

Čtyři základní kroky k bohaté tvorbě mléka

Centrum naděje a pomoci o.s.
podle informací slovenského sdružení na podporu kojení
Mamila o.z.,
Pavína Kallusová
Pro Katedru porodní asistence
Lékařské fakulty Masarykovy univerzity v Brně

Kojící mamince...

...můžeme doporučit užívání bylin na podporu laktace,

až ji správně edukujeme v následujících čtyřech základních krocích.

1.krok – SPRÁVNÉ PŘISÁTÍ

Čím lepší je přisátí, tím více mléka dítě dostane!

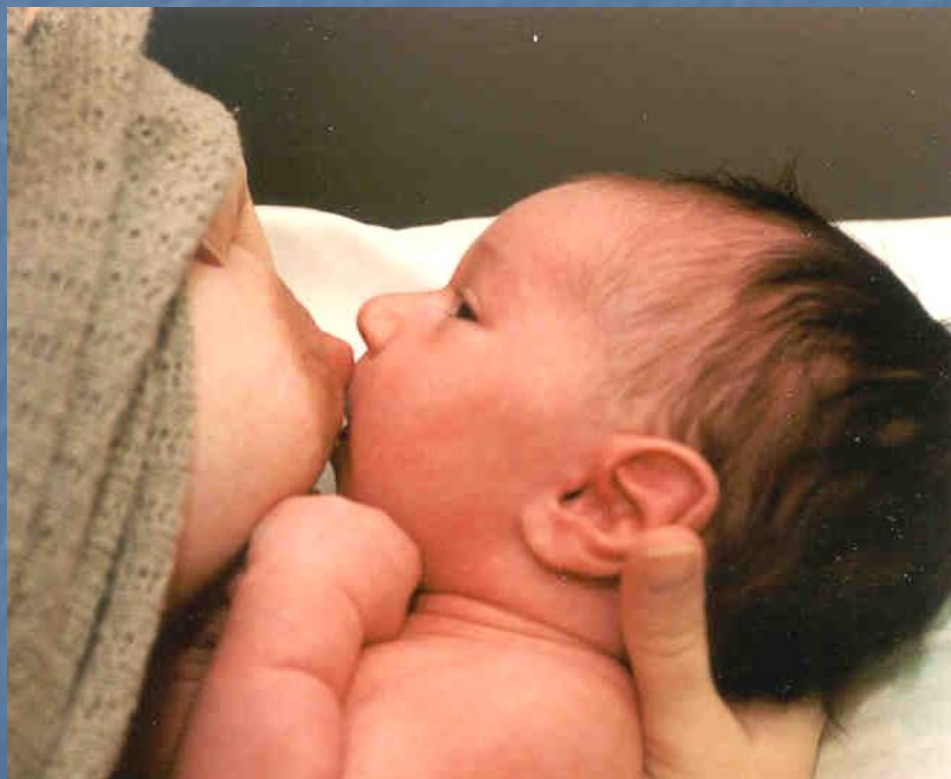
Když dítě uchopí pouze bradavku



Když se dítě správně přísaje



Správné přisávání



Správné přisávání



Správné přisávání



Správně přisáté dítě



Doširoka otevřená ústa



Asymetrické přísátí



Tradiční přísátí



Asymetrické přisátí



Nesprávně přisáté dítě...

... získává mléko jen tehdy,
je-li jeho tok rychlý!

- Maminkám a dětem se daří kojení i přes nesprávné přisátí, protože většina matek má více než dost mléka!

2.krok – SPRÁVNÁ POLOHA

Matka přitahuje dítě k prsu celým předloktím!

Správná poloha dítěte a matky



3.krok – Pozorování sání dítěte

Ověření, zda-li dítě získává mléko

1. Doširoka otevřená ústa
2. Zastavení poklesu brady - brada zůstává v poklesu, dokud se ústa plní mlékem
3. Zavřená ústa

Videoukázka

4.krok – Stlačování prsu

Velká pomoc pro matky v prvních dnech po porodu.

Důvody pro stlačování prsu

1. Kojení v prvních dnech po porodu
2. Nízký přírůstek hmotnosti dítěte
3. Časté a dlouhé krmení
4. Bolestivé bradavky maminky
5. Opakující se ucpané mlékovody
6. Stláčení prsu pomůže dítěti, které reaguje na nízký tok mléka

Stlačování prsu

...zabezpečuje, aby dítě dostávalo mléko a tím zabraňuje tomu, aby dítě usnulo – tok mléka je rychlý.

Stlačování prsu



4 kroky - shrnutí

- Správné přisátí
- Správná poloha
- Skutečné pití mléka – zastavení poklesu brady
- Stlačení prsu

Pokud umíme zhodnotit kojení...

...nemusíme se zabývat tím:

- jak dlouho dítě pije z jednoho, či z druhého prsu,
- zda dítě pije jednoho prsu, či z obou prsů,
- kolik dítě vypije mléka při jednom kojení,
- jak často se kojení dítě dožaduje,
- jaký tvar mají bradavky maminky.

Nezapomínejme také na

- kontakt matky s dítětem kůže na kůži,
- dostatek času na samopřísátí,
- využití času k relaxaci maminky společně s dítětem 😊!

Nezapomínejme také na konzultaci s maminkou, jaké bylinky při kojení užívá!

Děkujeme vám za pozornost
a přejeme Vám v laktačním
poradenství hodně úspěchů a
kreativity 😊