

Ни в одном деле не обойтись без маленьких хитростей и, конечно, опыта. Немного терпения - и вы освоите кормление 1. Перед кормлением вымойте руки с мылом, ополосните грудь кипяченой водой и промокните • мягким полотенцем. Расположитесь поудобнее: сядьте в кресло с подлокотниками или прилягте на кровать, обложившись подушками. Держите малыша так, чтобы его голова находилась на одной линии с телом, не склонялась вперед и не запрокидывалась назад.

2. Именно в таком положении молодые мамы чаще всего кормят своих малышек. Хотите попробовать? Тогда сядьте поудобнее в кресло и положите ребенка на свое предплечье - так, чтобы его голова оказалась чуть выше тела. Кстати, не забудьте обеспечить руке, на которой будет лежать младенец, хорошую поддержку (например, положите ее на подлокотник кресла). Важно!

Как понять, что младенец неправильно взял грудь? Во время кормления он должен захватить околососковый кружок -благодаря этому сосок окажется глубоко во рту. Проследите, чтобы подбородок и нижняя губа ребенка касались вашей груди, а между носиком и грудью оставалось лишь небольшое пространство. 3. Этот вариант больше подходит для ночных трапез: тогда, чтобы покормить малыша, вам не придется просыпаться.

Повернитесь лицом к ребенку и прижмите его к себе. Ласково, но уверенно поддерживайте его за спину и попку. 4. В таком положении хорошо кормить детей, которые пока весят немного. Кроме того, вы сможете наблюдать за тем, как малыш сосет грудь, ведь вам будет хорошо виден его ротик.

Воспользуйтесь преимуществами этого положения и в том случае, если у вас на груди появились трещины: ребенок не будет давить на них, и они быстрее заживут. 5. Подушка, предназначенная специально для поддержки ребенка во время кормления, поможет устроить малыша так, чтобы вам было комфортно. А еще благодаря этому приспособлению вам станет легче держать руку, и малыш окажется как раз в том положении, в котором ему удобно сосать грудь.

Важно! Молокоотсос Вы можете воспользоваться им, если: у вас слишком много молока; есть опасность, что оно застоится; вы хотите, чтобы его количество увеличилось.

Обычно необходимость в этом возникает, если малыш слабо сосет: благодаря сцеживанию молока станет больше.

Молокоотсос можно использовать и в том случае, если соски воспалены или на них появились трещины.