Наш врач педиатр, детский гастроэнтеролог, специалист по грудному вскармливанию (ГВ) Гриценко Н.А. расскажет про полезность кормления грудью для самой мамы и малыша.

Наталья Анатольевна надеется- это поможет принять решение, тем, кто колеблется: кормить или нет, кормить ли долго.

С трудностями грудного вскармливания можно справиться за несколько дней, пригласив на помощь опытного консультанта по ГВ или обратившись на прием в СДЦ на Мяги 7А. А вот пользой и радостью от этого процесса можно наслаждаться долго!

* Когда только что родившая женщина кормит грудью, в ее организме продолжает вырабатываться большое количество эндорфинов, которые не только малышу помогают пережить боль адаптации к внешнему миру, но и у мамы включают защиту от послеродовой депрессии, помогают справиться с глобальной послеродовой гормональной перестройкой, связанной с потерей плаценты, мощного гормонального органа, защищают от негативных моментов в роддоме.
* Защитное торможение Центральной нервной системы очень необходимое молодой маме, чтобы не впасть в панику, когда младенец впервые окажется у нее на руках, чтобы внешние стрессы не помешали установлению тесной связи матери и ребенка так же запускается гормональной системой во время регулярной выработки пролактина, стимулирующего лактацию.
* Во время беременности организм женщины накапливает прозапас питательные вещества, чтобы женщина могла без проблем кормить своего ребенка. Если процесс лактации не будет запущен, эти накопления останутся у мамы лишним весом. И только кормление дольше 1,5 лет гарантирует эффективное восстановление фигуры мамы после родов!
* Есть ещё очень важный механизм сохраняющий здоровье женщины во время кормления грудью: пока женщина активно кормит грудью, её яичники отдыхают, овуляция не наступает, это продляет фертильную активность женщины: у нее дольше не наступит менопауза, при желании она больше раз сможет забеременеть даже при длительном интервале.
* Когда яичники работают в режим: активность - пауза, а не постоянная активность, как у нерожавшей и некормившей женщины, у нее позже начинает вырабатываться плохой эстроген, который как раз и запускает эндометриоз, миомы матки и прочие женские неприятности, вплоть до онкологии. И здесь, как и в предыдущем пункте, длительность грудного вскармливания играет главную роль!

Грудное молоко - осязаемая любовь мамы, то чем питается не только физическое тело ребенка, но и самые лучшие эмоции, даёт силу любви его Душе.

Наталья Анатольевна предлагаю не рисковать этим даром природы, а точно знать, что вы сделали всё возможное, чтобы ваш малыш получал самое лучшее!

Тревожные симптомы, указывающие на то, что молока вырабатывается или попадает ребенку меньше:

* Грудь до и после кормления плотная - значит начинается лактостаз, из плотной груди, читай из шишек, малышу очень тяжело добывать молоко, а в мозг мамы между тем идёт сигнал, что молока лишнего, ведь грудь набухает, и мозг уменьшает лактацию, чтобы облегчить боль в груди у женщины. Хотя бы 1 раз после родов грудь необходимо расцедить, чтобы младенцу было легко доставать молочко.
* Очень плотная ареола соска перед прикладывание, этими уплотнениями перекрываются выходные протоки, и малыш просто не может извлечь молоко.
* Долгое висение на груди: каждое кормление занимает около часа и через 30 минут всё начинается сначала. Причина: неправильное прикладывание к груди. Легко исправляется обучением мамы и малыша правильному прикладыванию!
* Малыш очень беспокойный, много плачет, всё время открывает ротик, вертит головкой - ищет мамину грудь.

Плач, конечно, может быть вызван и проблемами со здоровьем, но голод - это самая первая причина плача у грудничков.

* У малыша никак не получается захватить сосок, несмотря на то, что мама хорошо обучена- проблема может быть в слабом сосательном рефлексе после травматичных родов. Срочно необходима помощь остеопата!

Систематическое недоедание вызывает голодание мозга у новорожденных, тем более нежелательное, если вспомнить, что рост, развитие и дифференциация клеток мозга продолжается ещё 2 года после рождения.

Реальную ощутимую помощь вы получите, пригласив консультанта по грудному вскармливанию. Консультант расцедит грудь, уберёт уплотнения из ареолы, научит вас правильно прикладывать малыша к груди, покажет удобные позы для кормления грудью, чтобы у вас не затекала спина и кормление приносило радость и вам и малышу! А консультант- педиатр поможет ещё и диагностировать проблемы, связанные со здоровьем.

Чтобы кормить грудью долго и в удовольствие, надо знать простые правила.

- Не давайте в роддоме докорм из бутылочки, в первые 3 дня малыш вполне способен прожить на запасах бурого жира, это его природная защита, пока у мамы не придет молоко.

- Сразу после выписки грудь надо как следует расцедить, но не молокоотсосом, так как он не разбивает шишки, а руками, тогда малышу будет легко высасывать молоко, он будет наедаться, а у вас не возникнет застоев! Не пожалейте денег и пригласите для этого консультанта по грудному вскармливанию, кормить смесью 1-1,5 года гораздо дороже!

- Самое главное в успехе кормления грудью - это правильное прикладывание, без накладок. Трещины сосков 100% признак неправильного прикладывания! Ваши усилия по обучению этому окупятся сторицей- у вас не будет трещин сосков, мастита и лактостаза, а малыш всегда будет сыт и доволен: держите ребенка на руке у самой груди, не опускайте руку на колени, а для поддержки положите под нее подушку;

малыш должен лежать на боку лицом к вашей груди;не позволяйте ему самому втягивать сосок, как только он широко откроет ротик рукой, на которой он лежит, как бы наденьте его на сосок. Не давите пальцем на грудь над носиком малыша, так вы снова вынимаете уже правильно захваченный сосок у него изо рта, просто опустите вниз локоть руки, на которой он лежит, появится щелка между носиком и грудью 2-3 мм этого достаточно.

Не вините грудное вскармливание во всех проблемах малыша, животики болят не от плохого молока, а от лактазной недостаточности из-за незрелости ферментных систем и из-за заселения слизистых кишечника роддомовской патогенной флорой. Прежде чем отказываться от кормления грудью проконсультируйтесь с детским гастроэнтерологом!

Если вы начали докорм смесью, малыш скоро перестанет брать грудь, а ваша лактация быстро закончится. Если малыш не набирает в весе, причина часто в неправильном прикладывании - ему просто не попадает ваше молочко!