

Кормление грудью

Застой Молока

Признаки и симптомы. Предотвращение. Лечение.

В первую неделю после родов ощущение наполненности и тяжести груди является нормальным явлением, так как увеличивается приток молока. Если кормление грудью проходит хорошо, то наполненность груди уменьшается в течении 24 часов.

Если нормальная наполненность груди не используется, то молоко может застояться в груди, что может привести к тому, что грудь будет твердой, разбухшей, болезненной на ощупь и не комфортно переполненной.



ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ

- Покормите своего ребенка в течении первого часа после рождения.
- Кормите ребенка грудью, когда ваш ребенок начинает проявлять признаки голода и так долго, как он того захочет.
- Кормите грудью часто, 8-12 раз в течении 24 часов или больше. Не пропускайте кормление, даже ночью.
- Убедитесь, что ваш ребенок правильно расположен и правильно приложен к груди. Во время первого кормления может появиться чувство дискомфорта, но боль не должна длиться в течении всего кормления. Если у вас возникли сомнения, то обратитесь за помощью к специалисту по грудному вскармливанию.
- Позвольте ребенку закончить все молоко из первой груди, прежде чем предложить ему другую грудь. Ребенок может не захотеть брать вторую грудь; вы можете предложить ее первой во время второго кормления.
- Не давайте ребенку соски-пустышки во время первых нескольких недель.
- Не давайте своему ребенку ничего кроме грудного молока, за исключением если так было предписано вашим врачом.
- Если ребенок не высасывает полностью все молоко из груди, то сцеживайте молоко полностью при помощи руки или молокоотсоса.

ПРИЗНАКИ & СИМПТОМЫ

- Грудь становится переполненной, твердой, болезненной и горячей на ощупь.
- Кожа на груди может быть растянутой и казаться блестящей.
- Сосок может увеличиться в размере и выглядеть плоским, затрудняя ребенку прикладывание к груди.
- У вас может подняться невысокая температура.

ЛЕЧЕНИЕ

- Сцеживайте молоко перед кормлением, так как это облегчит прикладывание ребенка к груди. Вы можете сцеживать при помощи руки или используя молокоотсос.
- Прикладывайте теплое, влажное полотенце к груди за несколько минут до кормления для лучшей циркуляции молока.
- Нежно массируйте грудь во время кормления, для увеличения потока молока, что помогает ребенку лучше сосать молоко.

Для комфорта:

- Расслабьтесь во время принятия теплого душа и сцедите молоко при помощи руки.
- Если после кормления грудь все еще полна молока, то сцедите при помощи руки или молокоотсоса.
- Делайте холодный компресс на обе груди между кормлениями для снятия боли и опухоли.
- Делайте холодный компресс на обе груди между кормлениями для снятия боли и опухоли.
- Делайте холодный компресс на обе груди между кормлениями для снятия боли и опухоли.

Свяжитесь со специалистом по грудному вскармливанию, если:

- Застой молока в груди стал критическим и никакие предпринимаемые меры не помогают в течении 24 часов.

- Ваш ребенок испытывает затруднения при прикладывании к груди или вы испытываете боль во время кормления.

Обратитесь к своему врачу, если :

- У вас появились симптомы мастита (покрасневшие, болезненные груди с температурой выше (100.6°F)
- У вас могут возникнуть другие вопросы, касающиеся вашего ребенка.

health.mo.gov/living/families/wic

MISSOURI DEPARTMENT OF HEALTH AND SENIOR SERVICES
WIC and Nutrition Services

P.O. Box 570 Jefferson City, MO 65102-0570 573-751-6204
РАБОДАТЕЛЬ ПРЕДОСТАВЛЯЮЩИЙ РАВНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ, ПОЗИТИВНЫЕ
ДЕЙСТВИЯ. Услуги предоставляются на не дискриминационной основе.