Автор: admin
19.04.2014 19:30 -

Как избежать мастита? Застой молока при грудном вскармливании.

Педиатры советуют кормить грудничка по требованию и оставлять у груди так долго, сколько он сам пожелает. Но такое возможно лишь в частных роддомах и палатах, где разрешено совместное пребывание матери и ребенка. Всем остальным приходится довольствоваться теми условиями, что предлагает обычный роддом.

Я лежала в обычном роддоме и в такой же обычной палате. О возможности приложить ребенка к груди сразу после рождения не было и речи. Показали мне его часов через 12 после родов, а кормить принесли лишь на следующий день. Полчаса положенного на кормление времени я пыталась разбудить малыша, а он, накормленный смесью, сладко спал рядом со мной. Вот тогда у меня и развился лактостаз.

Лактостаз (от lacto – «кормлю молоком» и stasis – «застой») развивается у многих молодых матерей в первые дни после родов. Организм матери подстраивается под потребности ребенка и пока не знает, какое количество молока надо вырабатывать. При лактостазе молочные железы наполняются молоком, твердеют, в груди можно нащупать болезненные уплотнения, отток молока затруднен. Сам по себе **лактостаз не опасен**, но если вовремя его не устранить, он может спровоцировать серьезный воспалительный процесс тканей грудной железы – **мастит**.

При мастите часть груди становится красной, горячей, припухшей и болезненной при дотрагивании, поднимается температура тела, лихорадит. И если в организм попадет инфекция (например, при простуде), мастит может осложниться абсцессом, когда в груди будет скапливаться гной. Лечение в этом случае будет сложным, поэтому лактостаз необходимо устранить в первые 12 часов.

Очень важно **правильно ликвидировать застой** и наладить нормальное грудное вскармливание. Нужно разогреть больную грудь. Для этого можно использовать **теплый душ**, направив струйки воды на грудь, поставить **грелку или компресс**

на 10-15 минут. Например, можно нагреть пеленку, приложить к груди, а когда остынет, поменять ее на другую. Можно на больной участок поставить медовый компресс, сверху наложить целлофановый пакет. Затем
грудь надо сцедить
(но не делайте этого ночью, так как это стимулирует еще больший приток молока), массируя загрубевший участок от основания к соску. Когда хорошие струйки перестанут идти, приложите малыша к больной груди. Он сможет высосать молоко гораздо лучше. При кормлении постарайтесь продолжать делать массаж. После кормления для снятия отеков на грудь можно положить
прохладный компресс
(например, мокрую пеленку). После устранения проблемы грудь снова станет мягкой, уплотнения исчезнут. Но боль в груди может оставаться еще несколько дней.

Возможно, не получится ликвидировать застой с первого раза. Нужно прикладывать ребенка к больной груди в два раза чаще, чем к здоровой. Если вторая грудь переполняется, ее можно немного подцедить, но не полностью, а до ощущения облегчения. Если поднимется высокая температура, необходимо вызвать врача, а до его прихода можно принять **парацетамол**.

Нужно помнить, что застой в груди может образоваться не только в первые дни после родов, но и в последующие месяцы. Поэтому следует **постоянно следить за состоянием груди** и принимать меры сразу после возникновения проблемы.

Автор - **Таня Разбежкина**
Источник