«Обучение технике кормления грудью»

1. Перед кормлением вымыть руки.
2. Психологически подготовить себя к кормлению.
3. Принять удобную позу, расслабиться, придать ребенку правильное положение у груди, соблюдая 4 ключевых момента: тело ребенка прижато к материнскому, лицом к груди; голова и тело малыша лежат в одной плоскости; подбородок ребенка касается груди; ребенка поддерживают за ягодицы. Предпочтительные положения для кормления: из-под руки (при закупорке млечного протока, затруднениях с захватом груди, кормление близнецов), на руке (кормление маловесных и больных детей), лежа на боку (после кесарева сечения и швах на промежности), лежа на спине (в случае быстрого поступления молока), лежа на животе с опорой на локти (при затруднениях с захватом груди), вертикальная поза «кенгуру» (кормление недоношенных и маловесных детей), классическое (сидя).
4. Поддерживать контакт матери и ребенка «глаза в глаза».
5. Обеспечить, при необходимости, поддержку груди во время кормления.
6. Приложить ребенка к груди: а) прикоснуться соском к губам ребенка; б) подождать, пока он широко откроет рот; в) прижать к себе, поддерживая за спинку; г) приложить к груди.
7. Проконтролировать, чтобы ребенок захватил ареолу, больше снизу, и близлежащий участок груди с млечным синусом.
8. Завершить кормление: смазать поздним молоком сосок и ареолу, оставить грудь открытой для контакта с воздухом на 10-15 мин.

**Шулешова Анна Дмитриевна, группа 209, 2020 г.**

