***Как правильно прикладывать ребенка к груди***

* Голова и тело вашего ребенка должно быть на одной линии
* Прижимайте тельце ребенка к своему под прямым углом к вашему телу
* Ребенок должен быть обращен лицом к груди и носом к соскоку
* Положение должно быть удобным как для вас, так и для ребенка
* Голова ребенка запрокинута назад, п ротик широко раскрыт
* Поднесите ребенка к груди, а не наоборот
* Ваш ребенок должен захватить ротиком сосок, околососковый кружок и некоторую часть окружающей тканей груди
* Ваш ребенок должен начать с нескольких быстрых всасывающих движений, а затем замедлить их по мере высвобождения молока из груди



***Обучения правилам кормления грудью***

***Признаки насыщения и недоедания у грудничка***

Насыщается ребенок в среднем за 20 минут, но после этого он может не отпускать грудь, так как ему просто комфортно находиться в таком положении.

Иногда дети просто не знаю меры, потому долго длящиеся кормления приводят к перееданию и ряду сопутствующих ему проблем.

Чтобы понять, достаточно ли малыш получает грудного молока, следует обратить внимание на некоторые факторы:

* поведение – спокойствие грудничка после кормления, полноценный сон;
* количество мочеиспусканий – в норме от 6 раз в день;
* стул – однородная и мягкая консистенция, желто-соломенный цвет, отсутствие неприятного запаха;
* частота испражнений – минимум раз в день, максимум 6 раз.
* Если какой-либо признак не соответствует норме, то следует проконсультироваться с педиатром. Отклонение от нее может говорить о недоедании малыша или какой-либо патологии.

***Правила кормления грудью***

* Ранее прикладывание к груди. В первый раз это нужно сделать сразу же после родов. Такой прием укрепляет связь матери и ребенка, стимулирует лактацию.
* Правильный захват. Этот момент важен для достаточной лактации и предупреждения появлений трещин на сосках.
* Кормление по требованию. Частота прикладываний индивидуальна и зависит от биоритмов ребенка.
* Давать ребенку обе груди поочередно, при этом вторую грудь за одно кормление можно дать только в том случае, если первая полностью опустошена..
* Не сцеживаться без необходимости. Исключить докармливания. Если лактация в норме, то до полугода ребенку не нужны дополнительные источники питания.



**Комарова П.А. 210 группа 2020г**