

Кормление грудью

Воспаленные соски при кормлении грудью

Как Правильно Держать Ребенка, Прикладывание Ребенка к Грудь, Лечение и Профилактика

Во время кормления грудью, у некоторых женщин соски становятся очень чувствительными; эта чувствительность обычно проходит в течении одной или двух недель. Однако, если соски становятся очень болезненными и воспаленными- это не считается нормальным. Причиной воспаленных сосков скорее всего является неправильное прикладывание ребенка к груди.



ПРИКЛАДЫВАНИЕ РЕБЕНКА К ГРУДИ

- Приложите ребенка, таким образом чтобы носом она упиралась в ваш сосок, так чтобы было достаточно слегка дотянуться до соска, чтобы начать сосать.
- Ротик ребенка должен быть размером с "зевок" с максимальным количеством соска внутри.
- Подбородок ребенка должен быть плотно прижат к груди.

КАК ПРАВИЛЬНО ДЕРЖАТЬ РЕБЕНКА

- Сядьте или лягте в удобной позе, если нужно, то используйте подушки для поддержания рук или тела.
- Отклонитесь назад и расположите ребенка таким образом, чтобы он был повернут к вам лицом. Не поворачивайте только головку вашего ребенка.
- Находится в полулежащей позиции, может быть более удобнее. Положите вашего ребенка животиком на себя и позвольте гравитации сделать свое дело.
- Если необходимо, то вы можете придерживать грудь. Хотя вы можете заметить, что придерживать грудь необязательно, находясь в полулежащем положении.
- Держите ребенка близко к себе, чтобы предотвратить оттягивание груди. Прекращайте кормление грудью при помощи пальца, прежде чем отнимать ребенка от груди.
- Расслабьтесь и прикладывайте своего ребенка к себе как можно больше, соприкасаясь голой кожей.

ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА

Обратитесь за помощью к своему врачу или консультанту по кормлению грудью, если у вас возникло одно из следующего:

- Покраснение, боль или воспаление, которое не проходит.
- Ощущение жжения или чесания в сосках во время кормления грудью или после окончания кормления.
- Любые выделения из поврежденного участка.
- При любых признаках инфекции, таких как слабости, головной боли, тошноты, боли в теле, ознобе или температуре выше 101 градуса.

- Начинайте каждое кормление с наименее болящей груди.
- Кормите своего ребенка, как только он начинает проявлять первые признаки голода, такие как сосание ручек или пальцев, причмокивает губами или зевает (плач является последним признаком голода)
- Держите своего ребенка в разных положениях. Это позволяет менять направление давления на сосок.
- После каждого кормления мажьте соски небольшим количеством молока и позволяйте ему высыхать. Ваше молоко образует защитный слой на сосках и способствует их заживлению.
- Purified lanolin намазанный на соски, способствует их заживлению. Его не нужно смывать перед кормлением ребенка. Не используйте мыло или лосьоны для груди.
- Убедитесь, что размер лифчика соответствует размеру вашей груди. Меняйте прокладки для груди, после того как они намокнут.
- Важнее всего- пробуйте разные позиции и найдите те которые комфортные для вас. Не всем подходит одна и та же позиция. Если вы не уверены или испытываете боль, то обратитесь за помощью.
- Если необходимо, то сцедите молоко при помощи руки или молокоотсоса для смягчения груди или снятия наполненности.

MISSOURI DEPARTMENT OF HEALTH AND SENIOR SERVICES
WIC and Nutrition Services
P.O. Box 570 Jefferson City, MO 65102-0570 573-751-6204
РАБОТОДАТЕЛЬ ПРЕДОСТАВЛЯЮЩИЙ РАВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ, ПОЗИТИВНЫЕ
ДЕЙСТВИЯ. Услуги предоставляются на не дискриминационной основе.