

Грудное вскармливание

Грудное молоко – лучшее, что создано природой для роста и гармоничного развития ребенка. Оно является идеальным питанием для новорожденных детей. Грудное молоко содержит все необходимые питательные вещества, витамины, микроэлементы и полностью обеспечивает потребности детского организма в пищевых компонентах в первые 6 месяцев жизни.

Преимущества грудного вскармливания

Грудное молоко представляет собой незаменимый продукт, предназначенный самой природой для вскармливания детей первого года жизни. Оно имеет значительные преимущества перед искусственными смесями для ребенка.

Важнейшие свойства грудного молока, определяющие его незаменимость для вскармливания младенца:

- оптимальный и сбалансированный уровень питательных веществ, витаминов, микроэлементов в грудном молоке, обеспечивающих потребности детского организма в пищевых компонентах в первые 6 месяцев жизни;
- высокая усвояемость организмом ребенка;
- оптимальная для усвоения температура молока;
- благоприятное влияние на микрофлору кишечника;
- обладает широким спектром биологически активных веществ и защитных факторов, защищающих ребенка от различных инфекций и аллергических реакций;
- грудное вскармливание обеспечивает гармоничное развитие ребенка, улучшаются показатели его физического, психического и умственного развития;
- сосание груди – это один из способов общения с мамой.



Влияние грудного вскармливания на здоровье женщины

Раннее начало грудного вскармливания, сразу после рождения ребенка, способствует:

- ускорению сокращения матки за счет выделения окситоцина;
- быстрому снижению массы тела;
- снижению риска развития рака молочной железы и яичников;
- улучшению психоэмоционального состояния матери;
- становлению прочной духовной связи между матерью и ребенком, остающейся на всю жизнь.

Грудное вскармливание – это первые уроки любви и доверия между мамой и малышом!

Правила успешного грудного вскармливания

Правила успешного грудного вскармливания,
которые помогут мамам наладить процесс кормления.

1 КОРМЛЕНИЕ РЕБЕНКА «ПО ТРЕБОВАНИЮ».

В первые недели жизни новорожденного необходимо прикладывать к груди каждые 1,5 – 2 часа днем и через 3 – 4 часа ночью. В дальнейшем, при установившейся лактации, мать и ребенок выбирают комфортное для них «расписание»:

- дневные кормления осуществляются, как правило, через 2,5 – 3,5 часа;
- ночной интервал может увеличиваться.

2 СОХРАНЕНИЕ НОЧНЫХ КОРМЛЕНИЙ.

Именно в ночное время вырабатывается гормон пролактин, отвечающий за лактацию. Ночные кормления позволяют сохранить и продлить лактацию намного дольше.

3 ПОЛНОЕ ОПОРОЖНЕНИЕ ГРУДИ.

Если ребенок перестал сосать, но не выпускает грудь, значит, молоко продолжает поступать и он просто отдыхает. Переключать к другой груди следует после того, как первая будет полностью опустошена.

4 ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ КОРМЛЕНИЯ РЕГУЛИРУЕТ РЕБЕНОК.

Кормление должно продолжаться до тех пор, пока малыш не насытится и сам не отпустит грудь матери. Не следует отрывать ребенка от груди раньше, чем он отпустит сосок.

5 ИСКЛЮЧИТЬ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЕ СЦЕЖИВАНИЕ МОЛОКА ПОСЛЕ КАЖДОГО КОРМЛЕНИЯ.

Сцеживание необходимо в случае вынужденного разлучения матери (выход женщины на работу/учебу), кормление близнецов (при невозможности одновременного кормления из груди), наличие трещин сосков или возникновения проблем с кормлением: врожденные пороки развития челюстно-лицевого аппарата у ребенка, болезни ребенка, связанные с нарушением аминокислотного обмена (фенилкетонурия, тирозинемия, болезнь кленового сиропа и другие).

6 НЕ ДОПАИВАТЬ.

Допаивать грудничка рекомендовано только при наличии показаний: лихорадка (повышение температуры тела более 38°C при измерении в подмышечной впадине), диарея, рвота, повышение температуры воздуха в помещении (более 26°C). В этих ситуациях ребенку предлагается вода из ложки: если он начал охотно пить, значит, нуждается в ней.

7 ОТКАЗАТЬСЯ ОТ БУТЫЛОЧЕК И ПУСТЫШЕК.

Молоко из бутылочки достается ребенку легче чем грудное, а при сосании груди, чтобы добыть молоко необходимо постараться. Познакомившись с бутылочкой, дети могут отказываться от груди, чтобы получить более «легкое» молоко. При использовании пустышки мама реже прикладывает его к груди, уменьшается число кормлений, что может привести к снижению лактации.

8 ОТКАЗАТЬСЯ ОТ МЫТЬЯ ГРУДИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЫЛА ПЕРЕД КАЖДЫМ КОРМЛЕНИЕМ И ПОСЛЕ НЕГО.

Необходимо отказаться от частого мытья груди, особенно с мылом. Это смывает защитный жировой слой и может привести к появлению трещин и повреждений соска. Достаточно ежедневного приема душа или ванны.



При соблюдении этих рекомендаций, кормление грудью станет как для женщины, так и для ребенка приятным событием, доставит удовольствие и будет способствовать росту здорового малыша.

Грудное вскармливание и COVID-19

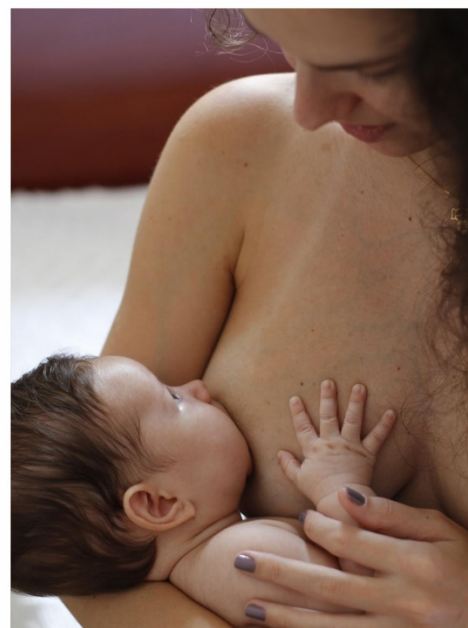
Грудное молоко – лучшее, что создано природой для роста и гармоничного развития ребенка. Оно является идеальным питанием для новорожденных детей. Грудное молоко содержит все необходимые питательные вещества, витамины, микроэлементы и полностью обеспечивает потребности детского организма в пищевых компонентах в первые 6 месяцев жизни.

Преимущества грудного вскармливания

Грудное молоко представляет собой незаменимый продукт, предназначенный самой природой для вскармливания детей первого года жизни. Оно имеет значительные преимущества перед искусственными смесями для ребенка.

К числу важнейших достоинств грудного вскармливания относятся:

- оптимальный и сбалансированный уровень пищевых веществ в грудном молоке;
- высокая усвояемость организмом ребенка;
- наличие в молоке широкого спектра биологически активных веществ и защитных факторов, которые защищают ребенка от различных микробных, вирусных инфекций и аллергических реакций (ферментов, гормонов, иммуноглобулинов и др.);
- благоприятное влияние на микрофлору кишечника;
- грудное вскармливание обеспечивает гармоничное развитие ребенка: улучшаются показатели его физического, психического и умственного развития;
- кормление материнским молоком способствует эмоциональному и психическому здоровью ребенка, улучшает его память и интеллект, снимает стресс;
- экономия семейного бюджета, сокращая затраты на закупку молочных смесей и необходимых для искусственного вскармливания аксессуаров;
- грудное вскармливание практично: мамино молоко всегда под рукой, оптимальной температуры, гигиенично. Не надо тратить время и силы на приготовление смеси, бутылок, сосок.



В настоящее время все более пристальное внимание приковано к способности грудного молока становиться мощным барьером на пути вирусных и бактериальных инфекций, в том числе COVID-19.

На данный момент фактов передачи COVID-19 через грудное молоко или при грудном вскармливании не установлено. Для отказа от грудного вскармливания или его прекращения нет никаких оснований. Женщины с подозрением на COVID-19 или подтвержденной коронавирусной инфекцией могут кормить грудью, если они того хотят.

Несмотря на то, что грудное вскармливание и допустимо, мамам все же рекомендуют соблюдать меры предосторожности, т.к грудное молоко может быть инфицировано вирусом с кожи молочных желез и рук матери, также ребенок при контакте с больной матерью воздушно-капельным путем.

В этом случае им рекомендуется:

- часто мыть грудь и руки водой с мылом или использовать спиртосодержащий антисептик для рук в течение не менее 20 секунд, до и после прикосновения к ребенку;
- надевать медицинскую маску перед любым контактом с ребенком, в том числе во время кормления грудью;
- при чихании или кашле прикрывать лицо одноразовой салфеткой. Использованную салфетку следует немедленно выбросить и снова вымыть руки;
- регулярно мыть и дезинфицировать поверхности, до которых дотрагивается мать ребенка;
- при установленном COVID-19, при подозрении на COVID-19 или в случае других осложнений, которые являются препятствием для продолжения прямого грудного вскармливания, необходимо сцеживать молоко, чтобы безопасно обеспечить грудным молоком младенца;
- в случае назначения препаратов, несовместимых с ГВ – временный отказ от кормления грудным молоком;
- возобновление прямого кормления из груди после 2-х отрицательных анализов ПЦР.

Женщины, кормящие грудью, могут прививаться против COVID-19, когда у них пс является такая возможность.

Грудное вскармливание – это первые уроки любви и доверия между мамой и малышом!