**ТЕХНИКА СЦЕЖИВАНИЯ МОЛОКА**

*Основные правила сцеживания молока:*

Женщина находится в расслабленном состоянии. Самостоятельно проводит легкий массаж МЖ.

Затем стимулирует рефлекс отделения молока поглаживающими движениями соска и ареолы.

Далее - большой палец располагается чуть выше ареолы, а указательный и остальные пальцы поддерживают грудь снизу.

**Первое движение кисти осуществляется по направлению к грудной клетке.**

Затем движения пальцев 1-го и 2-5-го навстречу друг другу.

При сцеживании необходимо менять участи МЖ и чередовать с массирование.

Процедура повторяется до мягкого состояния МЖ или комфортного состояния женщины.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| а | б | в |