

Грудное вскармливание

Организм 97% женщин готов к кормлению грудью. До 6 месяцев – только грудное молоко. Нельзя воду и пищу.

Кормите до 1,5-2 лет с ночным кормлением.

Как наладить грудное вскармливание?

- Кормите в правильной позе
- Кормите по требованию
- Кормите ночью
- Не давайте пустышки и бутылки
- Сцеживайте только при необходимости: мама находится отдельно от ребенка, маме нужно отлучиться, лактостаз

Позы для кормления

- Поза «колыбелька»
- Поза «перекрестная колыбелька»
- Поза «захват»
- Поза «лежа на боку»



Боль при кормлении грудью?

Прикладывание неправильно.

Хватает ли ребенку молока?

Смотрите по прибавке в весе.

После 14 дней – прибавка от 15 грамм каждую неделю.
В месяц – от 500 грамм.

Можно ли кормить при болезни?

Можно. Исключения: простой герпес на груди, открытая форма туберкулеза, прием несовместимых препаратов.

Питание при грудном вскармливании:

- Еште столько, сколько хочется
- Пейте по жажде
- Питайтесь разнообразно
- Наблюдайте за реакцией на аллергены

Главные аллергены: молоко животных, арахис, орехи, яйца, морепродукты, рыба, соевые продукты, глютен-содержащие злаки

Общение

- Плач – единственный способ общения ребенка
- Не тряслите ребенка
- Спокойная мама – спокойный малыш
- Просить помочь – normally

Помещение

- Влажность 50-60%
- Температура 18-20 градусов
- Чаще проветривайте

Гигиена

- Умывайте ватными дискаами и обычной водой без химии
- Воду для купания можете не кипятить
- До 1 года волосы можете мыть без шампуня
- Уши протирайте после купания ватными палочками с утолщением
- После ванны протирайте складки насухо
- Делайте воздушные ванны малышу
- Подмывайте правильно

АНО «Услышать тишину» - онлайн платформа для глухих на РЖЯ.

Образовательные курсы на РЖЯ: школьные предметы, программирование, блогинг, фитнес, здоровье.
РЖЯ-сопровождение учреждений культуры.

[vk.com/
deafstudent](http://vk.com/deafstudent)

t.me/deaf_su

[rutube.ru/
plst/169961](http://rutube.ru/plst/169961)

deaf.su



Автономная некоммерческая организация «Центр поддержки людей с нарушением слуха «Услышать тишину»



Школа будущих родителей в тишине

Подготовка глухих женщин на РЖЯ к рождению малыша

Фонд
президентских
грантов

МАМ
Компания
общество
поддержки
родителей

Проект реализуется при поддержке фонда президентских грантов

