

После нескольких десятков лет экспериментирования с искусственным вскармливанием новорожденных доказано, что единственным правильным способом их питания в первые 4—6 месяцев жизни является исключительно кормление грудью (без дополнительного питья, докармливания искусственными смесями, дачи соков и пюре).

Давно известно, что грудное вскармливание является не имеющим себе равных способом обеспечения идеальным питанием грудных детей для их полноценного развития и роста и оказывает уникальное биологическое и эмоциональное воздействие на здоровье как матери, так и ребенка. Особая важность грудного вскармливания заключается в том, что женское молоко защищает еще неокрепший организм от различных инфекций, снижает аллергические проявления.

Младенцы, вскармливаемые исключительно грудным молоком, болеют в два с половиной раза реже, чем те, которые получают различные искусственные смеси. Риск смерти от кишечных инфекций (диареи) для младенцев в возрасте до пяти месяцев, не имеющих исключительно грудного вскармливания, в 25 раз выше, чем для тех, кто питается только грудным молоком.

Если новорожденный, вскармливаемый грудью, заболевает, то заболевание протекает легче и быстрее наступает выздоровление. Поэтому, даже в случае болезни ребенка, необходимо предпринять все, чтобы сохранить грудное вскармливание.

Частый и близкий контакт матери и ребенка, который имеет место во время кормления грудью, способствует сохранению связи между ними; матери, кормящие грудью, лучше понимают своих детей и чувствуют их потребности. Само кормление, если оно применяется правильно, действует успокаивающе на ребенка и мать, а выделяемые во время кормления гормоны превращают кормление в хорошее событие с прекрасным настроением.

Кормление грудью также способствует улучшению здоровья женщины. Женщины, которые кормят грудью, имеют гораздо меньший риск заболевания раком молочной железы, яичников и матки.

ТЫ ТОЖЕ МОЖЕШЬ КОРМИТЬ ГРУДЬЮ

Каждая женщина может кормить грудью; истинные причины уменьшения или отсутствия грудного молока (лактации) встречаются очень редко. В большинстве случаев снижение лактации связано с неправильным применением грудного вскармливания.

Одним из важных элементов удачного материнства и разумного применения кормления грудью является возможность тесного физического контакта женщины со своим ребенком во время кормления. Ребенок сразу же после появления на свет должен принадлежать своей матери.

Каждый контакт между матерью и ребенком помогает укрепить первоначальную связь мать — ребенок, стимулирует выделение грудного молока. После рождения новорожденного следует обтереть, высушить и положить на живот матери (кожа к коже). После нормальных родов у ребенка выражен сосательный рефлекс и он инстинктивно начинает поиск пищи. В течение 30 минут или более после родов ребенку необходимо дать сосать грудь.

Важно, чтобы первое кормление ребенка произошло из груди, а не из бутылочки. Новорожденный, привыкший сосать соску, не будет умело и правильно сосать грудь.

Правильная техника грудного вскармливания поможет избежать воспаления или растрескивания и нагрубания молочных желез. Грудное вскармливание гарантирует обеспечение потребностей ребенка.



**КОРМИТЬ ГРУДЬЮ —
ЗАБОТИТЬСЯ О СВОЕМ ЗДОРОВЬЕ
И ЗДОРОВЬЕ СВОЕГО РЕБЕНКА.**

Во время кормления грудью ребенок тесно прижат к телу матери. Прикладывается ребенок к груди, а не грудь к ребенку.

Правильное сосание является одним из важнейших факторов в профилактике или устранении всякого рода проблем. Правильное сосание:



1. Рот ребенка широко открыт и губы оттянуты назад;

2. Сосок находится глубоко во рту ребенка, при этом кончик в самой задней части рта;

3. Губы и десны у ребенка прижаты к области вокруг соска (ореолы);

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



При правильной технике кормления мать не должна чувствовать болезненность или потягивание соска. Кормление грудью не должно быть болезненным! Если при сосании чувствуется боль, значит ребенок взял грудь поверхностно, только сосок. В этом случае кормление следует прервать и повторить прикладывание к груди так, чтобы ребенок захватил сосок и часть ореолы. Хорошо подготовленная медсестра (акушерка) должна оказать всю необходимую помощь женщине, чтобы грудное кормление происходило правильно.

Кесарево сечение и другие послеродовые осложнения затрудняют раннее начало кормления. Первое прикладывание к груди следует произвести сразу, как только женщина придет в сознание после операции (это может быть и через 3—6 часов после рождения). В этих ситуациях помощь подготовленного персонала особенно важна.

Первое молоко-молозиво играет особую роль в питании и имеет профилакти-

ческое значение для новорожденного, поскольку в нем содержится большое количество белков и жирорастворимых витаминов, и оно обладает противоинфекционными свойствами. Новорожденный получает с молозивом первую иммунизацию. Важно, чтобы ребенок мог получить молозиво как можно раньше.

В обычных условиях естественных энергетических и водных запасов у новорожденного достаточно для его поддержания в течение первых нескольких дней жизни. Здоровому новорожденному не надо дополнительно ни воды, ни другого питания, частое сосание груди по требованию ребенка обеспечит все его потребности.

Частое и достаточное кормление может быть осуществлено, если мать и ребенок находятся вместе в одной палате. Необходимо использовать все возможности, чтобы мать и ребенок были рядом. Если же в роддоме (больнице) мать находится отдельно от ребенка, то она должна иметь свободный доступ к ребенку и возможность частого кормления. Медицинский персонал обязан четко выполнять принцип — НЕ ПОИТЬ И НЕ ДОКАРМЛИВАТЬ РЕБЕНКА ИЗ БУТЫЛОЧКИ!

Докармливание новорожденного или ребенка первых месяцев жизни после кормления грудью или допаивание водой являются главными причинами преждевременного (раннего) отнятия от груди. Искключительно грудное вскармливание должно быть нормой в первые 4—6 месяцев жизни ребенка.

Всем известно, что матери часто хватаются за бутылочку со смесью из-за страха не голодный ли ее ребенок, достаточно ли ему только грудного молока.



Каждая мать вырабатывает грудное молоко, удовлетворяющее потребности своего ребенка, а количество питания регулирует сам ребенок, если он сосет грудь столько и сколько он хочет.

Сосательный рефлекс ребенка выражен достаточно сильно сразу же после нормальных родов; ребенок с рождения умеет хорошо сосать. Предоставление новорожденному бутылочек с водой, настоями трав, растворами глюкозы или, хуже того, молочными смесями не только излишне с точки зрения поступления пищевых веществ, но и уменьшает сосательную способность ребенка. Дача пустышки с целью успокоения также уменьшает шансы ребенка иметь исключительное грудное вскармливание. Снижение сосательной активности ребенка приводит к уменьшению выработки молока у матери. Поэтому момент начала кормления ребенка из бутылки есть начало конца кормления грудью.



Ребенок должен быть приложен к груди каждый раз, когда он ощущает потребность в еде (и днем и ночью), и оставаться у груди так долго, как он этого желает.

Начало жизни ребенка — это период очень быстрого роста, когда вес нормального ребенка удваивается к четырехмесячному возрасту. Для детей, по крайней мере до 4—6 месячного возраста, грудное молоко является полной и прекрасно сбалансированной смесью всех требуемых питательных веществ. Хорошо развивающиеся дети, получающие только грудное молоко, сами регулируют количество отсасываемого молока.

Исключительно грудное вскармливание должно стать нормой для всех новорожденных до 4—6 месячного возраста. В редких случаях, когда необходимо дополнительное питание, пищу можно давать чайной ложкой, пипеткой или из небольшой чашки.

Матери должны знать, что в связи с физиологическими особенностями дети до 4-х месячного возраста не готовы к приему густой пищи.

**ГРУДНОЕ МОЛОКО ЯВЛЯЕТСЯ
ЕДИНСТВЕННОЙ ПОДХОДЯЩЕЙ
ПИЩЕЙ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА,
ВСТУПАЮЩЕГО В ЖИЗНЬ.**

