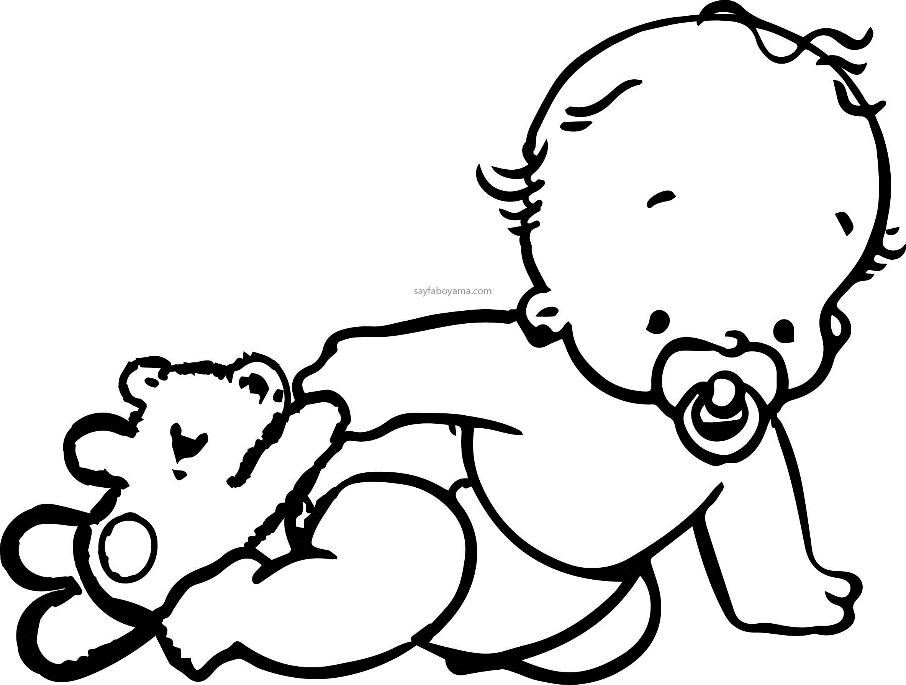




*Памятка по обучения правилам кормления грудью*

******

Естественным завершением родов является начало грудного вскармливания. Все системы женского организма готовятся к этому в течение беременности. Важно соблюдать следующие правила, чтоб не нанести вред ребенку и самому себе. Это единственное, созданное природой для младенца.

|  |  |
| --- | --- |
| **Важно строго соблюдать правила личной гигиены:**  1.Перед кормлением тщательно вымыть руки.  2.Безупречно чистым должен быть и бюстгальтер (желательно чтобы он был из хлопчатобумажной ткани).  3.Не следует мыть молочные железы и соски перед каждым кормлением и обрабатывать соски дезинфицирующим раствором.  **Частота кормлений для ребенка, родившегося доношенным, устанавливается по его требованию.** Необходимо прикладывать его к груди по любому поводу, предоставив возможность сосать грудь, когда он хочет и сколько хочет. Это очень важно не только для насыщения ребенка, но и для его ощущения комфорта и защищенности.  **Ничем не докармливать и не допаивать ребенка**. Если ребёнок хочет пить, его следует чаще прикладывать к груди.  **Исключение дополнительного сцеживания молока.** При правильно организованном грудном вскармливании молока вырабатывается ровно столько, сколько нужно ребенку.  **Раннее прикладывание к груди.** Втечение первого часа после рождения.  **Исключение догрудного кормления**из бутылки или другим способом, чтобы избежать нежелательного запечатления и не сформировать у ребенка установку на любое иное кормление, кроме грудного. | **После кормления одной грудью и при полном ее опорожнении ребенку обязательно следует предложить вторую.**  **Следующее кормление начинать с той груди, которой закончилось предыдущее.**  **По окончании кормления рекомендуется подержать ребенка в вертикальном положении.** Чтобы из желудка не отойдет воздух, который он заглатывает при кормлении.  **После окончания кормления несколькими каплями молока «обработать» сосок и ареолу и дать соскам высохнуть**. Профилактика трещин и мацерации сосков.  **Правильное прикладывание и положение ребенка у груди**. Для эффективного получения ребенком молока и успешного грудного вскармливания.  **Не грудь к ребенку, а ребенка к груди.**  **Продолжительность кормления регулирует ребёнок.** Не следует отрывать ребёнка от груди раньше, чем он сам отпустит сосок.  **Откажитесь от резко пахнущих дезодорантов и других косметических средств.** На период кормления грудью, чтоб ребенок не отказался от груди.  **Выполнила: Дмитриева Э.В.. Группа 313, 2023.** |

Грудное вскармливание является обязательным основным условием формирования здоровья, оказывает влияние на последующее становление очень важных социальных функций, связанных с интеллектуальным потенциалом общества, физической работоспособностью, воспроизводством. Поэтому важно, чтоб ребенок получал источники энергии и развития в таком виде.