



***ПІДТРИМКА ГРУДНОГО
ВИГОДОВУВАННЯ
ПОРАДИ МАТЕРЯМ***



Здоровый ребёнок - счастье и благополучие семьи.

Каждая семья хочет вырастить своего ребёнка физически крепким, здоровым и умным. Грудное вскармливание является непревзойдённым средством обеспечения идеального питания для здорового развития младенцев, составляет уникальную биологическую и эмоциональную основу для здоровья матери и ребёнка.

Дорогие мамы!

Продолжите радость кормления Вашего малыша грудью. Пусть ребёнок получит больше тепла и доброты, чтобы вернуть её Вам и другим людям. Уважаемые женщины, дорогие мамы! Помните, вскармливание грудью является неопровержимым правом каждого малыша и природной обязанностью матери! Заботьтесь о здоровье ваших детей с первых часов рождения!

Желаем счастливого материнства!



Преимущества грудного вскармливания.



Грудное молоко:

Полноценное питание для малыша. Легко усваивается и полноценно используется. Защищает ребёнка от инфекций. Стоит дешевле искусственного питания

Кормление грудью:

Обеспечивает эмоциональный контакт матери и ребёнка. Помогает избежать новой беременности. Защищает здоровье матери.

Материнское молоко — пища для самых умных и здоровых!

Грудное молоко:

- *Уникально и содержит около 400 питательных веществ, отсутствующих в питательных смесях*
- *Обеспечивает хорошее физическое развитие малыша*

- *Лучшее молоко для развивающегося мозга*
- *Содержит оптимальные виды белков, участвующих в построении и росте каждой клеточки Вашего малыша.*
- *В каждой капле молока содержится несколько миллионов крошечных кровяных клеток-лейкоцитов, которые разрушают вредные бактерии в организме ребёнка и защищают его от болезней.*
- *Чистое, тёплое, всегда «под рукой».*

Ни одним из этих свойств не обладает даже самая хорошая искусственная смесь. Ничто не стоит так дёшево и не ценится так дорого, как молоко матери.



***Дарите малышу через
своё молоко заботу,
любовь, нежность,
здоровье,
талант и долголетие!!!***

Что такое оптимальное грудное вскармливание?



Начало кормления грудью в течение первого часа после рождения:

- *Ребёнок был частью матери в течение девяти месяцев. Само рождение - это момент отделения от матери, однако, немедленное кормление грудью может сделать этот процесс не столь резким, поможет установить эмоциональную связь между матерью и ребёнком.*
- *Ранние и частые кормления стимулируют приток молока матери.*
- *Новорожденный с помощью молозива получает первичную иммунизацию, т.к. в нём сконцентрированы антитела, защищающие его от болезней.*

Кормление ребенка по требованию (включая ночные кормления):

- *Желудок младенца маленький и каждый раз может вместить только ограниченное количество пищи. Маленький желудок требует частого наполнения.*
- *Младенца нужно прикладывать к груди 8-12 раз в течение суток, на 10-30 минут каждый раз.*
- *Частые кормления стимулируют больший приток молока!*

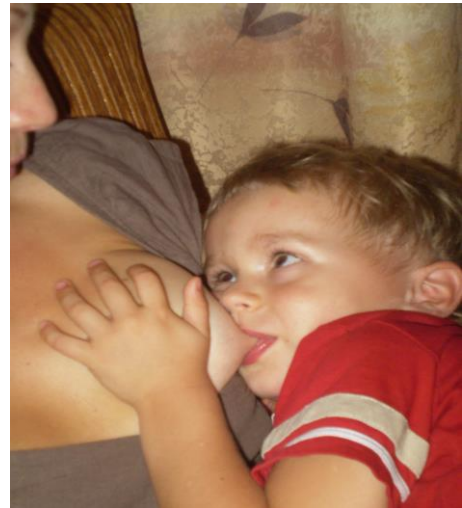
Кормление исключительно грудью до достижения ребенком 6 месячного возраста.

Никакого питания, включая воду не должно даваться новорожденному. Грудное молоко почти на 90% состоит из воды; если младенцу давать воду, он будет есть меньше, чем ему нужно, и не получит необходимых калорий и питательных веществ.

- *Грудное молоко идеально приспособлено для ребёнка. Оно намного легче и быстрее переваривается, чем другие продукты.*
- *Грудное молоко идеально адаптируется к потребностям питания ребёнка и изменяется в своём составе для их удовлетворения.*
- *Приблизительно к трем месяцам у ребёнка происходит резкое увеличение скорости роста. Он может плакать больше, ему может хотеться есть чаще. Это естественное и временное явление, и не означает, что младенцу недостаточно только лишь грудного молока. Более частые кормления способствуют увеличению притока молока у матери.*
- *К трём месяцам ребёнок будет сосать эффективнее и*

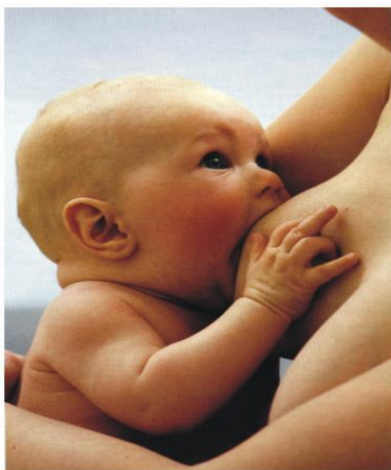
может заканчивать кормление раньше.

- *Если ребёнок мочится как минимум **шесть раз** в день, и у него **регулярные мягкие испражнения**, это свидетельствует о том, что ребёнок получает достаточное количество материнского молока.*
- *Кормление исключительно грудным молоком сокращает расходы семейного бюджета.*
- *Кормление исключительно грудным молоком в течение 6 месяцев при обязательном ночном кормлении обеспечивает для матери контрацептивный эффект, обеспечивая адекватные интервалы между рождением детей.*



***Продолжайте кормить грудью в течение
одного года и более!***

Правильное прикладывание



- *Ребёнок всем корпусом повёрнут к матери и прижат к ней.*
- *Лицо ребёнка находится близко от груди матери.*
- *Подбородок ребёнка прикасается к груди матери.*
- *Рот ребёнка широко открыт.*
- *Над верхней губой ребёнка виден большой участок ареолы, чем под нижней губой.*
- *Заметно, как ребёнок делает медленные, глубокие сосательные движения.*
- *Ребёнок расслаблен и доволен, в конце кормления наступает состояние удовлетворения.*
- *Мать не испытывает боли в области сосков.*
- *Слышно, как ребёнок глотает молоко.*

Окончание кормления.

Если ребенок насытился, он прекращает сосать и сам отпускает грудь. Он либо сыт, либо готов сосать другую грудь. Бывает, что ребёнок засыпает, как только отпускает грудь. Нет нужды прерывать кормление через определённый промежуток времени или отнимать у ребенка грудь. Дело в том, что одни дети - «ленивые сосуны», а другие - наоборот. Предоставьте ребёнку возможность самому решать, когда прекратить кормление. Давайте ребёнку полностью высасывать первую грудь, чтобы он смог получить достаточное количество «позднего молока». .

Раннее и позднее молоко.

***Раннее молоко** ребёнок высасывает в начале кормления. Это серое и водянистое молоко, богатое белками, лактозой, витаминами, минералами и водой.*

***Позднее молоко** ребёнок получает в конце кормления. Оно белее первой порции, т.к. содержит больше жиров, необходимых для правильного роста и являющихся источником энергии. Для роста и развития ребёнка требуется как «раннее» так и «позднее» молоко. Важно не отрывать медленно сосущего ребёнка от груди преждевременно, иначе он не дополучит «позднего» молока.*

Нет необходимости мыть соски перед каждым кормлением с мылом или другими дезсредствами. С кожи ареолы ребенок получает бифидо- и лактобактерии, которые предотвращают появление дисбактериоза и формируют защитный барьер в кишечнике. Кроме того, частое мытье приводит к удалению натуральных масел с кожи сосков и ареолы, кожа пересыхает, что

способствует образованию трещин. Достаточно мыть грудь с мылом один раз в день. После окончания кормления выдавите капельку молока, смажьте сосок и ореолу и дайте высохнуть на открытом воздухе.

Возможные проблемы.

Когда молоко начинает пребывать, грудь может стать горячей, тяжёлой и твёрдой. Чтобы грудь освобождалась от молока, необходимо часто кормить ребёнка. Если во время кормления полнота её не уменьшается, следует остатки молока сцеживать.

*Иногда, особенно если грудь в недостаточной степени освобождается от молока, может наступать **нагрубание**, сопровождающееся болью. Продолжайте частые кормления грудью!*

*Наиболее частая причина **трещин сосков** - неправильное прикладывание к груди. Ребёнок неправильно захватывает грудь и поэтому сосёт лишь сосок, повреждая его при этом.*

*Чтобы избежать появления трещин сосков, прикладывайте ребёнка к груди правильно, не мойте часто сосок и ореолу с мылом (достаточно одного раза в день), между кормлениями проводите солнечные и воздушные ванны для сосков, после каждого кормления **смазывайте сосок капелькой позднего молока**. Некоторые женщины считают свои соски «плоскими» или слишком короткими для кормления грудью. Однако длина соска не имеет значения. Ребёнок сосёт грудь, а не сосок! Воспринимайте сосок лишь как ориентир, показывающий ребёнку, в каком месте нужно брать грудь.*

У многих женщин через 1-1,5 месяцев после родов может

возникнуть, так называемый **лактационный криз** — кратковременное уменьшение объёма выделяемого молока, что сопровождается исчезновением ощущения «прилива» молока у матери. Чаще всего, лактационный криз - это физиологичное и временное явление, связанное с гормональными изменениями в организме женщины, и, при соблюдении правил грудного вскармливания, лактация **может быть полностью восстановлена в течение 1-3-х суток**. У некоторых женщин лактационный криз может возникнуть несколько раз. **Продолжайте активно кормить грудью!**

Изредка у некоторых женщин может возникнуть состояние, при котором молочными железами выделяется недостаточное количество молока— **гипогалактия**. В этом случае Вы нуждаетесь в совете специалиста по грудному вскармливанию.

Существуют немедикаментозные способы увеличения секреции молока:

1. Прикладывание к груди тёплой влажной салфетки перед началом кормления за 5-7 минут.
2. Приём за 15-30 минут до кормления стакана теплой калорийной жидкости (чай для лактации, чай черный, зеленый, напитки из трав, морс, узвар, сок).
3. Свежеприготовленный морковный сок - по ½ стакана, 2 раза в день.
4. Семена аниса залить кипятком, настаивать 1 час.

Принимать по 2 ст. ложки 3 раза в день.

Сцеживание грудного молока.

Существует ряд причин, при которых мамам необходимо сцеживать грудное молоко:

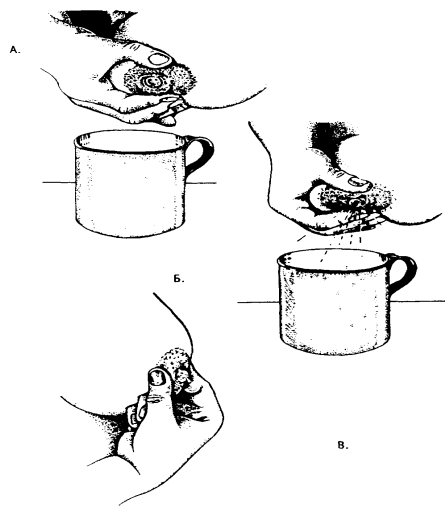
- *Для поддержки лактации при временной невозможности грудного вскармливания(работа, учеба или болезнь матери, болезнь ребенка)*
- *При кормлении детей с низкой массой тела.*
- *При нагрубании молочных желез, лактостазе для облегчения состояния женщины.*
- *При недостаточном освобождении молочных желез после окончания кормления, с целью предупреждения лактостаза.*
- *Для смазывания молоком сосков и ореолы после кормления, с целью предупреждения или лечения трещин сосков.*
- *Для стимуляции лактации при недостаточной секреции молока.*
- ***Не следует сцеживать молоко после каждого кормления, если Вы правильно кормите грудью, у вас после кормления мягкие молочные железы и достаточная лактация.***

*Для успешного сцеживания необходимо предварительно стимулировать **окситоциновый рефлекс**:*

- *Примите удобное положение, расслабьтесь!!!*
- *Приложите к молочной железе на несколько минут тёплую салфетку.*
- *За 15-30 мин примите теплое питье..*
- *Проведите мягкий, лёгкий массаж молочной*

железы, не травмируя при этом её, по направлению к соску.

Наиболее эффективный метод сцеживания - ручной:



- *Тщательно вымойте руки, подготовьте стерильную посуду для сцеживания.*
- *Расположите большой палец на ореоле **над** соском, а указательный палец на ореоле **под** соском, напротив большого.*
- *Нажимайте большим и указательным пальцем внутрь, в направлении грудной клетки.*
- *Далее нажмите на ореолу за соском, так, чтобы нажатие распространялось на млечный синус, расположенный под ореолой.*
- *Нажать и отпустить, нажать и отпустить.*

При этом Вы не должны ощущать боль.

Изменяйте положение пальцев вокруг ореолы по кругу.

Следует сцеживать грудь не менее 5 минут, после того как поток молока уменьшится, приступайте к сцеживанию другой груди.

Для сцеживания молока в достаточной степени требуется около 20-30 минут.

При необходимости кормить ребенка сцеженным молоком, следует пользоваться ложечкой или специальной

чаашкой.

Кормление соской приводит к нарушению природного сосательного рефлекса у малыша, «путанице сосков», что приводит к отказу от груди в дальнейшем.

Не применяйте средства, имитирующие грудь!!!



Почему ребёнку необходимо материнское молоко?

Грудное молоко обладает уникальными защитными свойствами.

Ребёнок, находящийся на грудном вскармливании реже болеет, заболевания протекают не так тяжело, значительно реже возникают осложнения. Грудное



молоко предупреждает возникновение аллергических реакций.

Посредством сосания ребёнок удовлетворяет не только пищевую потребность, но и сосательный рефлекс, формирующийся в утробе матери. Благодаря сосанию развивается челюстной аппарат, мышцы рта и языка. Обратите внимание, как сосредоточен ребёнок у груди, как поглощён он своей «работой». У детей на грудном вскармливании раньше формируются все системы организма, в том числе эндокринная и нервная, отмечается опережение в интеллектуальном и эмоциональном развитии.

В сравнительных исследованиях выявлено, что у детей на искусственном вскармливании заболеваемость кишечными инфекциями в 10 раз выше, чем у детей, находящихся на грудном вскармливании, общими инфекционными заболеваниями — в 4,3 раза, атопическим диатезом - в 4, анемией - в 3, рахитом - в 2 раза.

Грудное вскармливание оказывает благотворное влияние на здоровье человека не только в раннем возрасте, но и во всей последующей жизни.

У материнской груди ребенок чувствует себя в безопасности. Если мать радостно и охотно кормит своего малыша, это способствует формированию у него положительного отношения к миру и людям, к себе самому. Чувства, испытываемые матерью при кормлении ребенка грудью, передаются ему гормонально, через телесный контакт, сердцебиение, взгляд, интонацию голоса.

Первый близкий контакт ребенка с другим человеком - это контакт с матерью. И мать отвечает за то, чтобы он оставил радостное впечатление на всю жизнь. У груди матери развивается здоровая чувственность ребенка, прекрасное соединение физической и духовной общности матери и младенца, прильнувшего к ее груди.

РАЦІОНАЛЬНЕ ВИГОДОВУВАННЯ ТА ХАРЧУВАННЯ ДИТИНИ ВІКОМ ДО 3 РОКІВ



Вигодовування та харчування дитини віком 6-12 місяців Основні принципи здорового харчування дитини віком 1-3 роки

Материнське молоко - єдиний ідеальний продукт харчування для забезпечення гармонійного розвитку дитини перших 6 місяців життя.

Грудне вигодовування дитини необхідно починати протягом першої години після народження і продовжувати до 1 року, а при можливості і довше.

Вигодовування та харчування дитини віком 6-12 місяців

У віці 6 місяців грудне молоко залишається основним продуктом, для дитини, але виникає необхідність у розширенні раціону харчування дитини та введенні до нього додаткових продуктів - прикорму .

Прикорм – це продукти харчування, які вводяться в доповнення до грудного молока дитині першого року життя. Перед введенням прикорму потрібно впевнитись у готовності дитини до цього.

Ознаки готовності дитини до введення прикорму:

- тримає голову;
- сидить практично без підтримки (в стільчику для годування);
- відкриває рот, коли підносять ложку з їдою;
- відвертається від ложки з їдою, коли не голодна;
- закриває рот з ложкою в роті, тримає їжу в роті, а потім ковтає, а не виштовхує і не випльовує.

Правила введення прикорму

- 1) Введення прикорму має бути процесом введення рекомендованих продуктів харчування із поступовою зміною їх консистенції, смаку, запаху і зовнішнього вигляду, при одночасному продовженні грудного вигодовування.
- 2) Впевнитись, що дитина готова до введення прикорму.
- 3) Прикорм треба давати, коли дитина активна і голодна, краще під час сніданку або обіду разом з іншими членами сім'ї.
- 4) Прикорм дається після нетривалого годування грудьми.



- 5) Під час годування дитина повинна знаходитись у вертикальному положенні, в зручній позі на руках або на колінах у матері чи в спеціальному дитячому стільчику.
- 6) Прикорм необхідно давати з ложки.
- 7) Прикорм треба починати давати дитині, поклавши невелику кількість їжі на кінчик чайної ложки. Ложку тримати так, щоб дитина її бачила. Потім торкнутися ложкою до губ дитини, щоб частина продукту залишилася у неї на губах. І лише коли дитина відкриє рот, покласти ложку з їжею на середину язика, тоді дитина легко її проковтне.
- 8) Кожний продукт прикорму вводиться, починаючи з 1 чайної ложки і збільшуючи поступово, за 5-7 днів до повної **порції**.

- 9) Щоразу, після того, як дитина отримала прикорм, доцільно прикладати її до грудей. Це допоможе зберегти лактацію, а дитина почуватиме себе задоволеною.
- 10) У разі відмови дитини від прикорму, не треба годувати її примусово. Можна запропонувати інший продукт (іншого смаку та/або консистенції), або той самий, але в інший день.
- 11) Кожний наступний новий продукт прикорму має складатися з одного інгредієнту і даватися дитині впродовж не менше 5 днів, лише після цього можна давати змішаний прикорм із цих продуктів.
- 12) Прикорм повинен бути свіжо приготованим, мати ніжну гомогенну консистенцію та бути остудженим до температури тіла (36-37°C).
- 13) Для профілактики залізодефіцитної анемії з 6 місяців обов'язково вводяться продукти, які містять залізо (каші, промислового виробництва, збагачені залізом, м'ясо, печінка, яєчний жовток, риба, добре проварені бобові (квасоля, горох).
- 14) Не рекомендовано вживання ніяких видів чаю та кави дітям до 2 років, тому, що ці напої перешкоджають процесу всмоктування заліза.
- 15) Не слід давати цільне не розведене коров'яче або козяче молоко дітям до 9 місяців, а краще до 1 року (фактори розвитку анемії). Розведене коров'яче молоко можна використовувати для приготування страв прикорму.
- 16) В період введення прикорму не слід добавляти в продукти сіль, спеції.
- 17) У разі появи ознак поганої переносимості продукту прикорму (порушення функції системи травлення, алергічні реакції чи ін.) слід припинити введення даного продукту прикорму і ввести інший.

Продукти прикорму

Першим продуктом прикорму у 6 місяців, можуть бути каші (гречка, рис, кукурудза), овочеве або фруктове пюре. Частота введення цих продуктів 1-2 рази на день, з поступовим збільшенням об'єму порції.

Овочі та фрукти

Овочі доцільно вводити перед фруктами.

Можна давати дитині протерті свіжі овочі та фрукти. З часом можна буде давати дитині овочі та фрукти шматочками.

Соки та інші напої

- 1) Дитині достатньо рідини, яку вона отримує з грудним молоком. З 6 місяців деякі діти інколи можуть потребувати воду. Не можна давати дитині дистильовану, газовану та мінеральну воду.
- 2) Сік доцільно давати тоді, коли дитина вже отримує інші продукти прикорму, його слід давати у невеликій кількості (80-100 мл на добу), не потрібно розводити водою та добавляти цукор.

3) Починаючи з 6 місяців необхідно допомагати дитині вчитися пити з чашки.

Дитина віком до 8 місяців повинна отримувати прикорм 3 рази на день, у 9-11 місяців 4 рази на день. В 1 рік дитина повинна отримувати різноманітний прикорм з кожної групи продуктів, вміти пити з чашки.

Харчування дитини віком від 12 місяців до 3-х років

Діти віком старше року можуть вживати їжу, яку їдять дорослі із сімейного столу. Рекомендоване число годувань для дитини складає не менше 5-ти разів на день – три основних та два додаткових прийоми.

Основні принципи здорового харчування дитини віком 1-3 роки

- 1) Продовжувати грудне вигодовування на другому році життя.
- 2) Раціон харчування має бути різноманітним, щоденно повинен містити свіжі овочі та фрукти.
- 3) Рекомендовано нежирні сорти м'яса, риби, печінка, яйця.
- 4) Страви повинні бути м'якими, кашоподібної гомогенної консистенції у вигляді пюре, суфле, тефтельок, парових котлет, а фрукти та овочі дрібно порізані. З появою корінних зубів, їжа за консистенцією може бути такою, як у дорослих.
- 5) До 2-х річного віку в раціоні харчування дитини молоко та молочні продукти повинні бути звичайної жирності (3,2% або 3,5%), а для дітей старше 2 років рекомендовані молоко та молочні продукти зі зниженим вмістом жиру. Використовують в раціоні кисломолочні продукти.
- 6) Для профілактики йододефіцитних станів, при приготуванні їжі, слід використовувати йодовану сіль.
- 7) Їжа повинна піддаватися ретельній кулінарній обробці і даватись дитині, не пізніше, ніж через 30 хвилин після приготування.

Орієнтовна схема введення продуктів та страв прикорму при природному вигодовуванні дітей першого року життя*

Продукти і страви прикорму	Термін введення місяці	Об'єм залежно від віку дитини				
		6 міс.	7 міс.	8 міс.	9 міс.	10-12 міс.
Сік (фруктовий, ягідний, овочевий), мл	6	30-50	50-70	50-70	80	100
Фруктове пюре,	6	40-50	50-70	50-70	80	90-100

<i>Продукти і страви прикорму</i>	<i>Термін вве- дення місяці</i>	<i>Об'єм залежно від віку дитини</i>				
		<i>6 міс.</i>	<i>7 міс.</i>	<i>8 міс.</i>	<i>9 міс.</i>	<i>10-12 міс.</i>
<i>мл</i>						
<i>Овочеве пюре, г</i>	6	50-100	150	170	180	200
<i>Молочно-круп'яна каша, г</i>	6 - 7	50-100	100-150	150	180	200
<i>Молочно-злакова каша, г</i>	7 - 8					
<i>Кисло-молочні продукти, мл</i>	8 - 9	-	-	50-100	100-150	150-200
<i>Сир, г</i>	6,5 - 7,5	5-25	10-30	30	30	50
<i>Яєчний жовток, шт.</i>	7,0 - 7,5	-	1/8 – 1/4	1/4-1/2	1/2	1/2-1
<i>М'ясне пюре, г</i>	6,5 - 7,0	5-30	30	50	50	50-60
<i>Рибне пюре, г</i>	8 -10	-	-	10-20	30-50	50-60
<i>Олія, г</i>	6	1/2 ч.л.	1/2 ч.л.	1ч.л.	1ч.л.	1ч.л.
<i>Вершкове масло, г</i>	6 –7	1/2 ч.л.	1/2 ч.л.	1ч.л.	1 ч.л.	1ч.л.
<i>Хліб пшеничний, г</i>	8 – 9	-	-	5	5	10

*В таблиці вказані орієнтовні терміни введення прикорму та його кількість. Тому кількість запропонованої їжі повинна ґрунтуватись на принципах активного годування: годувати повільно та терпляче, заохочуючи дитину, силою не заставляти їсти.





А ллергии меньше.

Б олее легкий уход за ребенком.

В итамины и минералы в легко усвояемой форме.

Г рудь возвращает добеременную форму.

Д овольный ребенок.

Е стественное питание.

Ж енщина легче сбрасывает лишний вес.

З доровье мамы и малыша!

И сключительное грудное вскармливание до 6 месяцев.

К ормление по требованию - на поисковое движение - залог успешной и длительной лактации.

Л егко путешествовать и гулять.

М олозиво - первая иммунизация.

Н икаких отходов!

О тсутствие менструаций у мамы.

П онимание потребностей ребенка.

Р азвитие всех органов и систем на грудном молоке происходит оптимально для человеческого детеныша.

С остав изменяется в зависимости от возраста ребенка, времени кормления, времени дня, времени года.

Т ревога малыша устраняется сосанием груди.

У меньшеется риск рака груди и яичников для мамы.

Ф ерменты в грудном молоке способствуют его перевариванию.

Х ороший старт в жизнь.

Ц ените это время!

Ч ем больше ребенок сосет, тем больше молока.

Ш кола материнства на уровне гормонов, т.к. окситоцин - гормон любви, пролактин - гормон материнства.

Щ ит от многих болезней.

Э кономно.

Ю НИСЕФ/ВОЗ рекомендует продолжать кормить грудью как минимум до 2-2,5 лет.

Я тоже это делаю!

Преимущества грудного вскармливания настолько очевидны, что, возможно, в самом недалеком будущем мы будем рассматривать случаи отказа от грудного вскармливания как чрезвычайное событие и приравнивать его по значимости к обнаружению редкого и тяжелого заболевания.



Уважаемые мамы! У Вас родился малыш!!!

*Это принесло много радости и много хлопот. Ваши тепло, любовь и забота особенно нужны ребенку на первом году жизни. А главное, ему необходимо **грудное вскармливание**. Чтобы правильно и долго кормить Вашего кроху грудным молоком, нужны и знания, и навыки.*



После выписки из нашего стационара в этом Вам окажут квалифицированную помощь врачи педиатры городских поликлиник по месту жительства, а также группа поддержки НДСБ «Охматдет». Также доступны Интернет-сайты: www.teddyclub.com.ua, kdm-ldd.org.ua



Группа поддержки НДСБ «Охматдет»:

Консультацию по вопросам поддержки грудного вскармливания Вы можете получить у лечащего врача, а в вечернее время, выходные и праздничные дни – у дежурного персонала отделений по телефонам:

- отделение интенсивного выхаживания
глубоко недоношенных детей – 236 69 20*
- отделение интенсивного выхаживания и ранней
реабилитации детей с перинатальной патологией – 236 02 37*
- инфекционно-боксированное для детей
младшего возраста – 236 21 91*
- Консультативная поликлиника - 272 39 38
(понедельник -пятница с 9-00 до 15-00 – дежурный педиатр)*

***Вскармливая ребенка грудью, вы почувствуете ни с чем
несравнимое счастье материнства!***