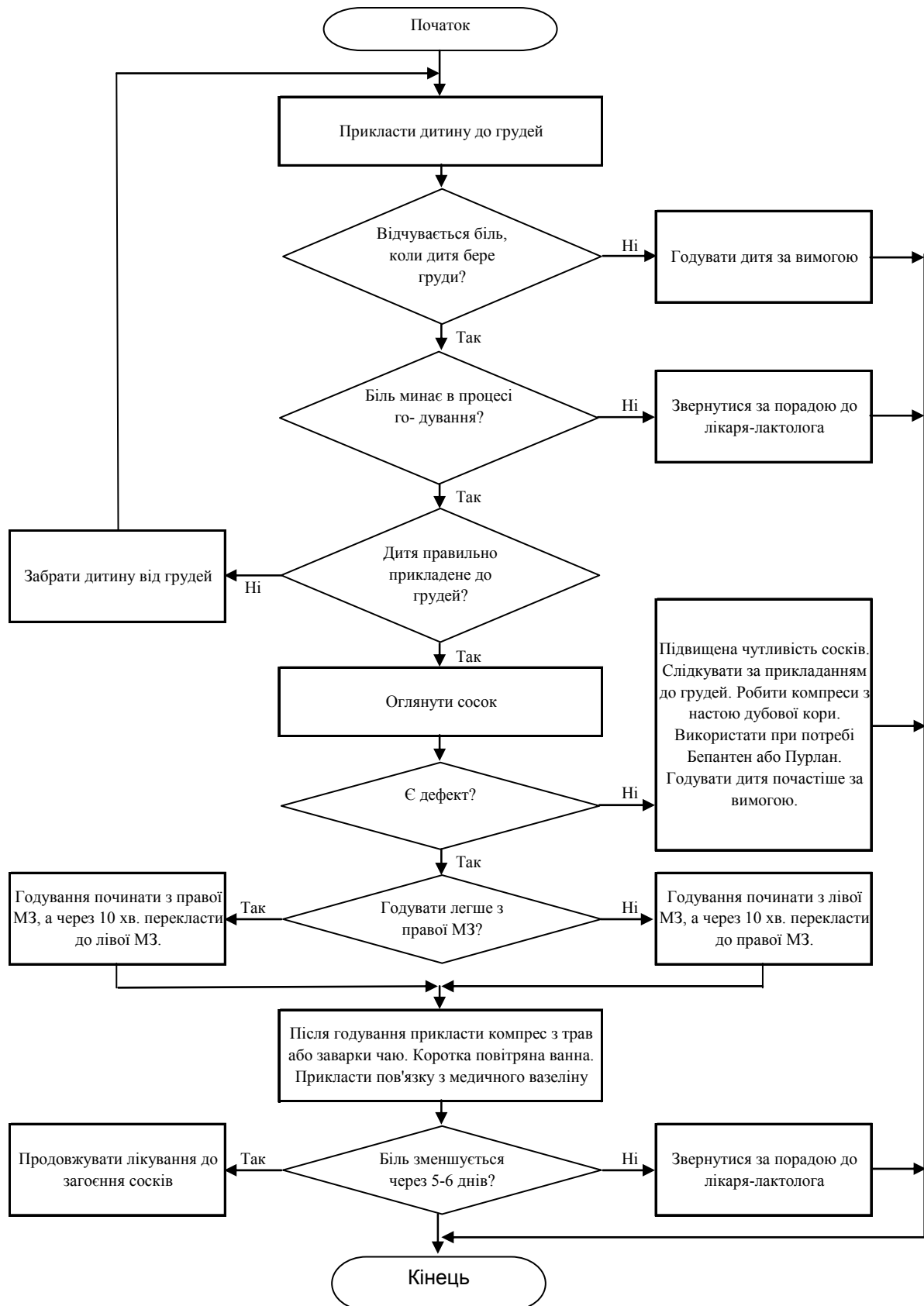
Прикладання дитини до грудей



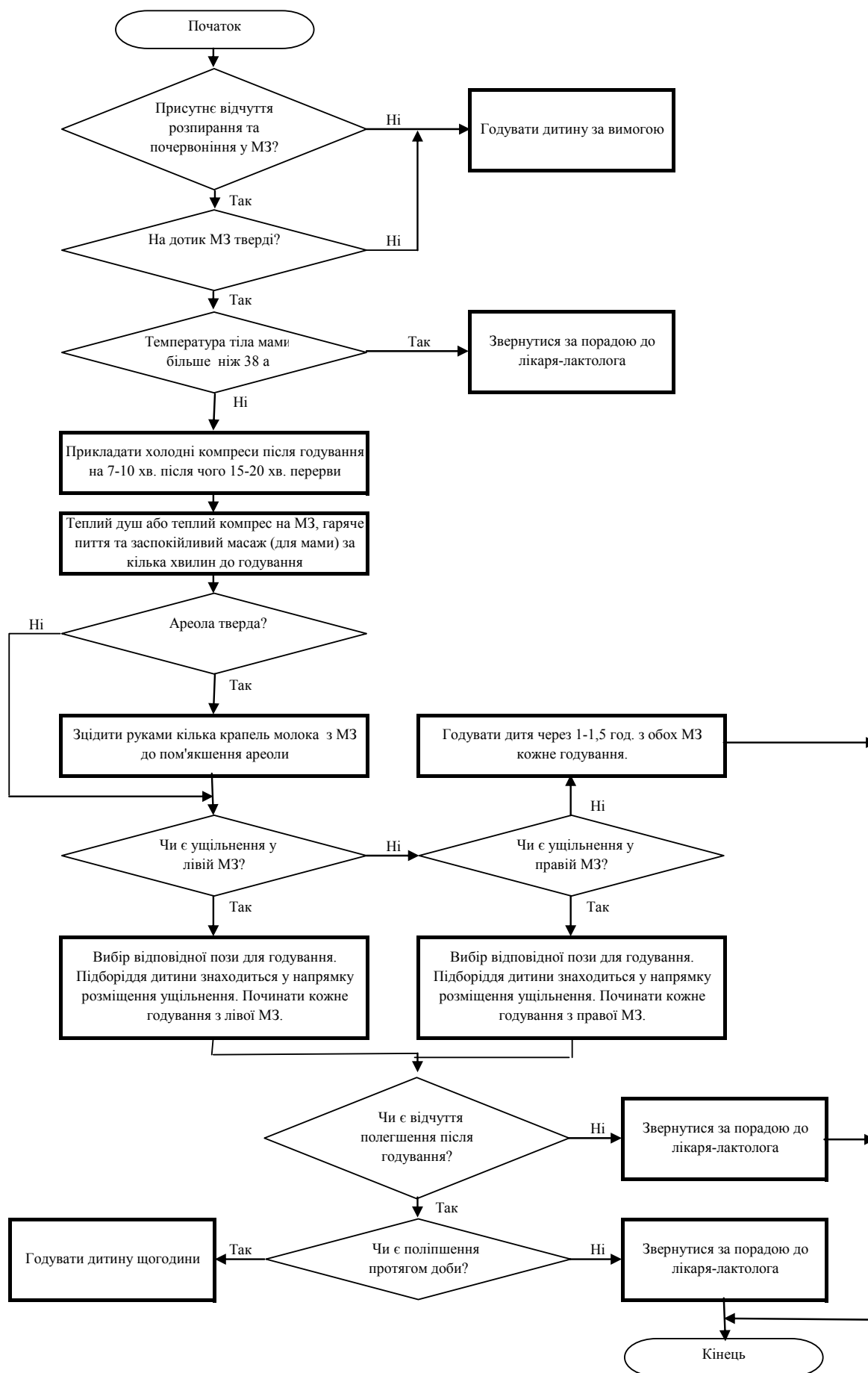
Молочний криз, нестача молока



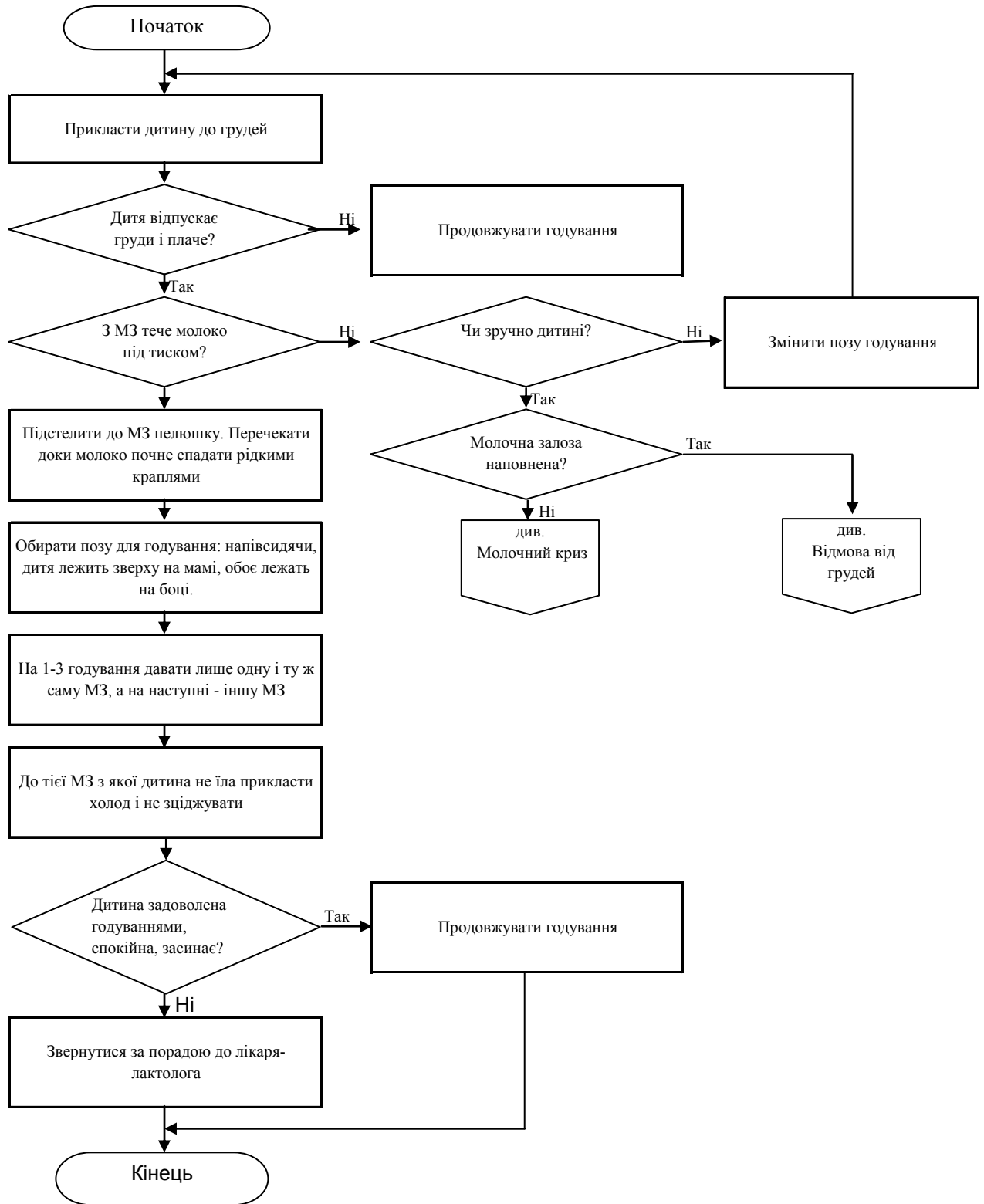
Тріщини сосків



Набрякання грудей після пологів, застій молока.



Надто швидке витікання молока



Відмова дитини від грудей

