

Основные позы для кормления грудью

Сидя



1. «Колыбелька»

Голова грудничка — в локтевом сгибе руки, свободная рука — поддерживающая. Малыш лежит на одной стороне с грудью, из которой ест (мама кормит левой (правой) грудью — ребенок лежит на левой (правой) руке).



2. «Перекрестная колыбелька»

Грудничок лежит на противоположной от груди руке (мама кормит правой грудью — ребенок лежит на левой руке), одна рука свободна.



3. «Из-под руки» / «Из-под подмышки»

Грудничок лежит под рукой мамы, голова удерживается кистью. Можно направлять голову и подбирать захват груди. Верхняя часть туловища ребенка находится под предплечьем, ножки свободно располагаются за спиной мамы. Поза будет удобна после кесарева сечения (нет давления на живот), при трудностях с прикладыванием к груди, для одновременного кормления грудью двойни.

Лежа и стоя



1. «Полулежа»

Грудничок — в позе «колыбелька» или «перекрестная колыбелька», а тело мамы немного откинуто на кровать, ноги приподняты.



2. «Лежа на боку»

Грудничок лежит справа (слева) от мамы и сосет соответственно правую (левую) грудь. Мама, лежа на боку, придерживает ребенка либо подкладывает под него специальный валик.



3. «С нависанием»

Грудничок лежит на спине справа от мамы, сосет противоположную левую грудь (или наоборот). Мама в положении на коленках и на локтях нависает верхней половиной или всем туловищем над малышом. Поза не совсем удобная, но используется при застоях и мастите, когда нужно позиционировать ребенка.



4. «Расслабленное кормление»

Мама лежит на спине, ребенок находится на плече мамы на животе. Такое кормление подходит сразу после родов и после кесарева.



5. «Кормление грудью стоя»

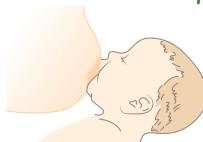
Грудничок находится в позе «колыбелька» или «перекрестная колыбелька». Мама стоит, спина прямая без нависания, что снимает нагрузку на позвоночник. Поза подойдет женщинам, которые не могут сидеть после родов (перинеотомия, разрывы, эпидуральная анестезия).

Правила прикладывания к груди

Выполнение этих условий обеспечивает эффективное сосание, достаточный приток молока и сохранность сосков матери:

1. Подбородок ребенка касается груди матери или находится очень близко.
2. Рот ребенка широко открыт (угол между губами более 90 градусов).
3. Нижняя губа вывернута наружу.
4. Большая часть ареолы видна сверху рта, а не снизу.

Положение ребенка во время кормления



✓ Ребенок приложен к груди правильно

Он находится так близко, что его подбородок касается груди матери, рот широко раскрыт, нижняя губа вывернута наружу. Вы можете видеть большую часть ареолы надотром и меньшую снизу.



✗ Ребенок неправильно приложен

Он находится далеко и его подбородок не касается груди, рот открыт нешироко, а губы вытянуты вперед. Большая часть ареолы видна за пределами рта.

Источники:

1. World Health Organization. Infant and young child feeding. 2020. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/infant-and-young-child-feeding>. Доступно для скачивания: 29.06.2022.
2. Кешишян Е. С., Рюмина И. И. Вскармливание детей первого года жизни. Российский вестник перинатологии и педиатрии. 2007.
3. Программа оптимизации вскармливания детей первого года жизни в Российской Федерации. М., 2019.
4. Wang J. et al. The effectiveness of the laid-back position on lactation-related nipple problems and comfort: a meta-analysis. BMC Pregnancy and Childbirth. 2021.



МАМАКО®

бережное детское питание
на козьем молоке



Бережно, Вкусно, легко – МАМАКО®!

Детские смеси

МАМАКО® Premium с 2'-FL — первая и единственная смесь на козьем молоке* с 2'-FL олигосахаридами грудного молока и IQ-комплексом. Польза компонентов смеси доказана мировыми научными исследованиями:



Комфортное пищеварение



Поддержка естественного иммунитета



Развитие мозга и зрения



Все ступени смесей МАМАКО® Premium на козьем молоке адаптированы в соответствии с возрастом малыша.

* Согласно данным Единого реестра свидетельств о государственной регистрации на август 2021 года (РФ и страны ЕАЭС).

Made in Spain

Фруктовое пюре с козым творожком

Диетологи всего мира и ВОЗ рекомендуют 5 порций овощей и фруктов в день. Пюре МАМАКО® — фруктово-творожное прикорм для детей с 6 месяцев, который содержит 1-2 порции фруктов в соответствии с возрастом малыша.

Для малышей постарше — пюре в упаковке «пауч»

Для начала прикорма — пюре в баночке



Каши МАМАКО® — 18 видов

В детских кашах МАМАКО® есть все самое лучшее и ценное для роста и развития малыша:

32%

натурального козьего молока в составе каш придает им нежный сливочный вкус



отборное зерно содержит полезные пищевые волокна



натуральные фрукты, овощи и ягоды

Разнообразие продуктов злакового прикорма дарит малышу радость новых открытий и повышает интерес к еде.

Органические каши МАМАКО® Organic — бережный прикорм для особенно чувствительных малышей. В линейке 4 безмолочные каши и 4 каши на козьем молоке.



Крем-супы МАМАКО® — это 100% натуральные овощи, польза козьего молока и нежный сливочный вкус. Не требуют варки и помогают разнообразить овощной прикорм малыша.



Не требует варки



Служба заботы
МАМАКО®

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
8-800-234-35-65
(ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ)

ПОДРОБНЕЕ О ПОЛЬЗЕ МАМАКО®
www.mamako.ru

Грудное молоко является лучшим питанием для младенцев. ВОЗ рекомендует исключительно грудное вскармливание в течение первых 6 месяцев жизни ребенка и продолжение грудного вскармливания после введения прикорма до возраста 2 лет. Перед вводом новых продуктов в рацион малыша необходимо проконсультироваться со специалистом. Материал носит информационный характер и не может заменить консультацию специалиста здравоохранения. Для питания детей с рождения до 3 лет. Товар сертифицирован.