

ШКІДЛИВІ

ПОРАДИ ЩОДО ГРУДНОГО ВИГОДОВУВАННЯ

Запасіться пляшечками, пустушками це сприятиме вашій впевненості в успішному грудному вигодовуванні. Уважно читайте всю комерційну інформацію і купуйте дитині все, що рекламується. Комерційні компанії дбають тільки про вашу дитину, а не про свої прибутки.



Годуйте дитину тільки за суворим розкладом. Не зважайте на її голодні крики, поки не наступить призначений для годування час. Будь за що дотримуйтесь графіку годувань.

Годуйте дитину тільки за суворим розкладом. Не зважайте на її голодні крики, поки не наступить призначений для годування час. Будь за що дотримуйтесь графіку годувань.

Перед годуванням помийте груди з милом, Бажано антибактеріальним з сильним запахом.

Абсолютно не важливо, в якій позі ви будете годувати. Якщо вам незручно, або затікає спина чи шия, терпіть - ви мати.

Якщо вам сумно, під час годування почитайте книжку, подивіться телевізор.

Починаючи годувати, уважно слідкуйте за годинником. Через 15 хвилин припиняйте годувати і повертайте дитину в ліжечко.

Якщо дитина кричить, ні в якому разі не періть на руки - зіпсуєте!

Після годування знову помийте груди з милом. Для дезинфекції протріть соски спиртом.

Зцідіть залишки молока та вилийте.

Через три години повторіть годування.

Не годуйте дитину вночі! Нехай звикає спати. Якщо не спить, дайте їй води або пустушку.

Якщо виникли хоч якісь проблеми з грудним вигодовуванням, відразу біжіть до крамниці і купуйте найдорожчу суміш! Для дитини ми нічого не жаліємо.

РЕЗУЛЬТАТ:

Знервовані мати і дитина.
Передчасне припинення
грудного вигодовування.



КОРИСНІ

ПОРАДИ ЩОДО ГРУДНОГО ВИГОДОВУВАННЯ



Протягом вагітності відвідуйте «Школу відповідального батьківства» у жіночій консультації, де Вас навчать, як забезпечити успішне грудне вигодовування дитини. сцїжувати груди.

Протягом вагітності відвідуйте «Школу відповідального батьківства» у жіночій консультації, де Вас навчать, як забезпечити успішне грудне вигодовування дитини.

Годуйте дитину виключно грудним молоком до шести місяців. З введенням догодовування відповідного її віку, продовжуйте годувати грудьми упродовж першого і другого років життя.

Жодна молочна суміш не може замінити грудного молока, що б не писали на її упаковці.

Годуйте дитину, коли вона виявляє ознаки голоду. Не обмежуйте час годування.

Дозволяйте вашій дитині смоктати стільки, скільки вона хоче, і не віднімайте її від грудей до того часу, поки вона не наїсться досхочу.

Перед годуванням, обмийте груди теплою водою та промокинь м'яким рушником.

Для годування груддю влаштуйтеся зручно. Яке б положення ви не обрали, прослідкуйте щоб голівка та тіло дитини знаходились на одній лінії, підтримуйте все тільки дитинки низу. Годуючи. Ви не повинні відчувати болю та дискомфорту.

Під час годування займайтесь тільки дитиною. Це час не тільки годування, але і спілкування з дитиною, критично важливий для її здорового розвитку.

Немає потреби мити груди та соски перед кожним годуванням. Теплий душ вранці і ввечері є достатнім. Мило та дезінфікуючі засоби висушують ніжну шкіру грудей і підвищують ризик виникнення тріщин. Материнське молоко має прекрасні дезінфікуючі властивості. Після годування змастіть соски власним молоком.

Годуйте дитину вночі, це сприяє виробленню молока.

Не давайте дитині до двох років ніяких чаїв - ні зеленого, ні чорного, ні з трав. Не давайте дитині пустушок.

На початку годування дитина отримує значну кількість низькокалорійного, так званого «переднього» молока. Наприкінці ж, висмоктує висококалорійне «заднє» молоко, яке також багате на вітаміни. Бажано, щоб дитина отримувала достатньо саме цього «заднього» молока. Немає потреби після кожного годування сцїжувати груди.

Намагайтеся зберегти грудне вигодовування. Невеличкі проблеми з лактацією в певні періоди - абсолютно нормальне явище, з ними можна впоратись.

РЕЗУЛЬТАТ:

Щасливі, задоволені і здорові
мати та дитина. Успішне
грудне вигодовування.

