

Грудное вскармливание:

5 рекомендаций по прикладыванию ребенка к груди



1



Ваш малыш показывает, когда он хочет кушать, например, двигая головой в поисках груди, чмокая губами, поднося руку ко рту или посасывая палец. Он кажется всё более беспокойным. Если ваш ребенок плачет, постарайтесь сначала успокоить его. Это облегчит процесс прикладывания к груди.

Подробнее на сайте: gesund-ins-leben.de/hungerzeichen

2



Создайте себе комфортные условия для кормления грудью. Именно в первые дни и недели многие считают удобным **положение для кормления грудью**, при котором они могут откинуться назад.

Подробнее на сайте: gesund-ins-leben.de/stillpositionen

3



Прижмите малыша к груди, придерживая его за спину. Его тело повернуто к вам, а нос находится рядом с вашим соском. Подождите, пока ребенок не откроет рот **широко**, как при зевании. В таком положении он сможет захватить большую часть ареолы. Это сохранит ваш сосок, и ребенок сможет хорошо покушать.

5

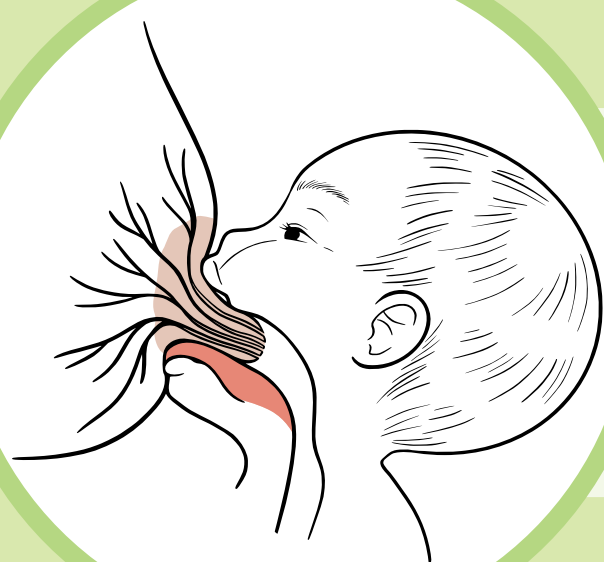
Ощущаете боль или дискомфорт? В таком случае осторожно введите свой мизинец в уголок рта ребенка, чтобы он отпустил грудь. Теперь можно всё начинать сначала. Если всё еще присутствует боль или дискомфорт, проконсультируйтесь со специалистом.

Подробнее на сайте: gesund-ins-leben.de/anlegen

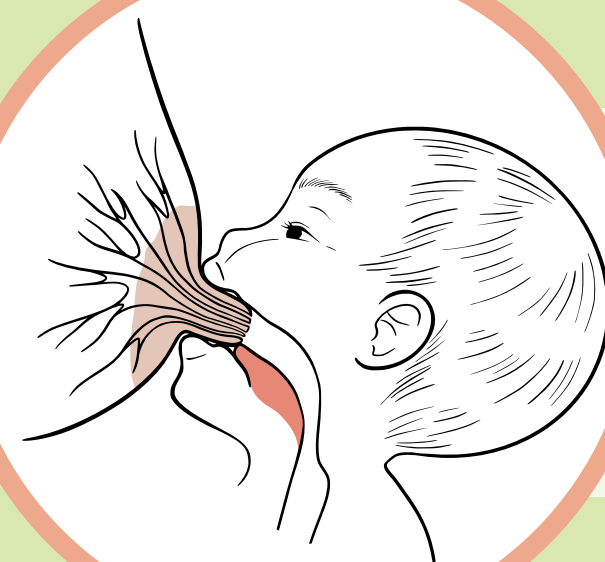
4



Если это поможет, вы можете придать груди форму и поддерживать ее: большой палец положить сверху, остальные пальцы снизу и оставить достаточно пространства между ними и ареолой.



Идеально так: ребенок держит во рту сосок и большую часть ареолы. Его подбородок касается груди. Нижняя губа вывернута наружу.



Не очень подходящее положение: ребенок сосет только сосок, а его рот лишь слегка приоткрыт. Это быстро приводит к болезненности соска.



Если у вас есть вопросы по поводу прикладывания ребенка к груди или возникли сомнения, ваша акушерка или специалист по грудному вскармливанию будут рады помочь вам.



Основы грудного вскармливания – практическая информация и поддержка для родителей

Базовые знания о грудном вскармливании предназначены для всех, кто связан с темой грудного вскармливания. Если вы работаете с семьями на профессиональной или добровольной основе, и грудное вскармливание является для вас постоянной или даже эпизодической темой, эта книга для вас. В ней содержатся качественные базовые знания о грудном вскармливании – с практическими советами о распространенных ситуациях, связанных с грудным вскармливанием, и о кормлении младенцев, особенно в первые месяцы жизни.



Артикул: 0185

Как сделать грудное вскармливание комфортным? – Рекомендации по грудному вскармливанию

Как понять, что мой ребенок голоден? Достаточно ли моего молока? Предварительно протестированный инфокомикс (отрывной блокнот с 50 идентичными инфокомиксами) подходит для консультирования кормящих матерей вскоре после родов. В нем даны девять ежедневных рекомендаций, которые помогут мамам освоить грудное вскармливание. Чем увереннее в себе мама, тем увереннее она кормит грудью и тем лучше это получается.



Артикул: 0180



Грудное вскармливание: 5 рекомендаций по прикладыванию ребенка к груди



Плакат

Импрессум

0723/2024

Издатель
Федеральное ведомство сельского хозяйства и продовольствия (BLE)
Президент:
Д-р Маргарета Бюнинг-Фезель
Дайхманнс Ауэ 29, 53179 Бонн
ble.de, bzfe.de

Редакция
Андреа Феннер, Эдинбург
Андреа Корнблум, BLE
Ханна Сеул, BLE

Иллюстрации малышей
Shia Illustration, Бонн

Графика
Лена Ассманн, Liquid Impressions KG

Печать
Kern GmbH
Ин дер Коллинг 120
66450 Бексбах

Этот продукт был изготовлен в типографии, сертифицированной по системе EMAS, с использованием красок из возобновляемых сырьевых материалов.

Бумага состоит на 100 % из переработанной бумаги.

Сеть Gesund ins Leben является частью инициативы IN FORM и базируется в Федеральном центре питания (BZfE).
gesund-ins-leben.de



Этот текст и иллюстрации опубликованы на условиях Creative Common Lizenz „CC BY-NC-ND 4.0 – Namensnennung – Nicht-kommerziell – Keine Bearbeitung 4.0 International“.
Лицензионное соглашение можно найти на сайте: creativecommons.org

Это издание (артикул 0723) можно заказать на сайте ble-medien-service.de.

BLE 2024

