

***ЕСТЕСТВЕННОЕ
ВСКАРМЛИВАНИЕ У ДЕТЕЙ
ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ***

*ГБОУ СПО МО ПМК
Бурдюгова Валентина*

31 группа



**КАЖДАЯ МАТЬ САМА
РЕШАЕТ, КАК
КОРМИТЬ СВОЕГО
РЕБЕНКА.**

**НО НЕ СЛЕДУЕТ
ЗАБЫВАТЬ О ПРАВЕ
РЕБЕНКА НА
АДЕКВАТНОЕ
ПИТАНИЕ.**



ИСТОРИЯ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА ПОКАЗАЛА, ЧТО ЭВОЛЮЦИОННО СЛОЖИВШЕМУСЯ ВСКАРМЛИВАНИЮ РОДИВШИХСЯ ДЕТЕЙ ГРУДНЫМ МОЛОКОМ НЕТ АЛЬТЕРНАТИВЫ. Однако в XXI в. медицинская общественность вновь обсуждает вопрос о том, чем и как надо кормить детей в первый, самый ответственный год их жизни. Несмотря на то, что вскармливание материнским молоком на протяжении тысячелетий давало возможность продолжать жизнь всем млекопитающим, в том числе и человеку, в начале нового века мы должны убеждать женщин в необходимости кормить детей собственным молоком. Наш век - истинно время парадоксов и противоречий.



Трудное вскармливание – залог здоровья малыша

Ежегодно с 1 – 7 августа по инициативе Всемирной организации здравоохранения более чем в 120 странах мира проводится Неделя поддержки грудного вскармливания. Её цель – стимулирование грудного вскармливания и улучшение здоровья детей во всём мире. Россия принимает самое активное участие в этой акции.

Грудное молоко является первым натуральным пищевым продуктом для новорожденных. Оно содержит все питательные вещества и энергию, необходимые для ребёнка.

ПРЕИМУЩЕСТВА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

для ребёнка:

- ☺ способствует снижению детской смертности;
- ☺ обеспечивает хорошее самочувствие малыша;
- ☺ способствует гармоничному росту и развитию ребёнка;
- ☺ препятствует возникновению диатеза, рахита, анемии; защищает от желудочно-кишечных и респираторных инфекций;
- ☺ эмоциональный контакт с матерью способствует психо-эмоциональному развитию и формированию положительных черт личности ребёнка.



для матери:

- ☺ снижает риск развития злокачественных новообразований молочной железы и яичников;
- ☺ предупреждает послеродовые кровотечения и развитие мастита;
- ☺ кормление грудью - дешевле искусственного молока, что позволяет экономить семейные ресурсы.



Грудное вскармливание закладывает основы здоровья малыша на всю последующую жизнь, а здоровый ребёнок – это весёлый и жизнерадостный ребёнок, что является самым большим счастьем для любой любящей мамы.





Грудное вскармливание:

Всего 10 шагов!

Дружелюбный к ребенку путь.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ УСПЕШНОГО КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ

- 1. Строго придерживаться установленных правил грудного вскармливания и регулярно доводить эти правила до сведения медицинского персонала и родильниц.*
- 2. Обучать медицинский персонал необходимым навыкам для осуществления практики грудного вскармливания.*
- 3. Информировать всех беременных женщин о преимуществах и технике грудного вскармливания.*
- 4. Помогать матерям начинать грудное вскармливание в течение первого получаса после родов.*



ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ УСПЕШНОГО КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ

- 5. Показывать матерям, как кормить ребенка грудью и как сохранить лактацию, даже если они временно отделены от своих детей.*
- 6. Не давать новорожденным никакой иной пищи или питья, кроме грудного молока, за исключением случаев, обусловленных медицинскими показаниями.*
- 7. Практиковать круглосуточное нахождение матери и новорожденного рядом в одной палате.*



ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ УСПЕШНОГО КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ

8. Поощрять грудное вскармливание по требованию младенца, а не по расписанию.

9. Не давать новорожденным, находящимся на грудном вскармливании, никаких успокаивающих средств и устройств, имитирующих материнскую грудь (соски, пустышки).

10. Поощрять организацию группы поддержки грудного вскармливания и направлять матерей в эти группы после выписки из родильного дома.





Правильное положение ребенка у груди

Рис. 1–4

- Ребенок всем корпусом повернут к матери и прижат к ней.
- Голова и туловище ребенка находятся на одной прямой линии.
- Лицо ребенка обращено к груди матери, нос напротив соска.
- Мать придерживает ребенка за головку, плечики и ягодицы (последнее важно для новорожденного ребенка).

Правильный захват груди

Рис. 5

- Подбородок ребенка касается груди.
- Рот широко открыт.
- Нижняя губка вывернута наружу.
- Ребенок захватывает не только сосок, но и большую часть околососкового кружка.
- Мать не испытывает боли в области сосков.

В настоящее время ученые пришли к выводу, что наиболее приемлемым и полезным является кормление здорового ребенка по его требованию. При этом ребенок может получать грудь до 10–12 раз в сутки, в том числе и в ночное время. Это особенно необходимо в первые недели жизни малыша. Такой режим полезен и маме, так как частые кормления стимулируют лучшую выработку молока, обеспечивают спокойное поведение и полноценное развитие младенца. Впоследствии, обычно к концу 2-го месяца жизни, у малыша вырабатывается свой режим кормления, чаще всего от 6 до 8 раз в сутки.

Продолжительность кормления зависит от количества молока, скорости его отделения, а главное – от активности ребенка. Чаще всего малыш находится у груди матери 15–20 минут.



ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ

Абсолютными противопоказаниями к грудному вскармливанию со стороны ребенка являются:

- ❖ **Некоторые наследственные болезни (нарушение обмена аминокислот, в том числе галактоземия, фенилкетонурия, болезнь "кленового сиропа" и др.)**



ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ

Относительными противопоказаниями к грудному вскармливанию со стороны ребенка являются:

- ❖ Общее тяжелое состояние ребенка (эксикоз, тяжелая гипогликемия, шок, дыхательная недостаточность и др.);
- ❖ Малый вес при рождении (менее *1000г*);
- ❖ Выраженная недоношенность (менее *32* недель);
- ❖ Врожденная патология (заячья губа, волчья пасть, врожденные пороки ЦНС, пороки сердца с декомпенсацией и др.)

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ

Абсолютными противопоказаниями к грудному вскармливанию со стороны матери являются:

- ❖ ВИЧ - инфекция;
- ❖ Открытая форма туберкулеза;

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ К ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ


Относительными противопоказаниями к грудному вскармливанию со стороны матери являются:

- ❖ Прием лекарственных препаратов;
- ❖ Курение;
- ❖ Общее тяжелое состояние женщины (эклампсия, шок, сердечнососудистая недостаточность, послеродовой психоз и др.)
- ❖ При таких заболеваниях кормящей матери, как краснуха, ветряная оспа, корь, эпидемический паротит, цитомегаловирусная инфекция, простой герпес, острые кишечные и респираторно-вирусные инфекции (если они протекают без выраженной интоксикации), кормление грудью при соблюдении правил общей гигиены не противопоказано.

КРАТНОСТЬ ПРИЕМА И РАСЧЕТ ОБЪЕМА ПИЩИ НОВОРОЖДЕННОМУ


После рождения ребенка кормят «по требованию» от 7 до 10 -12 раз, в том числе и ночью. Постепенно ребенок самостоятельно устанавливает более четкий режим кормления с увеличением интервалов между кормлениями.

На первом месяце большинство детей вскармливаются через 3 часа 7 раз в сутки, с 1 месяца до 5 месяцев — через 3 часа 30 мин 6 раз, с 5 месяцев до 1—1,5 года — через 4 часа 5 раз в сутки.



КРАТНОСТЬ ПРИЕМА И РАСЧЕТ ОБЪЕМА ПИЩИ НОВОРОЖДЕННОМУ

Детям старше 10 дней жизни количество пищи на сутки рассчитывают таким образом:

- от 10 дней до 6 недель - $1/5$ часть фактической массы тела;
 - от 6 недель до 4 месяцев - $1/6$ часть фактической массы тела;
 - от 4 месяцев до 6 месяцев - $1/7$ фактической массы тела;
 - старше 6 месяцев - $1/8$ фактической массы тела.
- 

КРАТНОСТЬ ПРИЕМА И РАСЧЕТ ОБЪЕМА ПИЩИ НОВОРОЖДЕННОМУ

Причем на протяжении всего первого года жизни малыша общий объем питания не должен превышать *1000* мл, даже если по расчету получается больше. Чтобы определить объем на одно кормление, вам будет необходимо суточный расчетный объем питания поделить на количество приемов пищи.

Малышу первого месяца жизни рекомендовано не менее *8* приемов пищи в сутки.

В возрасте *1-2* месяца *7-8* кормлений,

В возрасте *3-4* месяца *6-7* кормлений,

В возрасте *5-6* месяцев – *6* кормлений,

после полугода не менее *5* кормлений.



Цели контрольного кормления

Жалобы матери на недостаточное количество молока в груди либо плохая прибавка ребенка в массе являются показанием для срочного контрольного кормления, желательно осуществлять контрольные взвешивания после всех кормлений в течение 2—3 дней.



ПРОВЕДЕНИЕ КОНТРОЛЬНОГО КОРМЛЕНИЯ:

- ❖ Подготовить необходимое оснащение
- ❖ Надеть на ребенка подгузник (памперс) и запеленать
- ❖ Подготовить мать к кормлению грудью
- ❖ Взвесить ребенка и зафиксировать полученную массу
- ❖ Передать ребенка матери для кормления грудью в течение *20* минут
- ❖ Повторно взвесить ребенка (не меняя пеленок в случае мочеиспускания и дефекации) и зафиксировать результат. Определить разницу полученных данных (при взвешивании ребенка до и после кормления)

СРОКИ И ПРАВИЛА ВВЕДЕНИЯ ПРИКОРМОВ

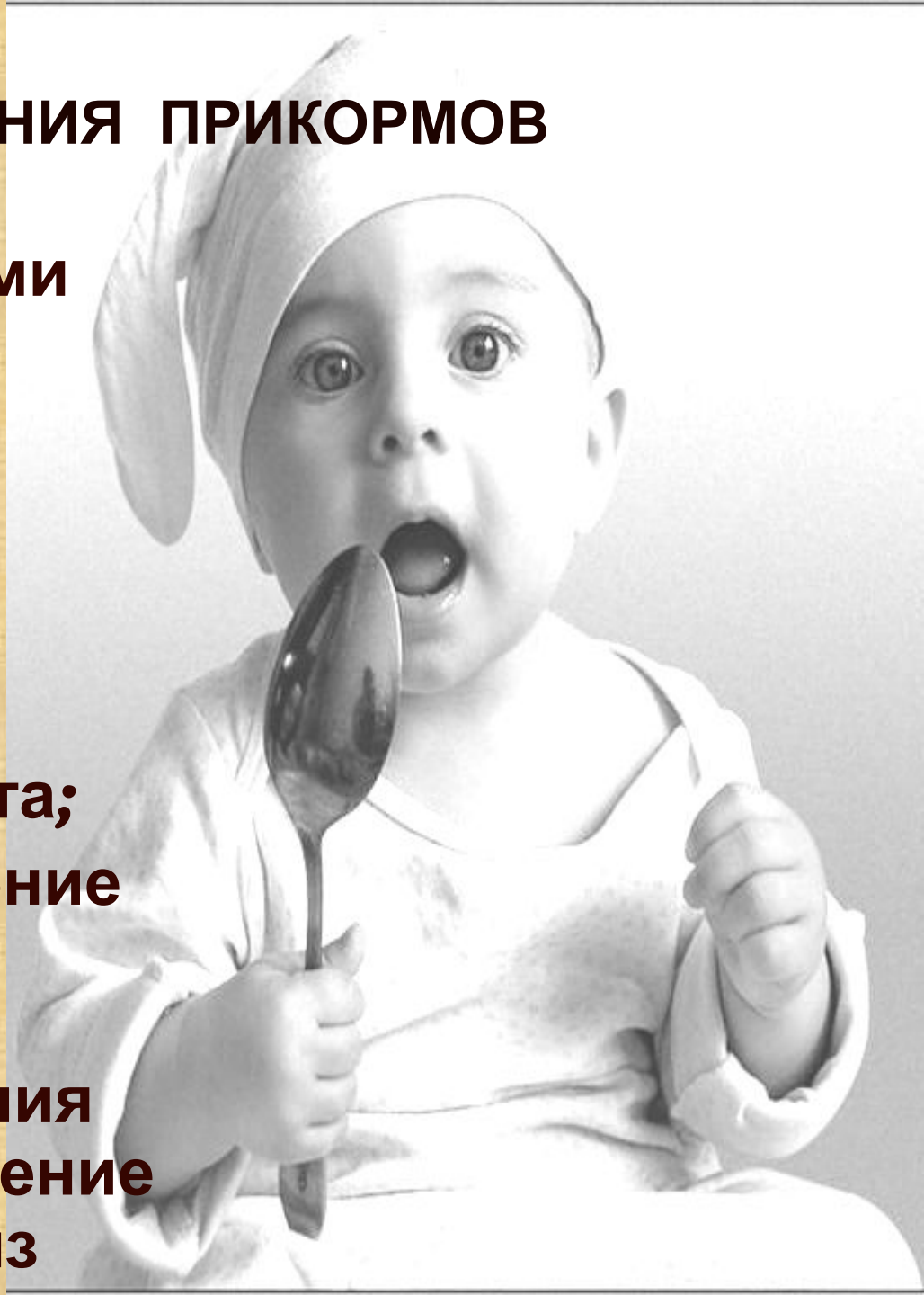
Под прикормом подразумеваются все продукты, кроме женского молока и адаптированных детских молочных смесей, дополняющие рацион необходимыми пищевыми веществами для обеспечения дальнейшего адекватного роста и развития ребенка.

Продукты прикорма - соки, творог, яичный желток, сливочное и растительное масло

Блюда прикорма - фруктовое и овощное пюре, каши, мясные, мясо и рыба, растительные, растительно-мясные и растительно-рыбные пюре.

Цели введения прикормов

- ❖ Обогащение рациона ребенка питательными веществами (белки, углеводы, пищевые волокна);
- ❖ Приучение ребенка к твердой пище, формирование жевательного аппарата;
- ❖ Постепенное вытеснение грудных кормлений и безболезненное прекращение кормления ребенка грудью, обучение еде с ложки и питья из



ПРИМЕРНАЯ СХЕМА ВВЕДЕНИЯ ПРИКОРМА ДЕТЯМ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ

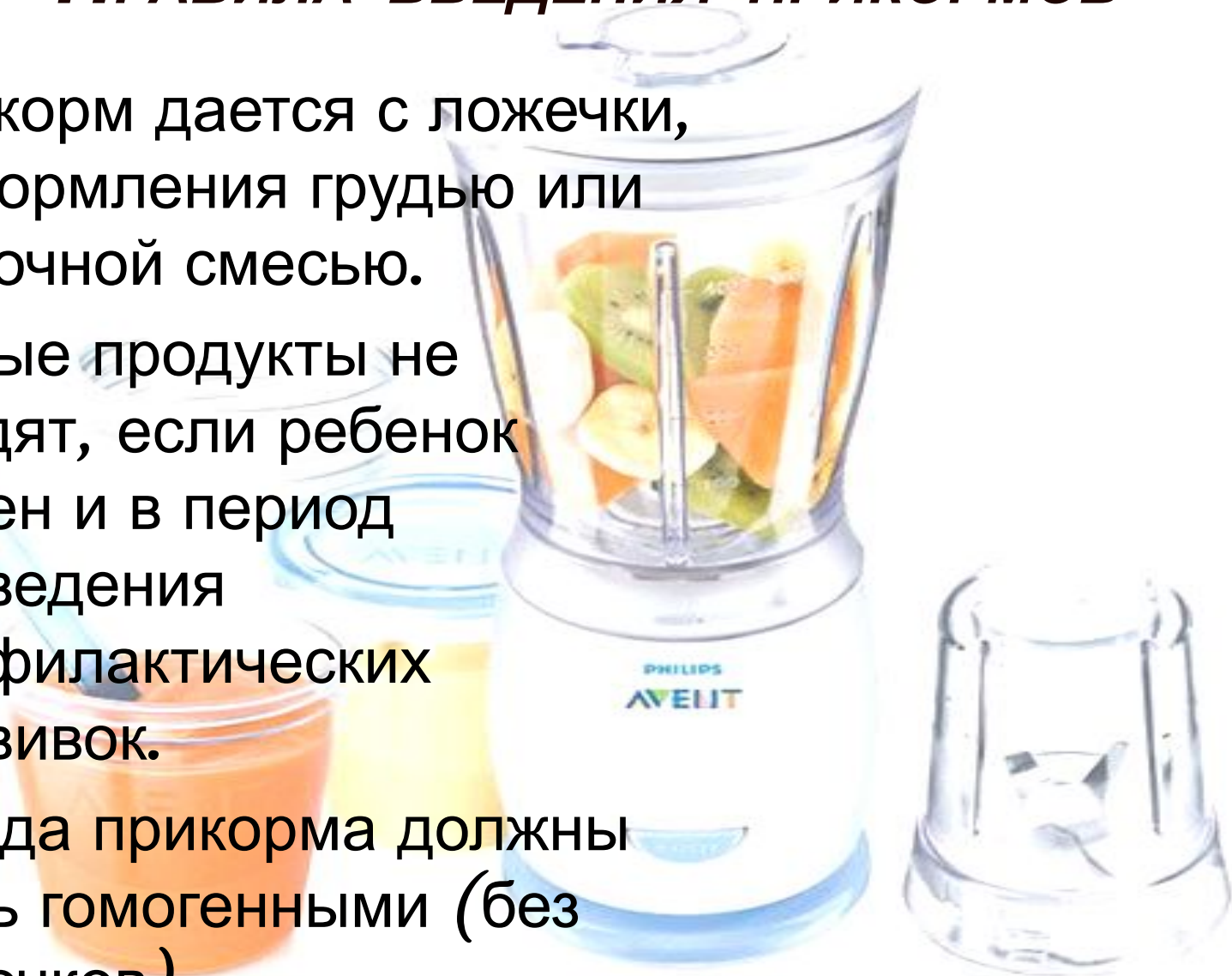
Наименование продуктов и блюд (гр., мл) * - не ранее 5,5 мес.	Возраст, мес.			
	4 - 6	7	8	9 -12
Фруктовый сок	5-60	70	80	90-100
Фруктовое пюре	5-60	70	80	90-100
Овощное пюре	10-150	170	180	200
Молочная каша	10-150	150	180	200
Творог*	10-40	40	40	50
Желток, шт.	-	0,25	0,5	0,5
Мясное пюре*	30	30	50	60
Рыбное пюре	-	-	5-30	30-60
Кефир и другие кисломолочные напитки	-	-	200	200
Сухари, печенье	-	3-5	5	10-15
Хлеб пшеничный	-	-	5	10
Растительное масло (добавляют в все пюре)	1-3	5	5	6
Сливочное масло (добавляют в кашу)	1-4	4	5	6

ПРАВИЛА ВВЕДЕНИЯ ПРИКОРМОВ

- ❖ Введение каждого нового продукта начинают с небольшого количества (3-5 гр.) постепенно (за 5-7 дней) увеличивая до необходимого объема, при этом внимательно наблюдаем за переносимостью.
- ❖ Новый продукт (блюдо) следует давать в первой половине дня, что бы отметить возможную реакцию на его введение.
- ❖ Нельзя вводить сразу 2 прикорма (интервал между введениями новых продуктов 1

ПРАВИЛА ВВЕДЕНИЯ ПРИКОРМОВ

- ❖ Прикорм дается с ложечки, до кормления грудью или молочной смесью.
- ❖ Новые продукты не вводят, если ребенок болен и в период проведения профилактических прививок.
- ❖ Блюда прикорма должны быть гомогенными (без комочков)
- ❖ Любой прикорм



ПРОБЛЕМЫ ГИПОГАЛАКТИИ

Гипогалактия – это уменьшение количества грудного молока у кормящей женщины.

Почему развивается гипогалактия?

Каковы ее причины?

Чаще всего это стресс, а также отсутствие доминанты лактации, нерациональное питание и питьевой режим матери, неблагоприятные социальные, бытовые факторы и др.

Есть ли профилактика и лечение гипогалактии?

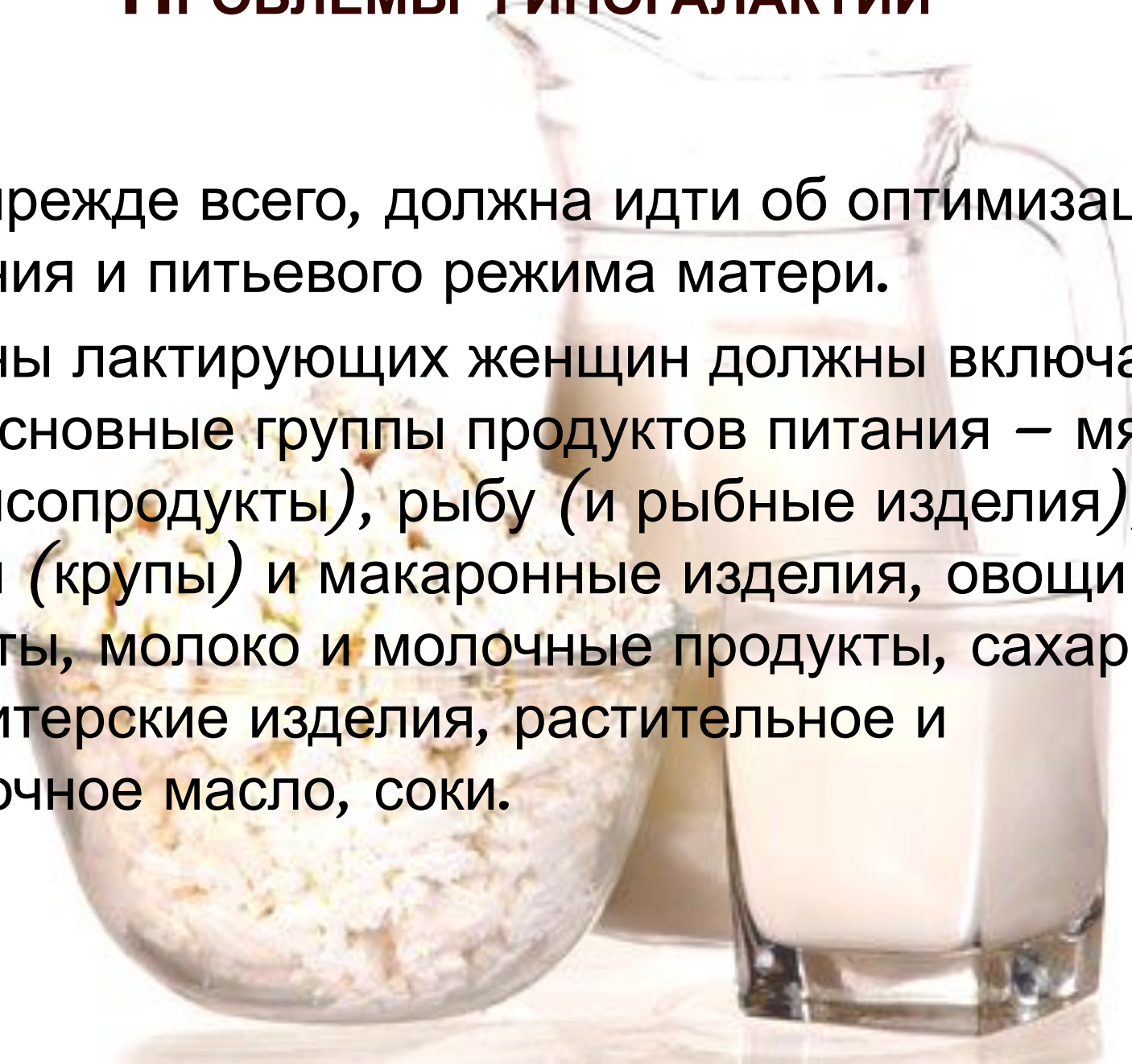
Современные фармакология и нутрициология располагают целым арсеналом методов и средств, способных повысить лактацию:

лактогонные напитки, витаминно-минеральные комплексы, медикаментозные препараты.

ПРОБЛЕМЫ ГИПОГАЛАКТИИ

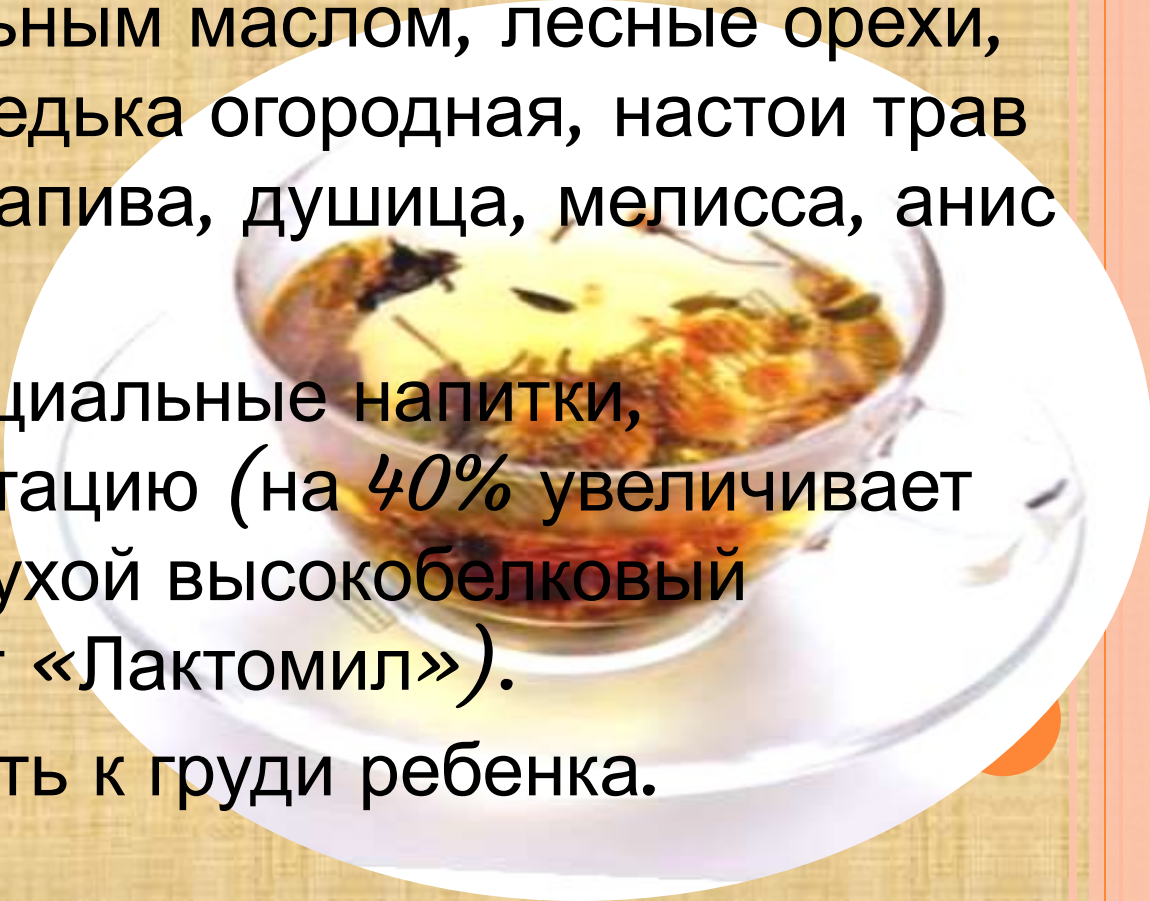
Речь, прежде всего, должна идти об оптимизации питания и питьевого режима матери.

Рационы лактирующих женщин должны включать все основные группы продуктов питания – мясо (и мясопродукты), рыбу (и рыбные изделия), злаки (крупы) и макаронные изделия, овощи и фрукты, молоко и молочные продукты, сахар и кондитерские изделия, растительное и сливочное масло, соки.



ЛЕЧЕНИЕ ГИПОГАЛАКТИИ:

- ❖ Устранить причину гипогалактии.
- ❖ В меню включить продукты питания, стимулирующие лактацию: грибные бульоны, блюда с растительным маслом, лесные орехи, салат листовой, редька огородная, настои трав — тмин, укроп, крапива, душица, мелисса, анис и др.
- ❖ Использовать специальные напитки, усиливающие лактацию (на *40%* увеличивает объем лактации сухой высокобелковый молочный продукт «Лактомил»).
- ❖ Чаще прикладывать к груди ребенка.



ЛЕЧЕНИЕ ГИПОГАЛАКТИИ:

- ❖ Контрастный душ на область молочных желез, мягкое растирание груди махровым полотенцем.
- ❖ Урегулировать режим дня и питания матери (количество жидкости увеличить на 1 л. в виде чая с молоком, компотов, соков).
- ❖ Ориентация всех членов семьи (отец, бабушка и т.д.) на поддержку грудного вскармливания.
- ❖ Не вводить в питание ребенка детские молочные смеси без рекомендации врача и до проведения контрольного взвешивания.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, для того, чтобы выкормить ребенка грудью (то есть кормить ребенка до момента угасания у него потребности в грудном вскармливании) женщине необходимы:

- ❖ желание кормить грудью и настрой на успешное грудное вскармливание;
- ❖ хотя бы одна грудь любой формы и размера;
- ❖ поддержка окружающих;
- ❖ знание принципов успешного грудного вскармливания и практические навыки данного процесса.

Все это или уже есть в каждой из нас, или этому можно научиться. Природа позаботилась о том, чтобы наши дети получили самую лучшую и полезную для них пищу – мамино грудное молочко!

Спасибо за внимание!