Занятие 21

" НЕДОСТАТОЧНО МОЛОКА"

Введение

Практически каждая женщина может продуцировать молоко в достаточном количестве для одного или даже двух детей. Обычно, даже когда мать думает, что у нее мало молока, ребенок получает все необходимое.
Иногда ребенку мало молока, но обычно это происходит, когда он мало сосет или сосет неэффективно (См. Занятие 3 "Механизм кормления грудью"). Очень редко у матери действительно не хватает молока.
Поэтому важно думать не о том, *сколько молока у матери*, а о том сколько *молока получает ребенок*.

ПРИЗНАКИ ТОГО, ЧТО РЕБЕНОК МОЖЕТ ПОЛУЧАТЬ НЕДОСТАТОЧНО ГРУДНОГО МОЛОКА

ДОСТОВЕРНЫЕ

• Плохая прибавка в весе	(Меньше 500 г в месяц) (через две недели вес стал меньше, чем был при рождении)
• Выделение небольшого количества концентрированной мочи	(Ребенок мочится меньше, чем - 6 раз в день, моча желтая с резким запахом)

ВЕРОЯТНЫЕ

Ребенок не удовлетворен после кормления грудью
Ребенок часто плачет
Очень частые кормления грудью
Очень продолжительные кормления грудью
Ребенок отказывается от груди
У ребенка плотный, сухой или зеленый стул
У ребенка редкий стул и в небольшом объеме
При сцеживании нет молока
Молочные железы не увеличились (во время беременности)
Молоко "не прибыло" (после родов)

Как определить, получает ребенок достаточно молока или нет:

- ***Проверьте, как ребенок прибавляет в весе***. Это наиболее надежный признак.

В первые 6 месяцев жизни ребенок должен прибавлять в весе не менее, чем 500 г в месяц или 125 г в неделю. (Прибавлять по килограмму в месяц совсем не обязательно и это не распространенное явление). Если ребенок прибавляет меньше 500 г в месяц, то он плохо прибавляет в весе.

Если можно, загляните в карту физического развития ребенка или на любую другую запись предыдущего взвешивания. Если такой записи нет, то взвесьте ребенка, а через неделю организуйте повторное взвешивание.

Если ребенок набирает вес недостаточно, то он получает недостаточное количество молока.

Однако, если нет регистрации веса ребенка, то вы не можете получить немедленный ответ.

- ***Проверьте количество выделяемой ребенком мочи***. Это полезный и быстрый метод контроля.

Вскармливаемый исключительно грудью и получающий достаточное количество молока ребенок обычно мочится 6-8 раз в сутки и моча у него неконцентрированная.

Ребенок, который не получает достаточного количества молока, мочится менее шести раз в сутки (иногда меньше четырех раз). Моча у него концентрированная и может иметь резкий запах и цвет от темно-желтого до оранжевого, особенно у детей, старше 4 недель.

Спросите у матери, как часто мочится ее ребенок. Спросите у нее, бывает ли его моча темно-желтой и с резким запахом.

- Если ребенок выделяет много неконцентрированной мочи, то он получает достаточное количество молока.
- Если ребенок выделяет концентрированную мочу меньше, чем 6 раз в день, то он получает недостаточное количество молока.

По моче вы можете очень быстро определить, получает ли ребенок достаточное количество молока. Однако, если ребенок получает еще какое-либо дополнительное питье, то вы не можете быть твердо уверены в диагнозе

ЭТО НЕ ВЛИЯЕТ НА КОЛИЧЕСТВО ГРУДНОГО МОЛОКА

Возраст матери
Половая жизнь
Менструация
Неодобрение родственников и соседей
Возвращение на работу (если ребенок продолжает часто сосать)
Возраст ребенка
Кесарево сечение
Преждевременные роды
Многодетность
Простая, обычная диета

ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ РЕБЕНОК МОЖЕТ ПОЛУЧАТЬ НЕДОСТАТОЧНО МОЛОКА

Факторы, связанные с кормлением грудью	*Мать: психологические факторы*	*Мать: состояние*	*Ребенок: состояние*
• Задержка начала кормления грудью • Редкие кормления грудью • Короткие кормления грудью или кормление "по часам" • Отсутствие кормления ночью • Плохое прикладывание к груди • Бутылочки, пустышки • Дача других продуктов питания и жидкостей	• Недостаток уверенности • Беспокойство, стресс • Неприязнь к кормлению грудью • Неприятие ребенка • Усталость	• Контрацептивные таблетки, диуретики • Беременность • Резкое истощение • Алкоголь • Курение • Задержка кусочка плаценты в матке (редко) • Плохо развитая грудь (очень редко)	• Болезнь • Аномалии развития
Это ЧАСТЫЕ причины		**Это РЕДКИЕ причины**	

Причины в первых двух колонках (“Факторы, связанные с кормлением грудью" и "Мать: психологические факторы") являются частыми.
Психологические факторы часто вытекают из факторов, связанных с кормлением грудью, например, недостаток уверенности побуждает мать начать кормление из бутылочки.
Сначала ищите частые причины.

Причины в двух других колонках ("Мать: состояние" и "Ребенок: состояние") не являются частыми.
Итак, для матери нехарактерно иметь физические трудности в выработке достаточного количества молока.
Подумайте об этих нехарактерных (редких) причинах только тогда, когда вы не находите ни одной из частых причин.

КАК ПОМОЧЬ МАТЕРИ, РЕБЕНОК КОТОРОЙ ПОЛУЧАЕТ НЕДОСТАТОЧНО МОЛОКА

- ***Ищите причину***

Что необходимо предпринять:	О чем вы можете узнать:
Слушать и узнавать	Психология и самочувствие матери
Составить историю	Детали кормления грудью, прием контрацептивных таблеток, диуретиков
Оценить кормление грудью	Позиция ребенка у груди, привязанность к ребенку или неприязнь
Осмотреть ребенка	Болезнь или аномалии, рост
Осмотреть мать и ее молочные железы	Ее питание и здоровье Есть ли проблемы с грудью

- ***Формирование уверенности и оказание поддержки***

Помогите матери в том, чтобы давать больше грудного молока ребенку и поверить в то, что она может вырабатывать молоко в достаточном количестве.

Принимать	Мнение матери о количестве грудного молока Ее восприятие о кормлении грудью и о ребенке
Хвалить (если соответствует действительности)	Что она все еще кормит грудью. Ее молочные железы вполне хорошие, чтобы вырабатывать молоко
Оказать практическую помощь	Улучшить прикладывание ребенка к груди
Дать уместную информацию	Объяснить, как сосание ребенка регулирует количество молока Объяснить, как ребенок может получать больше молока
Пользоваться простым языком	"Молочные железы будут вырабатывать больше молока , если ребенок будет больше высасывать"
Предложить (соответственно ситуации)	Кормить грудью чаще, продолжительнее, ночью Перестать кормить из бутылочки или давать пустышку (если необходимо, то кормить из чашки) Давать поменьше или совсем не давать другую пищу или питье (если ребенку нет еще 4-6 месяцев) Посоветовать, как ослабить стресс, беспокойство Предложить поговорить с членами семьи

- ***Помочь с менее общими причинами***

Состояние ребенка:	Если болен или есть аномалии, то лечить или направить к специалисту
Состояние матери:	Если принимает эстрогенсодержащие таблетки или диуретики, то помочь подобрать другие Оказать соответствующую помощь при других состояниях

- ***Наблюдать в дальнейшем***

Сначала ежедневно, затем раз в неделю, пока ребенок не наберет вес, а мать не станет уверенной. Чтобы набрать вес, ребенку может понадобиться 3-7 дней (см. Занятие 27).

КАК ПОМОЧЬ МАТЕРИ, СЧИТАЮЩЕЙ, ЧТО У НЕЕ НЕДОСТАТОЧНО МОЛОКА

- ***Понять ее ситуацию***

Слушайте и узнавайте	Чтобы понять, почему матери недостает уверенности, посочувствовать ей
Составьте историю	Чтобы узнать о влиянии со стороны других людей
Оцените кормление грудью	Чтобы проверить прикладывание ребенка к груди
Осмотрите мать	Размер молочных желез может быть причиной недостатка уверенности

- ***Формировать уверенность и оказывать поддержку***

Примите	Мнения матери и ее ощущения по поводу грудного молока
Похвалите (если соответствует действительности)	Ребенок растет хорошо, количество молока у нее удовлетворяет потребности ребенка Хорошие моменты в технике кормления грудью Хорошие моменты в развитии ребенка
Окажите практическую	Если необходимо, улучшите прикладывание *помощь* ребенка к груди
Дайте уместную информацию	Исправьте неверные представления, но не в критической манере Объясните нормальное поведение ребенка Объясните, как идет процесс кормления грудью (о том, что ее беспокоит)
Пользуйтесь простым языком	"Некоторым детям нравится сосать много"
Предложите	Советы, помогающие справиться с усталостью Предложите побеседовать с членами семьи

Рис. 35 Если ребенок часто мочится, это обычно значит, что он получает много молока

Занятие 22

ПЛАЧ

Введение

Многие матери начинают вводить необязательный прикорм из-за крика ребенка. Прикорм часто не помогает и ребенок продолжает плакать. Иногда ребенок плачет даже больше.

Ребенок, который много плачет, может расстроить отношения между ним и матерью и стать причиной напряженной атмосферы в семье.

Основным путем оказания помощи кормящей грудью матери является консультация на предмет выявления причины плача ребенка.

ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ ДЕТИ ПЛАЧУТ

Дискомфорт	(грязно, жарко, холодно)
Усталость	(слишком много посетителей)
Болезнь или боль	(изменение картины плача)
Голод	(получение недостаточного количества молока, быстрый рост)
Пища матери	(любая пища, иногда коровье молоко)
Лекарства, принимаемые матерью	(кофеин, сигареты, другие лекарства)
Избыток грудного молока	
“Колики”	
Дети с "большими запросами"	

ПРИЧИНЫ ПЛАЧА

- *Чувство голода из-за быстрого роста:*

  В течение нескольких дней ребенок кажется очень голодным, возможно из-за того, что он стал расти быстрее, чем рос раньше.

  Он требует, чтобы его кормили чаще. Это наиболее частая причина в возрасте где-то около 2 и 6 недель и около трех месяцев, но может наблюдаться и в любом возрасте. Если ребенок в течение нескольких дней станет сосать чаще, то запас молока увеличится и он снова станет есть реже.

- *Питание матери:*

  Иногда мать замечает, что ее ребенок расстраивается, если она ест специфическую пищу. Это происходит потому, что некоторые вещества из ее пищи проникают в молоко. Это может случиться с любыми продуктами, поэтому нет специальных перечней продуктов, употребления которых мать должна избегать. Она сама может заметить эти продукты.

  У детей может появиться аллергия на протеины некоторых продуктов, употребляемых матерью: коровье молоко, соя, яйца, арахис.
  У детей может развиться аллергия на протеины коровьего молока даже после одного или двух кормлений смесями в предлактационный период.

- *Лекарства, принимаемые матерью*:

  Кофеин, содержащийся в кофе, чае и напитках может проникнуть в грудное молоко и расстроить ребенка. Если мать курит или принимает другие лекарства, то вероятнее всего ее ребенок будет плакать больше, чем другие дети. А если и еще кто-либо в семье курит, то это может отрицательно влиять на ребенка.

- *Избыток грудного молока:*

  Избыток грудного молока может иметь место при плохом прикладывании ребенка к груди. Он может сосать так часто и подолгу, что слишком стимулирует молочные железы и количество молока увеличивается. Избыток молока может быть и в результате того, что мать отрывает ребенка от одной груди, не дав ему опорожнить ее, чтобы заставить его есть из другой груди.
  Ребенок может получить слишком много раннего молока и недостаточно позднего. У него может появиться зеленый стул, он может плохо набирать вес или он может расти хорошо, но плакать и требовать частого кормления. Даже если у матери много молока, она может думать, что для ребенка его недостаточно.

- *“Колики” у ребенка:*

  Некоторые дети много плачут и не в связи с указанными выше причинами. Иногда их плач имеет выраженную картину. Ребенок плачет, не переставая, в определенное время дня, часто вечером. Он может подтягивать ноги, как будто у него болит живот. Может показаться, что ребенок хочет сосать, но его трудно успокоить. У детей с подобной картиной плача может быть активное пищеварение и отхождение газов, но причина плача не ясна. Такое состояние называется "колики". Дети с “коликами” обычно растут хорошо, а плакать начинают меньше после трехмесячного возраста.

- *Дети с "большими запросами":*

  Некоторые дети плачут больше других и они нуждаются в том, чтобы их больше держали на руках и носили. В тех кругах, где матери носят детей с собой, их плач бывает реже, чем в кругах, где матери укладывают и оставляют детей или где детей укладывают спать в отдельные кроватки.

КАК ПОМОЧЬ СЕМЬЕ С РЕБЕНКОМ, КОТОРЫЙ МНОГО ПЛАЧЕТ

- **Ищите причину**

Слушайте и узнавайте

Помогите матери рассказать, как она себя чувствует. Выразите ей сочувствие.

- Она может чувствовать вину и считать себя плохой матерью.
- Она может испытывать по отношению к ребенку чувство досады.
- Чувствовать себя виноватой могут заставить ее другие лица, или они могут внушить ей, что у нее плохой ребенок, капризный или недисциплинированный.
- Другие лица могут посоветовать ей давать ребенку прикорм или успокоители (пустышки).

Составьте историю грудного вскармливания

- Узнайте о кормлении ребенка и о его поведении.
- Узнайте о диете матери и, пьет ли она много кофе, или курит, или принимает лекарства.
- Узнайте о том давлении, которое она испытывает со стороны членов семьи и других лиц.

Оцените кормление грудью

- Проверьте положение ребенка при сосании и продолжительность кормления.

Осмотрите ребенка

- Убедитесь, что он не болен и у него ничего не болит. Проверьте его физическое развитие.
- Если ребенок болен или у него что-то болит, лечите или посоветуйте обратиться к специалисту.

- **Формируйте уверенность и оказывайте поддержку**

Примите

- Примите все, что думает мать о причине проблемы.
- Примите то, что она думает о ребенке и о его поведении.

Похвалите все то, что мать и ребенок делают хорошо

- Объясните, что ее ребенок растет хорошо, он не болен.
- Материнское грудное молоко удовлетворяет все потребности ребенка - с ним (с ней) ничего плохого.
- Ее ребенок прекрасный - он не плохой, не капризный и не нуждается в постановке дисциплины.

Дайте уместную информацию

- Ребенок действительно нуждается в том, чтобы его успокоили.
- Он не ослаблен, но у него действительно может что-нибудь болеть.
- Когда ребенку исполнится 3-4 месяца, он станет плакать меньше.
- Лекарства от “колик” теперь не рекомендуются. Они могут быть вредны для ребенка.
- Добавки в питании не обязательны и часто не помогают. У искусственно вскармливаемых детей тоже бывают “колики”. У них может развиться непереносимость коровьего молока или аллергия, что ухудшит ситуацию.
- Безопаснее, если для успокоения ребенок будет сосать грудь, а пустышки и бутылочки не спасут.

Сделайте одно-два предложения

То, что вы предложите, зависит от того, что вы узнали о причине плача ребенка. Наиболее распространенные причины в разных странах могут быть разными.

- Если у матери избыток молока:
  - Помогите ей улучшить положение ребенка у груди;
  - Предложите ей каждое кормление кормить только одной грудью.
  - Пусть он продолжает сосать из одной груди, пока сам не отпустит ее.
  - При следующем кормлении дайте другую грудь.
  - Объясните, что если ребенок будет дольше оставаться у одной груди, то он получит больше богатого жирами позднего молока (см. также Занятие 16 "Отказ от груди").
- Может помочь, если она будет пить меньше кофе и чая и других напитков, содержащих кофеин. Если она курит, то предложите ей курить меньше и после кормления грудью, а не до или во время кормления.

  Попросите других членов семьи не курить в комнате, где находится ребенок.
- Может помочь, если она перестанет употреблять коровье молоко и другие молочные продукты или другую пищу, которая может вызвать аллергию (соя, арахис, яйца).

  Она не должна употреблять эти продукты в течение недели. Если ребенок стал плакать меньше, то она должна продолжать избегать употребления этих продуктов. Если же ребенок продолжает плакать столько, сколько и раньше, то тогда эти специфические продукты не были причиной плача. Она может снова употреблять их.

  Не предлагайте прекратить ей употреблять эти продукты, если у нее бедная диета. Убедитесь, что она в состоянии позволить себе другие, богатые энергетическими ресурсами и протеинами продукты взамен противопоказанных, например фасоль.

Окажите практическую помощь

- Объясните, что лучший способ успокоить плачущего ребенка это держать его близко к себе, мягко поглаживая и мягко надавливая его животик.

  Предложите показать ей несколько способов, как держать и носить ребенка.
- Иногда носить ребенка может быть легче кому-либо другому, не матери, чтобы он не чувствовал запаха молока.
- Покажите матери, как наладить отхождение газов у ребенка.

  Она должна держать ребенка прямо, например в положении "сидя", или прямо, прижав ребенка к плечам.

  (НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО рутинно обучать "отхождению газов", а только, если у ребенка “колики”.)

Предложите обсудить положение с членами ее семьи, чтобы рассказать им о потребностях ребенка и о необходимости оказывать поддержку матери.

Важно попытаться разрядить напряженную обстановку в семье, чтобы мать не начала вводить необязательные пищевые добавки.

КАК ПОМОЧЬ, ЕСЛИ РЕБЕНОК МНОГО ПЛАЧЕТ

- ***Искать причину***

Слушать и узнавать	Помочь матери рассказать о ее чувствах (вина, досада) Посочувствовать ей
Составить историю	Узнать о кормлении ребенка и его поведении Узнать о диете матери, употреблении кофе, курении, приеме лекарств Узнать о влиянии со стороны членов семьи и других лиц
Оценить кормление грудью	Положение у груди, продолжительность кормления
Осмотреть ребенка	Болезнь или боль (соответственно, лечить или отправить к специалисту) Проверить рост ребенка

- ***Формировать уверенность и оказывать поддержку***

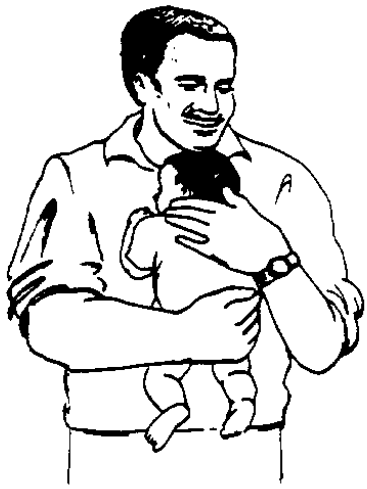
Принять	Представление матери о причине плача Ее восприятие ребенка и его поведения
Похвалить (если соответствует действительности)	Ее ребенок растет хорошо, не ослаблен Ее грудное молоко дает ребенку все, в чем он нуждается У нее замечательный ребенок, не капризный и не плохой
Дать уместную информацию	Ребенок действительно нуждается в том, чтобы его успокоили Ребенок станет меньше плакать после того, как ему исполнится 3-4 месяца Лекарства для успокоения “колик” не рекомендуются Вводить добавки в пищу не обязательно и они не помогут, у искусственно вскармливаемых детей тоже бывают “колики” Сосание грудного молока безопасно, бутылочки и пустышки опасны
Предложить (соответственно)	При каждом кормлении давать только одну грудь, другую грудь давать при следующем кормлении Ограничить употребление кофе и чая Курить после кормления грудью, а не перед или во время кормления Перестать употреблять молоко, яйца, сою, арахис (адекватна ли диета матери, проверять в течение недели)
Практическая помощь	Показать матери и остальным лицам, как держать и носить ребенка, обеспечив близкий контакт, мягкое поглаживание и мягкое надавливание на живот Предложить обсудить ситуацию с другими членами семьи

Рис. 36. Несколько разных способов держать ребенка, у которого колики

а) Удерживание ребенка на предплечье

б) Удерживание ребенка на коленях, обхватив живот

в) Отец держит ребенка у груди



Занятие 23

УПРАЖНЕНИЯ ПО ТЕМАМ "НЕДОСТАТОЧНО МОЛОКА" И “ПЛАЧ”

УПРАЖНЕНИЕ 16 *" Недостаточно молока" и "Плач"*

Как выполнить упражнение:

Внимательно прочитайте следующие короткие рассказы о женщинах, которые считают, что у них мало молока, или что их дети "слишком много" плачут.
Напишите карандашом краткие ответы на вопросы прямо в руководство.
Истории госпож Ф, Х и госпожи Ц - факультатив и выполняются, если хватит времени. После окончания упражнения обсудите ответы с преподавателем.

Пример:

Госпожа Н говорит, что у нее недостаточно молока. Ее ребенку три месяца и он "все время" плачет. Медсестра сказала ей, что он недостаточно прибавил в весе (за прошлый месяц он прибавил 200 г). Госпожа Н сама ведет домашнее хозяйство, поэтому бывает очень занята. Она кормит ребенка грудью 2 или 3 раза ночью и около двух раз днем, когда у нее есть время. Она не дает ребенку никакой другой пищи и питья.

Что бы вы сказали в сочувствие госпоже Н?

("Вы очень заняты, вам трудно найти время, чтобы покормить ребенка").

Как вы думаете, по какой причине ребенок госпожи Н не получает достаточно молока?

(Госпожа Н кормит его грудью недостаточно часто).

Можете ли вы предположить, каким образом госпожа Н могла бы больше кормить грудью ребенка?

(Смогла ли бы она брать с собой ребенка, чтобы чаще кормить его грудью?)
(Смог ли бы кто-нибудь приносить ей ребенка к месту работы, чтобы она могла покормить его?)
(Смогла ли бы она сцеживать грудное молоко и оставлять для ребенка?)

Ответить:

Госпожа О говорит, что ее ребенок постоянно голоден по вечерам. Начиная с двухнедельного возраста он плачет и не хочет укладываться. Сестра госпожи О сказала ей, что у нее, возможно, мало молока к вечеру, потому что она устает. Сестра предложила ей кормить вечером ребенка из бутылочки, сохранив, тем самым, молоко для ночных кормлений. Госпожа О пьет чай один-два раза в день. Она не курит и не пьет ни молока, ни кофе.

Ребенку госпожи О 5 недель, он весит 4,5 кг. При рождении он весил 3,7 кг.

Как вы думаете, почему ребенок госпожи О плачет?

Что госпожа О и ее ребенок делают правильно, что вы бы могли похвалить?

Какую информацию вы могли бы ей дать?

Что бы вы предложили госпоже О делать, чтобы помочь ребенку?

Госпоже П 16 лет. Ее ребенок родился два дня назад, он вполне здоровый. Дважды она пыталась кормить его грудью, но грудь у нее все еще мягкая, поэтому она думает, что у нее нет молока и она не сможет кормить грудью. Ее молодой муж предложил купить бутылочку и некоторые молочные смеси.

Что бы вы сказали, чтобы принять то, что госпожа П говорит о своем грудном молоке?

Почему госпожа П думает, что она не сможет кормить грудью?

Какую уместную информацию вы бы ей дали, чтобы придать ей уверенность?

Какую практическую помощь вы можете оказать госпоже П?

Ребенку **госпожи Р** 3 месяца. Она говорит, что в последние несколько дней он начал вдруг плакать и требовать, чтобы его чаще кормили. Она считает, что у нее вдруг уменьшилось количество молока. До сих пор она кормила ребенка исключительно грудью и он хорошо набирал вес.

Что вы можете сказать в сочувствие госпоже Р?

Что вы можете похвалить, чтобы придать уверенности госпоже Р?

Какую уместную информацию вы можете дать госпоже Р?

Госпожа С говорит, что ей кажется, что у нее уменьшилось количество молока. Ее ребенку 4 месяца и он хорошо набрал вес с момента рождения. С прошлого месяца она три раза в день стала давать ему овсяную кашу. Она говорит, что стала реже кормить его грудью и в течение более короткого времени, чем это было до введения овсяной каши. Госпожа С весь день находится дома и ее ребенок спит с ней ночью.

Как вы думаете, почему у госпожи С могло уменьшиться количество молока?

Что госпожа С и ее ребенок делают правильно?

Что бы вы предложили госпоже С, чтобы она могла продолжать кормить грудью?

Ребенку **госпожи Т** семь недель. Она говорит, что у нее плохое грудное молоко. Такое впечатление, что ребенок после кормления грудью не наедается. Он плачет и очень скоро снова требует есть, иногда через полчаса-час. Ночью он тоже плачет и часто требует есть и госпожа Т уже измучилась. Ребенок мочится около 6 раз в день. Когда ребенок сосет, его нижняя губа втянута и околососковый кружок больше виден подо ртом, чем надо ртом.

При рождении ребенок весил 3,7 кг. Сейчас он весит 4,8 кг.

Получает ли ребенок госпожи Т столько молока, сколько ему надо?

Что может быть причиной такого его поведения?

Что бы вы похвалили, чтобы придать уверенность госпоже Т?

Какую практическую помощь вы бы предложили госпоже Т?

Госпожа У говорит, что она переутомлена и будет вынуждена кормить своего двухмесячного ребенка из бутылочки. Он не успокаивается после кормления грудью и очень часто просит есть - она даже не может сосчитать, сколько раз в день. Она думает, что у нее не хватает грудного молока и что ее молоко не подходит ребенку. Пока она с вами разговаривает, ребенок захотел есть. Он сосет в хорошем положении. Приблизительно через 2 минуты ребенок сделал перерыв в сосании и госпожа У быстро отняла его от груди.

Карта физического развития ребенка показала, что за последний месяц ребенок прибавил в весе 250 граммов.

Что бы вы сказали, чтобы показать, что вы принимаете мнение госпожи У насчет ее грудного молока?

Получает ли ребенок госпожи У достаточно молока?

Какая тому причина?

Что бы вы предложили, чтобы помочь госпоже У?

Факультативные упражнения

Ребенку **госпожи Ф** 6 недель. Он хочет есть почти каждые 2-3 часа - иногда через полтора часа, иногда он спит 5 часов. С момента рождения он прибавил 800 г. Мать госпожи Ф говорит, что ребенок слишком много плачет и выглядит таким худым. Она говорит, что у госпожи Ф мало молока и она должна докармливать его из бутылочки.

Что хорошее вы видите в этой ситуации?

Как вы думаете, достаточно ли молока получает ребенок госпожи Ф?

Что бы вы сделали, чтобы помочь госпоже Ф?

Госпожа Х говорит, что ее молоко пропадает и она вынуждена будет прекратить кормление грудью. А она хотела бы продолжать кормить грудью. Ее ребенку шесть месяцев и она вот уже три месяца, как вернулась на работу. В течение дня за ребенком ухаживает сестра госпожи Х. Госпожа Х кормит грудью утром и вечером. Перед тем, как идти на работу, она сцеживает грудное молоко, но обычно она не может нацедить его более половины чашки. Ее ребенку необходимо раз или два в день давать искусственные смеси. Госпожа Х приходит домой с работы очень усталой и ночью сестра госпожи Х часто дает ребенку еще одну бутылочку смеси.

Ребенок при рождении весил 3,0 кг, а теперь он весит 6,5 кг.

Как вы думаете, почему молоко госпожи Х "пропадает"?

Что госпожа X делает правильно, за что вы похвалили бы ее?

Что бы вы предложили госпоже X сделать, чтобы она могла продолжать кормить грудью?

Ребенку **госпожи Ц** 10 недель. Она говорит, что у нее уменьшается запас молока. Она давала ребенку сок из бутылочки и один раз в день кашу, когда ему исполнилось четыре недели. Это ей рекомендовала акушерка, потому что ребенок много плакал. Госпожа Ц кормит грудью приблизительно 4-5 раз днем, а иногда и один раз ночью. Ребенок все равно много плачет, но обычно успокаивается, кода ему дают пустышку.

При рождении он весил 2,8 кг, в месяц - 3,4 кг, а сейчас весит 3,8 кг.

Получает ли ребенок госпожи Ц достаточное количество молока? Почему?

Какие три совета вы бы дали госпоже Ц, чтобы она их выполняла?

Занятие 24

КЛИНИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3

Составление истории грудного вскармливания

Ниже приведены краткие инструкции, которые вы получите от преподавателя, о том, как проводить клиническое занятие. Постарайтесь найти время, чтобы прочитать их до занятия и запомнить, что делать во время занятия.
Работа будет проходить так же, как и во время предыдущих занятий. Используя навыки, перечисленные в Занятии 17, попрактикуйтесь в ведении беседы с матерью и составлении истории с ее слов. Продолжайте отрабатывать навыки, которые вы использовали на предыдущих занятиях.
После занятия запишите матерей и детей, которых вы видели в форму **ПРОХОЖДЕНИЕ КЛИНИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ** на стр. 186.

Что взять с собой:

одну форму **ИСТОРИЯ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ**.
одну копию **КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ НАВЫКОВ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ** (см. Занятие 25 стр. 134)
карандаш и бумагу для записей.

Если вы ведете беседу с матерью:

- Полностью заполните форму **ИСТОРИЯ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ**
  Постарайтесь задавать только необходимые вопросы, ответы на которые можно использовать при заполнении формы.

- Потренируйте все другие навыки консультирования из **КОНТРОЛЬНОГО ЛИСТА НАВЫКОВ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ**.
  - Используйте навыки слушать и узнавать, старайтесь не задавать много вопросов.
  - Используйте навыки формирования уверенности и оказания поддержки, не давайте много советов.
  - Оцените кормление грудью.

- Если женщина испытывает затруднения при кормлении грудью, постарайтесь найти причину этого и решить, как ей помочь. Однако перед этим проконсультируйтесь с преподавателем.

Занятие 25

ПРАКТИКА КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Ниже приведены краткие инструкции, которые вы получите от преподавателя, о том как выполнить упражнения. Постарайтесь найти время, чтобы прочитать их до занятия и вспомнить, что делать во время практического занятия.
Во время практики вы будете работать в небольших группах, по очереди играя роль "матери" и "консультанта", который выясняет ситуацию, используя навыки, перечисленные в **КОНТРОЛЬНОМ ЛИСТЕ НАВЫКОВ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ**.
Играть роль матери вы будете в соответствии с историей матери и ребенка, которую вы получите на карточке.

Как проводить практику консультирования

Если вы "консультант":

- Поздоровайтесь с “матерью” и представьтесь
- Называйте мать и ребенка по имени
- Чтобы начать разговор, задайте 1-2 открытых вопроса.
- Воспользуйтесь навыками консультирования, чтобы выяснить информацию о матери и ее проблеме.
- Окажите ей помощь, которую вы считаете необходимой.
- Постарайтесь хотя бы по одному разу использовать каждый навык из **КОНТРОЛЬНОГО ЛИСТА НАВЫКОВ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ**

Нет необходимости практиковаться в наблюдении за кормлением грудью. Все, что вам нужно, записано в истории. В реальной ситуации вам было бы нужно понаблюдать.

Если вы "мать":

Вы один (одна) в группе имеете карточку с историей. Не показывайте ее никому, особенно "консультанту".

- Придумайте себе и ребенку имена: либо настоящие, либо любые другие.
- Ответьте на открытые вопросы "консультанта", укажите причину визита. Она записана вверху карточки.
- Отвечайте на вопросы "консультанта", используя полученную информацию. Если ответа на вопрос в карточке нет, придумайте его так, чтобы он соответствовал ситуации.
- Если "консультант" удачно применяет навыки “слушать и узнавать” информацию, и вы почувствовали его заинтересованность в беседе, вы можете рассказать больше.

Если вы "наблюдающий":

- Фиксируйте, какие навыки "консультант" использует, а какие - нет.
- Отметьте все навыки, которые "консультант" применял правильно, в **КОНТРОЛЬНОМ ЛИСТЕ НАВЫКОВ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ**
- Постарайтесь решить правильную ли "консультант" понимает ситуацию "матери".
- Нужные ли вопросы задает, правильно ли оказывает помощь?
- Во время обсуждения беседы похвалите то, что удалось участникам беседы, посоветуйте, что можно было бы сделать лучше.

КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ НАВЫКОВ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Слушать и узнавать

- ☐ Полезные методы несловесного общения
- ☐ "Открытые" вопросы
- ☐ Проявление интереса
- ☐ “Отражение" слов матери
- ☐ Проникнуться сопереживанием
- ☐ Избегать употребления оценивающих слов

Формирование уверенности и оказание поддержки

- ☐ Принятие того, что говорит мать
- ☐ Одобрение того, что правильно
- ☐ Оказание практической помощи
- ☐ Выдача уместной информации
- ☐ Использование простого языка
- ☐ Внесение одного-двух предложений

Оценка кормления грудью

- ☐ Положение тела
- ☐ Реакции матери и ребенка
- ☐ Эмоциональная связь
- ☐ Анатомия молочных желез
- ☐ Сосание
- ☐ Продолжительность сосания

Составление истории грудного вскармливания

- ☐ Кормление ребенка в настоящее время
- ☐ Состояние и поведение ребенка
- ☐ Беременность, роды, кормление на раннем этапе
- ☐ Состояние матери и планирование семьи
- ☐ Опыт предыдущего кормления грудью
- ☐ Семья и социальное положение

Занятие 26

НИЗКОВЕСНЫЕ И БОЛЬНЫЕ ДЕТИ

Введение
Термин *низкая масса тела при рождении* (НМТР) подразумевает массу тела при рождении менее, чем 2.500 г. Сюда относятся дети, родившиеся преждевременно, которые являются *недоношенными*, и дети малые для гестационного возраста. И те, и другие дети могут быть маленькими.

Во многих странах 15-20% всех детей составляют низковесные дети.
В этой стране ____ % всех детей составляют низковесные дети.

Низковесные дети подвержены большему риску инфекции и они в большей степени нуждаются в грудном молоке, чем более крупные дети. До сих пор этих детей значительно чаще кормят искусственным питанием и из бутылочки, нежели детей с нормальным весом.

Методы кормления низковесных детей

В течение первых нескольких дней ребенок может быть не в состоянии питаться через рот. Он может нуждаться во внутривенном питании. Кормление через рот нужно начинать сразу же, как только ребенок сможет его переносить.

Детей с гестационным возрастом менее 30 - 32 недель необходимо кормить через назогастральный зонд. Дайте сцеженное грудное молоко через зонд. Мать может во время кормления ребенка из трубки разрешить ему сосать ее палец. Это стимулирует работу пищевого тракта ребенка и способствует прибавлению веса ребенка.
Если можно, разрешите матери держать ребенка на руках и быть с ним в контакте кожа-к-коже каждый день. Контакт кожа-к-коже способствует налаживанию связей и выработке грудного молока у матери, и тем самым способствует грудному вскармливанию.
Детей в гестационном возрасте 30 - 32 недели можно кормить из маленькой чашки и маленькой ложкой. Вы можете начинать пытаться кормить из чашки один раз или дважды в день в то время, когда ребенка кормят через зонд. Если он хорошо ест из чашки, вы можете реже кормить его через зонд. Другим способом кормления в этом возрасте является сцеживание грудного молока непосредственно в рот ребенка.
Дети в гестационном возрасте 32 недели и старше могут начинать сосать грудь. Разрешите матери приложить ребенка к груди, как только он себя почувствует хорошо. Сначала он может только хватать соски и лизать их или слегка сосать. Продолжая сцеживать грудное молоко в чашку или зонд, убедитесь в том , что ребенок наедается досыта.
Как только низковесный ребенок начинает эффективно сосать, он может делать частые и длинные паузы во время кормления. Например, после 4 -5 сосаний он может сделать паузу на 4 или 5 минут. Очень важно не отрывать сразу же ребенка от груди. Оставьте ребенка у груди, чтобы после паузы он мог снова начать сосать. Он может продолжать сосать в течение часа, если необходимо. Предложите ему еду из чашки после кормления грудью. Или предложите другую грудь и еду из чашки.

Убедитесь, что ребенок сосет в правильном положении.
Правильное прикладывание к груди способствует эффективному сосанию на начальной стадии.

Лучшими положениями, при которых мать может держать низковесного ребенка у груди, являются:

- горизонтально к своему телу, придерживая его рукой с противоположной от груди стороны;
- положение под рукой.

В обоих случаях она поддерживает тело ребенка своей рукой и контролирует его голову кистью руки. Это важно для низковесных детей, но не для более крупных детей (см. Занятие 10 "Положение ребенка у груди").

Дети с гестационным возрастом 34 - 36 недель и старше (иногда и раньше) могут получать все необходимое непосредственно при грудном вскармливании. Хотя иногда возникает необходимость продолжить подкармливание ребенка из чашки.

Почему кормление ребенка из чашки безопасней и лучше, чем из бутылочки?

- Чашки легче мыть мылом и водой, если невозможно кипячение.
- Из чашек на кормление детей уходит времени меньше, чем из бутылочки, что препятствует размножению бактерий.
- Чашку нельзя оставить рядом с ребенком, чтобы он сам поел. Мать, кормящая ребенка из чашки, должна держать ребенка и смотреть на него, тем самым оказывая необходимое ему внимание.
- Кормление из чашки не препятствует кормлению грудью.
- Чашка не отвлекает ребенка от еды.

КАК КОРМИТЬ РЕБЕНКА ИЗ ЧАШКИ

- Держите ребенка в подоле в сидячем вертикально или полулежа положении.
- Держите маленькую чашку с молоком у губ ребенка.
  Слегка прикоснитесь чашкой к губам так, чтобы молоко коснулось губ ребенка.
  Чашка слегка лежит на нижней губе ребенка, а края чашки касаются наружной стороны верхней губы ребенка.
- Ребенок настораживается и открывает свои рот и глаза.
  - Низковесный ребенок берет молоко в рот, помогая языком.
  - Доношенный ребенок или старше сосет молоко, проливая при этом часть молока.
- НЕ ЛЕЙТЕ молоко в рот ребенка. Держите чашку у его губ и дайте ему возможность самому пить.
- Как только ребенок наестся, он закрывает рот и больше не пьет. Если ребенок не выпил положенную норму, он выпьет ее в следующий раз или вам необходимо кормить его чаще.
- Рассчитайте норму приема еды в течение суток - а не на каждое кормление.

Рис. 37 Кормление низковесного ребенка из чашки

Желтуха

Желтуха не является показанием к прекращению кормления грудью или к введению дополнительного питания.

Физиологическая желтуха обычно появляется между 2-ым и 10-ым днями жизни. Она встречается чаще и в более тяжелой форме у детей, *которые получают мало грудного молока*. Дополнительное питье, вода или вода с глюкозой не помогает, потому что оно сокращает потребление грудного молока.

Чтобы предотвратить развитие тяжелой желтухи, детям необходимо давать *больше грудного молока*.

- Детей необходимо начать кормить грудью сразу же после родов.
- Детей необходимо кормить грудью часто, в неограниченном количестве.
- Дети, которых кормят сцеженным грудным молоком, должны получать грудного молока на 20% больше.

Раннее кормление особенно полезно, так как ребенок получает молозиво.
Молозиво обладает мягким слабительным эффектом, в результате которого выделяется меконий (первый детский стул темного цвета). Билирубин выделяется со стулом, таким образом молозиво предотвращает желтуху.

Как помочь матери продолжить грудное вскармливание, если ребенок болен

Если ребенок в больнице:
Госпитализируйте его мать, чтобы она могла находиться рядом с ним и кормить его грудью.

Если ребенок умеет хорошо сосать грудь:
Убедите мать кормить грудью чаще. Она может увеличить число кормлений до 12 раз в сутки или больше, если ребенок болен. Иногда ребенок отказывается от другой еды, но продолжает сосать грудь.
Это обычное явление для детей, у которых наблюдается диарея. Иногда больному ребенку нравится сосать грудь чаще, что способствует увеличению выработки грудного молока.

Если ребенок меньше сосет грудь при каждом кормлении, чем прежде:
Посоветуйте матери чаще кормить ребенка, даже если продолжительность кормления короче.

Если ребенок не может сосать грудь или отказывается, или сосет недостаточно:
Помогите матери сцедить молоко и дать его из чашки или ложки.
Пусть ребенок продолжит сосать грудь, если он этого хочет. Даже те дети, которым вводят жидкость внутривенно, могут сосать грудь или пить сцеженное грудное молоко.

Если ребенок не может пить сцеженное грудное молоко из чашки:
В этом случае, вероятно, необходимо давать на несколько кормлений сцеженное грудное молоко через назогастральный зонд.

Если ребенок не может есть через рот:
Убедите мать в необходимости сцеживания молоко для сохранения лактации до того времени, когда ее ребенок снова сможет есть через рот. Она должна сцеживать молоко в условное время кормления, в том числе и ночью (см. Занятие 20, " Сцеживание грудного молока".) Она может сохранять свое молоко или отдавать его другому ребенку.

После выздоровления ребенка она сможет продолжать кормить его грудью. Если он вначале откажется от груди, помогите ему начать сосать снова (см. Занятие 16 "Отказ от груди") Порекомендуйте матери кормить часто, чтобы восстановить лактацию (см. Занятие 27, "Увеличение лактации и релактация").

КОЛИЧЕСТВО МОЛОКА ДЛЯ ДЕТЕЙ, КОТОРЫЕ НЕ МОГУТ КОРМИТЬСЯ ГРУДЬЮ

Какое молоко давать:

Вариант 1: Сцеженное грудное молоко (СГМ), (если можно материнское)

Вариант 2: Детское питание, приготовленное согласно инструкции

Вариант 3: Молоко животных
(Разбавить 3 чашки коровьего молока 1 чашкой воды и добавить одну чайную ложку сахара на чашку молока).

Необходимое количество молока:

Дети с весом 2,5 кг и более:

150 мл молока на килограмм веса в день

Разделить общее количество молока на 8 кормлений и давать каждые 3 часа.

Дети с весом менее 2,5 кг (низковесные):

Начинать с 60 мл/кг веса

Увеличивать общий объем молока на 20 мл на кг веса каждый день до тех пор, пока ребенок не начнет получать по 200 мл на кг веса в день.

Разделить общий объем молока на 8 -12 кормлений, кормить каждые 2-3 часа.

Продолжать кормить до тех пор, пока вес ребенка не достигнет 1800г или более и пока он не перейдет полностью на грудное вскармливание.

Проверить суточный объем принятого ребенком молока.

Частота индивидуальных кормлений может меняться.

Объем молока для детей

Количество молока, которое получает ребенок за одно кормление, варьирует в зависимости от метода кормления. Пусть ребенок сам решает, когда ему хватит. Если ребенок съел мало, дайте ему больше на следующее кормление, или покормите его пораньше, особенно, если ребенок проголодался. Оцените объем кормления за сутки. Докармливайте через назогастральный зонд только, если суточный объем недостаточен.

Если у матери мало молока, необходимо его все отдать ребенку.

Помогите ей поверить, что даже это малое количество ценно, особенно для предотвращения инфекции. Это поможет ей поверить в себя и продуцировать больше молока. Необходимо докармливать в случае необходимости донорским грудным молоком.

Если мать сцеживает больше молока, чем нужно ребенку, пусть она сцеживает позднее молоко из каждой груди в отдельную посуду. И при кормление следует давать ребенку сначала позднее молоко, из которого он получит дополнительную энергию, так необходимую ему.

УПРАЖНЕНИЕ 18. *Кормление низковесных и больных детей*

Как выполнять упражнение:

Чтобы ответить на Вопрос 1 (факультативный), необходимо использовать информацию, выделенную в рамку под заголовком "**КОЛИЧЕСТВО МОЛОКА ДЛЯ ДЕТЕЙ, КОТОРЫЕ НЕ МОГУТ КОРМИТЬСЯ ГРУДЬЮ**", и подсчитать какое количество молока необходимо ребенку.
Прочитайте **Пример**.

Чтобы ответить на 2, 3 и 4 вопросы, объясните вкратце, что бы вы посоветовали матери о кормлении ее ребенка.

Пример: (факультатив)

У Марии родился ребенок на 8 недель раньше, и он не умеет еще хорошо сосать грудь. Мария сцеживает молоко и кормит его каждые 3 часа из чашки. Вес ребенка на 5-й день жизни составляет 1,6 килограмма.

Какое количество молока должна давать Мария при каждом кормлении?

Низковесному ребенку необходимо давать в первый день 60 мл на килограмм веса.
На 5-й день ему необходимо дать:
60+20+20+20+20 мл/кг = 140 мл/кг
Так как ребенок Марии весит 1,6 кг, ему необходимо дать
1,6 x 140 = 224 мл на 5-й день.
Его кормят каждые 3 часа, таким образом он получает 8 кормлений в день. Следовательно, при каждом кормлении ему необходимо давать:
224 мл : 8 = 28 мл сцеженного грудного молока.
(Если необходимо, Мария может предложить еще немного молока, например 30 мл. Это с учетом разбрызганного молока).

Ответить:

Вопрос 1 (факультатив)
Девочка Анна родилась с гестационным сроком 31 неделя и не может еще сосать грудь. Она весит 1,5 кг и вы кормите ее сцеженным грудным молоком матери через зонд. Это второй день, когда она получает питание через рот. Вы кормите ее каждые 2 часа.

Какое количество молока вы будете давать ей при каждом кормлении?

Вопрос 2
Катя родила ребенка на 6 недель раньше срока. Он весит 1.500 грамм и его содержат в отделении для недоношенных новорожденных. Катя хочет кормить его грудью, но ее беспокоит то, что он не сможет есть.

Что вы скажете, чтобы поддержать Катю?

Что вы скажете, чтобы вселить в нее уверенность?

Вопрос 3
Сереже 8 месяцев. 5 недель назад его кормили исключительно грудью.
Сейчас кроме грудного вскармливания ребенку дают трижды в день обогащенную овсяную кашу. В течение 2-х дней у него наблюдалась диарея и он не хотел есть кашу. Он не обезвожен. Вы объясняете матери, как поить ребенка регидратационным раствором и когда можно начать его кормить.

Что вы должны сказать в том случае, если мать Сережи поступает правильно?

Каких два совета вы дадите матери относительно кормления Сережи?

Вопрос 4
Тане 4 месяца и ее лечили в госпитале от тяжелой формы пневмонии. До начала болезни ее кормили исключительно грудью. Сейчас она не может сосать грудь и ее вынуждены кормить через назогастральный зонд.

Что мать Тани должна делать, чтобы накормить ребенка?

Как часто вы предложите ей делать это?

Вопрос 5
Зое 3 дня, ее глаза и кожа окрасились слегка в желтый цвет.
Мать кормит ребенка грудью 3-4 раза в день и она также дает Зое между кормлениями раствор глюкозы.

Какую необходимую информацию дадите вы матери Зои?

Как вы посоветуете матери кормить Зою?

Занятие 27

УВЕЛИЧЕНИЕ ЛАКТАЦИИ И РЕЛАКТАЦИЯ

Введение

Если у матери уменьшилась лактация, ей необходимо увеличить ее. Уменьшение лактации обычно вызвано трудностями грудного вскармливания, когда ребенок не получает необходимого количества молока. Если мать прекратила грудное кормление, она может захотеть начать его снова. Это называется *релактацией*.

Ситуации, при которых мать хочет возобновить лактацию, могут быть следующими:

- ребенок заболел и не сосал грудь какое-то время;
- ребенок искусственно вскармливается, но мать хочет попытаться кормить его грудью;
- ребенок заболел или ему не подходит искусственное питание;
- мать заболела и прекратила кормить ребенка;
- женщина усыновила ребенка.

Для увеличения лактации и релактации используются одинаковые методы, поэтому мы описываем их вместе. Релактация - это более трудный и длительный процесс. У матери должна быть хорошая мотивация и ей необходимо оказать большую поддержку. Иногда необходимо прибегнуть к методам, описанным в рамке "Помощь при отказе от груди" Занятия 16 "Отказ от груди".

Как помочь матери увеличить количество грудного молока

Женщина должна разрешить ребенку *сосать грудь как можно чаще* с тем, чтобы стимулировать грудь. Если ребенок не хочет часто сосать, лактация не увеличится, что бы она ни делала.

Обильное питание не способствует увеличению лактации. Однако, если она недоедает, ей необходимо больше есть, чтобы восстановить силы и энергию. Если мать питается нормально, еда и теплое питательное питье помогают ей расслабиться и чувствовать себя уверенней.

Многие матери испытывают чувство жажды при кормлении грудью, особенно незадолго до кормления. Им необходимо попить, чтобы утолить жажду. Однако обильное питье не увеличивает поступление грудного молока. Иногда обильное питье снижает лактацию.

В ряде стран опытные женщины знакомы с некоторой формой lactogogue. Lactogogues - специальные продукты, питье или травы , которые, как считают люди, увеличивают выработку грудного молока. Это не лекарства, но они помогают женщине расслабиться и вселяют в нее уверенность.

КАК ПОМОЧЬ МАТЕРИ УВЕЛИЧИТЬ ЛАКТАЦИЮ

- Если возможно, постарайтесь помочь дома матери и ребенку. Иногда целесообразнее госпитализировать их на неделю или две, чтобы оказать помощь, особенно если дома мать заставляют кормить из бутылочки.
- Обсудите с матерью причины плохой лактации.
- Объясните матери, что ей необходимо делать, чтобы увеличить лактацию. Объясните, что для этого необходимо терпение и настойчивость.
- Чтобы придать матери уверенность, используйте все известные вам способы. Помогите ей поверить в то, что у нее снова будет лактация или она увеличится. Старайтесь видеть мать и разговаривать с нею чаще - *по меньшей мере дважды в день*.
- Убедитесь в том, что она достаточно ест и пьет.
- Если вы знаете местный ценный lactogogue, убедите мать принимать его.
- Убедите ее больше отдыхать и пытаться расслабляться во время кормления грудью.
- Объясните ей, что ребенок должен быть рядом с ней, в контакте кожа-к-коже и она должна делать все для него сама. Бабушки могут помочь по собственной инициативе - но они не должны заботиться о ребенке сейчас. Позднее они смогут делать это.
- Объясните, что очень важно дать возможность ребенку сосать грудь как можно чаще - по меньшей мере 10 раз в течение суток и больше, если желает этого ребенок.
  Она может предлагать грудь каждые два часа.
  Она должна разрешить ему сосать грудь, как только он начинает проявлять интерес.
  Она должна разрешить ему сосать грудь дольше, чем предыдущий раз.
  Ребенок должен находиться рядом с ней, и она должна кормить его грудью ночью.
  Иногда легче покормить грудью ребенка в сонном состоянии.
- Убедитесь в том, что ребенок правильно приложен к груди.
- Обсудите, как дать ребенку докорм во время ожидания лактации и как сократить кормление другим молоком при увеличении лактации у матери. Информацию о количестве необходимого ребенку молока можно получить в рамке Количество молока для детей, которые не могут кормиться грудью, занятия 26.
- Покажите ей, как давать прикорм из чашки, а не из бутылочки.
- Мать не должна пользоваться пустышкой.
- Если ребенок отказывается сосать "пустую" грудь, помогите ей найти способ, с помощью которого она бы смогла одновременно кормить его грудью и подкармливать молоком. Например, с помощью капельницы или приспособления для докорма при грудном кормлении (см. ниже).
- Прежде всего она должна дать ему в полном объеме искусственное питание с учетом его веса или того количества, которое он потреблял ранее. Как только начнется даже небольшая лактация мать может уменьшить дневную норму до 30-60 мл в день.
- Проверьте вес и диурез ребенка, чтобы убедиться в том, что он получает достаточно молока.
  - Если же ему не хватает молока, в течение нескольких дней не снижайте объем искусственного питания.
  - Если необходимо, увеличьте объем искусственного питания на день или два. Некоторые женщины могут уменьшить количество более, чем на 30-60 мл в день.

Длительность периода релактации

Время, необходимое для увеличения лактации, может значительно варьировать. Становлению лактации способствуют сильное желание матери кормить грудью и желание ребенка часто сосать грудь. Но мать не должна беспокоиться, если этот период затягивается дольше, чем ожидалось.

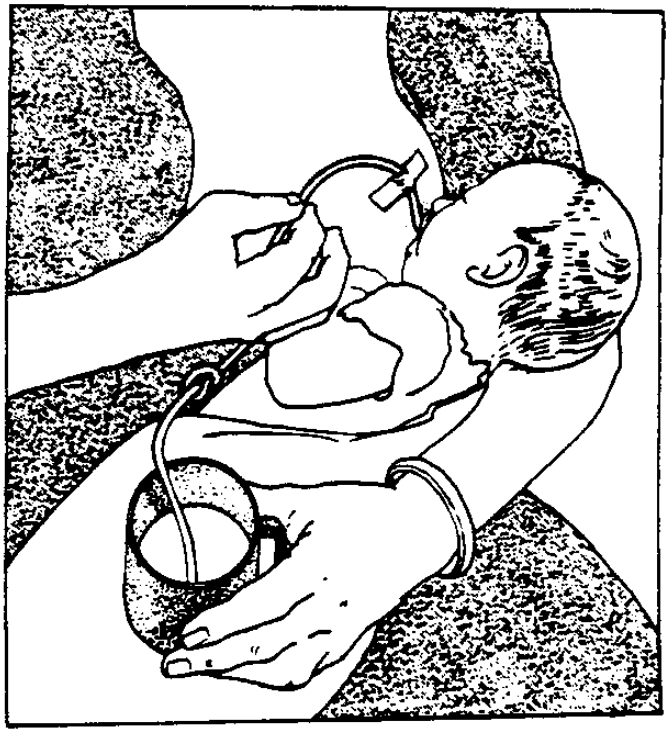
Если ребенок иногда все же сосет грудь, в этом случае лактация увеличивается через несколько дней. Если же ребенок прекратил сосать грудь, в этом случае молоко поступит через 1-2 недели или позже.

Значительно проще возобновить лактацию, если ребенок маленький (меньше 2 месяцев), нежели когда он старше (более 6 месяцев). Однако возобновить лактацию возможно и в том, и в другом случае.

Легче возобновить лактацию, если ребенок недавно прекратил сосать грудь, нежели давно. Однако возобновить лактацию возможно в любое время.

У женщины давно не кормившей грудью, может снова вырабатываться молоко, даже если она в постклимактерическом возрасте. Например, бабушка может кормить грудью внука.

Рис. 38 Использование приспособления для докорма при кормлении грудью



КАК ПОМОЧЬ МАТЕРИ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ПРИСПОСОБЛЕНИЕМ ДЛЯ ДОКОРМА ПРИ КОРМЛЕНИИ ГРУДЬЮ

Покажите матери как:

- Пользоваться тонким назогастральным зондом или другой тонкой пластмассовой трубкой и чашкой с молоком. Если трубка не очень тонкая , необходимо выбрать лучшую.

- Вырезать сбоку маленькую дырку с того конца трубки, который будет находиться во рту у ребенка (вдобавок к отверстию на конце).

- Подготовить чашку молока (сцеженного грудного или искусственного) с тем количеством молока, которое необходимо ребенку на одно кормление (см. страницу 139)

- Положить один конец трубки вдоль соска так, чтобы ребенок сосал одновременно грудь и трубку.
  Зафиксировать трубку на груди.

- Опустить другой конец трубки в чашку с молоком.

- Завязать узел на трубке, если она широкая, или поставить бумажный зажим на нее, или зажать трубку. Это регулирует скорость подачи молока по трубке, чтобы ребенок не окончил кормление слишком быстро.

- Отрегулировать скорость подачи молока таким образом, чтобы продолжительность каждого кормления составляла, по возможности, 30 минут. (Поднимая чашку - ускоряем подачу молока, опуская чашку - замедляем подачу молока).

- Разрешать ребенку сосать грудь в любое время, когда ему захочется - а не тогда, когда вы пользуетесь приспособлением.

- Чистить и стерилизовать трубку приспособления и чашку или бутылку после каждого употребления.

Другие способы докармливания ребенка

Как использовать шприц

Используйте 5 мл или 10 мл шприц.
Прикрепите к нему тонкую пластмассовую трубочку длиной около 5 см (например, отрежьте кусочек желудочного зонда вместе с адаптером).

Объясните, чтобы мать отмерила необходимое для кормления количество молока маленькой чашечкой.
Она набирает молоко в шприц из этой чашки.

Она вставляет конец трубки в угол рта ребенка и медленно выдавливает молоко в то время, когда он сосет.

Она наполняет вновь шприц и продолжает кормить до тех пор, пока ребенок не наестся.
Она должна стараться кормить ребенка в течение 30 минут (приблизительно по 15 минут у каждой груди).

Как использовать пипетку

Мать отмеряет необходимое для кормления количество молока маленькой чашечкой.
Она капает молоко в рот ребенку из пипетки в то время, когда он сосет.

Как направить молоко вниз по груди

Капайте сцеженное грудное молоко по груди и соску с помощью ложки или чашки. Расположите ребенка у груди так. чтобы он слизывал капли молока. Медленно введите сосок в его рот и помогите ему расположиться у груди. Вам, возможно, придется это делать в течение 3-4 дней, пока ребенок не начнет эффективно сосать.

УПРАЖНЕНИЕ 19. *Релактация*

Как выполнять упражнение:

Чтобы подсчитать общее количество молока, необходимое ребенку, используйте информацию в рамке **КОЛИЧЕСТВО МОЛОКА ДЛЯ ДЕТЕЙ, КОТОРЫЕ НЕ МОГУТ КОРМИТЬСЯ ГРУДЬЮ**. Чтобы решить, как сократить потребление ребенком искусственного молока во время релактации, используйте информацию рамки **КАК ПОМОЧЬ МАТЕРИ УВЕЛИЧИТЬ ЛАКТАЦИЮ** (см. второй пункт).

Пример:

Ада умерла вскоре после рождения ребенка. Заботиться о ребенке будет мать Ады, которая хочет кормить его грудью. Она кормила грудью всех своих детей. Ее младшему ребенку 12 лет. Ребенку Ады сейчас 4 недели и он весит 4,5 кг. В ожидании релактации мать Ады разрешит ребенку сосать грудь и она будет кормить ребенка детским питанием с помощью приспособления, предназначенного для докорма при грудном кормлении.

Какое количество искусственного молока вначале должна давать мать Ады ребенку каждый день?

В день ребенку необходимо 150 мл/кг.
Таким образом, ребенку необходимо всего (150 x 4,5) = 675 мл молока в день.

Спустя несколько дней, как только у матери Ады начнет вырабатываться молоко в небольшом количестве, она начнет сокращать количество искусственного молока на 30 мл каждый день.

Сколько молока она даст ребенку в первый день, когда она начнет уменьшать его количество?

Она даст (675 - 30) мл = 645 мл.

Сколько молока она даст ребенку на следующий день?

Она даст (645 - 30)мл = 615 мл.

Ответить:

Двухмесячный ребенок вскармливается искусственно в течение одного месяца. У ребенка тяжелая форма диареи и искусственное питание усугубило заболевание. Мать успешно кормила ребенка грудью в течение первых 4 недель и она желает возобновить лактацию. Похоже, что ребенок хочет сосать грудь. Вы будете кормить ребенка донорским сцеженным грудным молоком из чашки до тех пор, пока у его матери не появится молоко. Вы будете уменьшать количество донорского сцеженного грудного молока на 30 мл в день. Ребенок весит 4,0 кг.

Какое количество сцеженного грудного молока вы будете давать вначале ребенку из чашки каждый день?

Какое количество сцеженного грудного молока вы будете давать в первый день, когда вы начали уменьшение его объема?

Какое количество сцеженного грудного молока вы будете давать ребенку на 10-й день после начала уменьшения его объема?

Сколько всего дней потребуется, с учетом ежедневного снижения объема молока, на то, чтобы полностью прекратить докорм ребенка сцеженным грудным молоком?

Занятие 28

ПОДДЕРЖКА ПРОДОЛЖЕНИЯ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

Введение

Практическое здравоохранение оказывает огромное влияние на кормление грудью детей до 2-х лет. Важно, чтобы все учреждения здравоохранения поддерживали продолжение грудного вскармливания, а не только родильные учреждения.

Медицинские работники могут много сделать, чтобы поддержать женщин, которые хотят кормить грудью своих детей. Они могут помочь также в его продолжении.
А если они активно не поддерживают продолжение грудного вскармливания, то могут непреднамеренно помешать.

Каждый контакт с матерью медработник должен рассматривать, как возможность поддержать продолжение кормления грудью.

Встречаясь с матерью, каждый раз старайтесь помочь ей сохранить уверенность в себе.

Хвалите ее за все, что она и ребенок делают хорошо.

Сообщайте ей необходимую **информацию** и делайте необходимые **предложения**.

Похвалить
Информировать
Предложить

Особенно важно поговорить о продолжении кормления грудью, когда вы взвешиваете ребенка. Наблюдение за ростом и весом ребенка помогают узнать, получает ли он достаточно грудного молока. Медленный рост - важный признак того, что мать и ребенок нуждаются в помощи.

Если у матери нет карты физического развития ребенка, или вы не можете взвесить его, вы все равно можете поговорить о продолжении кормления грудью. Вы можете узнать о том, хорошо ли идет кормление грудью или нет, по внешнему виду и поведению ребенка. Вы можете спросить о мочевыделении ребенка.

КАК СЛУЖБЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ МОГУТ ОКАЗАТЬ ПОДДЕРЖКУ ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ

- *Поощряйте всех матерей, кормящих грудью.*
  Убеждайте их продолжать грудное вскармливание и помогать другим матерям.
  Не забывайте похвалить матерей, кормящих грудью второй год.
- *Помогайте матерям наиболее рационально кормить грудью.*
  Например, кормить исключительно грудью в течение 4-6 месяцев.
  Помогайте матерям улучшать их навыки, которые могут быть причиной многих проблем.
- *Убеждайте матерей обратиться к врачу за помощью, прежде чем начать искусственное кормление.*
  Например, если они обеспокоены своей лактацией.
  Или если у них возникли трудности или появились вопросы относительно грудного вскармливания.
- *Если необходимо, отправьте матерей в группу поддержки грудного вскармливания.*
  (См. Занятие 8, "Практика здравоохранения".)
- *Дайте кормящей грудью матери подходящий совет по планированию семьи.*
  Убедите мать не беременеть, пока ее ребенку не исполнится два года или больше.
- *Не забудьте поддерживать грудное вскармливание во время визита матери к вам для:*
  постнатального контроля (в первую неделю и в дальнейшем при посещении детской поликлиники);
  планирования семьи;
  контроля за развитием (особенно при плохом прибавлении веса ребенка);
  иммунизации (включая прививку против кори).
  Во время визита к вам матери с 9-тимесячным ребенком убедите ее продолжить кормление грудью до 12-15-тимесячного возраста или старше, давая ему при этом прикорм.
- *Помогите продолжить грудное вскармливание матерям, оказавшимся в трудных ситуациях:*
  - если они вынуждены приступить к работе;
  - с близнецами или низковесными детьми;
  - с ребенком-инвалидом;
  - если мать больна или инвалид.
- *Помогите матерям кормить грудью больных детей или маленьких ослабленных детей.*
  Мать может увеличить число кормлений грудью до 12 или больше раз в день. Если ребенок не может сосать грудь, помогите матери сцедить грудное молоко для питания ребенка (см. Занятие 20 "Сцеживание грудного молока").
- *Сообщите своим коллегам о том, что вы пытаетесь делать.*
  Убедитесь в том, что медработники других специальностей разбираются в вопросах грудного вскармливания. Обратитесь к ним за поддержкой и предложите им свою помощь, если они занимаются вопросами охраны здоровья матерей и детей.