

Грудное вскармливание

Как правильно кормить грудью

1. Займите удобное положение. Поднесите ребёнка к груди так, чтобы его голова и тело находились в одной плоскости. Ребёнок обращён лицом к груди, его носик-напротив соска
2. Можно поддерживать грудь снизу всей рукой или положить 4 пальца под грудь, а большой палец-сверху.
3. Коснитесь соском грудь ребёнка, когда ребёнок раскроет рот-позвольте взять грудь в рот (важно! подносите ребёнка к груди, а не грудь к ребёнку!)

△ Если ребёнок правильно приложен к груди:

- ◆ он захватывает ртом не только сосок, но и большую часть ареолы;
- ◆ подбородок ребёнка касается груди;
- ◆ его нижняя губа вывернута наружу;
- ◆ Вы не испытываете никаких неприятных ощущений в груди.

✓ Позы для кормления малыша

▲ Колыбелька

- ◆ малыш на руках, головка в локтевом сгибе, животик малыша повернут к Вам;
- ◆ другая ладонь поддерживает спинку малыша;
- ◆ важно: голова ребёнка на одной высоте с соском (в первое время локоть придётся поднимать достаточно высоко, в помощь-подушка);
- ◆ если Вам наложены швы и Вам нельзя сидеть, можете дать грудь малышу стоя или сидя на большом надувном круге.

▲ Лёжа на боку

- ◆ Вы и малыш лежите на боку, повернувшись друг к другу;
- ◆ головка малыша-в локтевом сгибе (ротик малыша-на уровне соска);
- ◆ верхняя рука подаёт грудь малышу.

▲ Из-под руки («захват футбольного мяча»)

△ Данная поза полезна в ситуациях:

- ⊘ после кесарева сечения (нет давления на живот);
- ⊘ если малыш предпочитает одну грудь другой;

☉: помогает улучшать захват груди, если у Вас плоские соски;

☉: если малыш гиперактивный и его сложно уложить в «колыбельку»

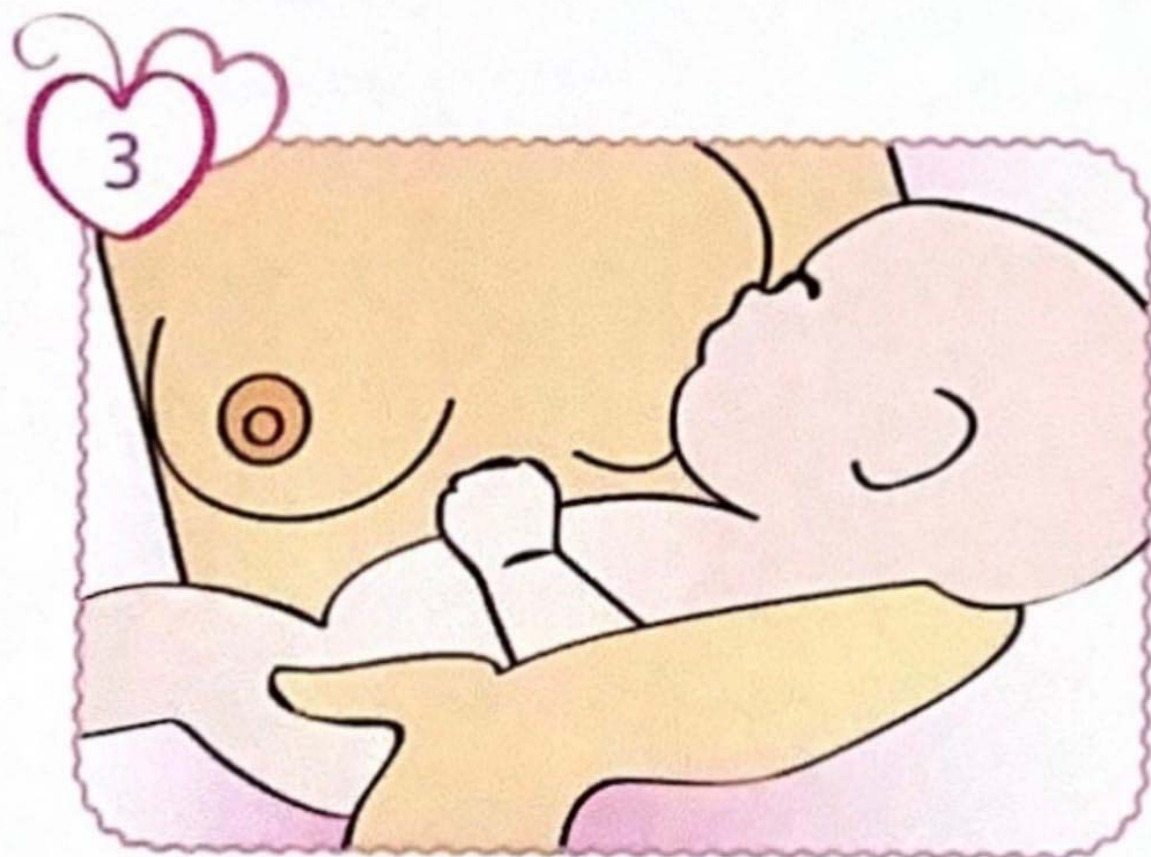
◆ малыш располагается сбоку от Вас, как бы выглядывая из подмышки

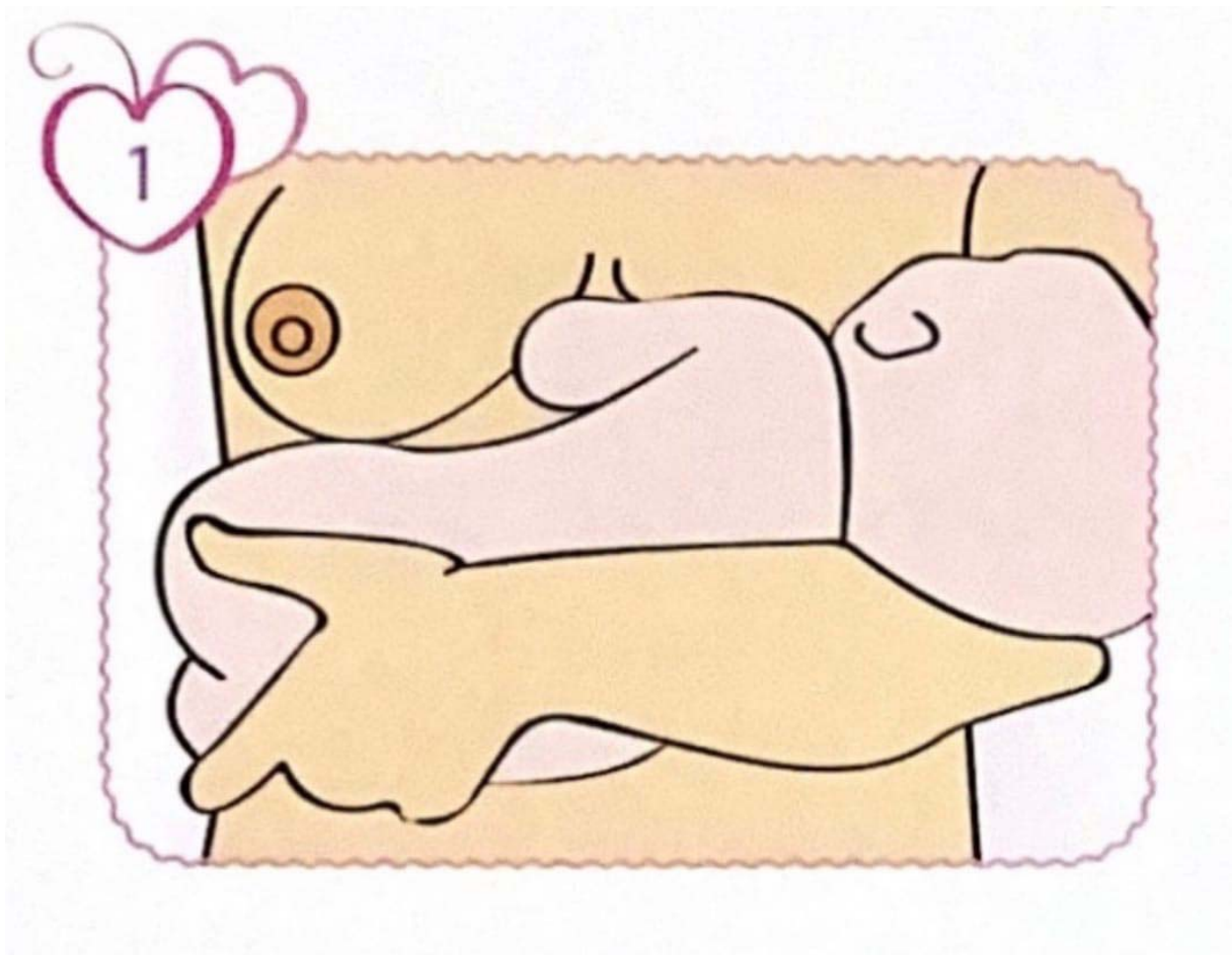
◆ Вы поддерживаете головку малыша в руке, ножки подвернуты под руку, прижаты в бёдрах и находятся за Вашей спиной;

◆ малыш повернут животиком к Вашему боку, ротик-на уровне соска.

«Уз-ног руки»







«Лёжа на боку»



«Колыбелька»



