

# ПАМЯТКА ПО ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ

**Грудное вскармливание** – это психологическая защита малыша, неповторимое время нежности, надежный щит от многих болезней, фундамент будущего счастливого человека и хорошего родителя

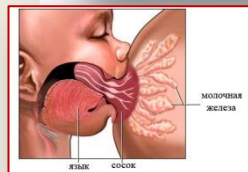
## ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ успешного грудного вскармливания

- Раннее прикладывание ребенка к груди
- Совместное пребывание ребенка с матерью
- Правильное положение младенца у груди
- Кормление по требованию
- Ночные кормления грудью
- Исключительно грудное вскармливание

## ПРЕИМУЩЕСТВА грудного вскармливания

- Быстрое восстановление сил матери после родов, ускоряется сокращение матки
- Способствует снижению массы тела у матери, снижается риск развития рака молочных желез и яичников
- Улучшение психоэмоционального состояния матери, формирование привязанности к ребенку
- Повышает защитные функции организма
- Способствует росту нормальной микрофлоры в кишечнике ребенка
- Снижает риск развития аллергии
- Оказывает благоприятное влияние на формирование центральной нервной системы ребенка и психический статус
- Снижает риск развития сахарного диабета, ожирения, инфекционных заболеваний у ребенка

## ПРАВИЛЬНЫЕ ПРИКЛАДЫВАНИЯ РЕБЕНКА К ГРУДИ – ЗАЛОГ УСПЕХА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ



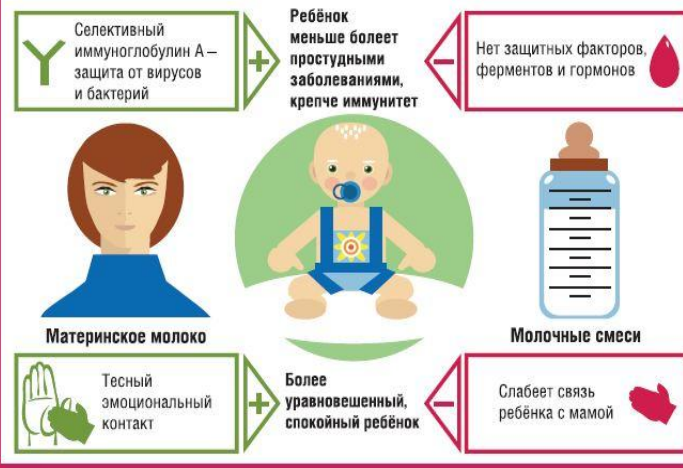
## ЛАКТАЦИОННЫЙ КРИЗИС

- это временное уменьшение количества молока без видимых причин, которое продолжается 3 - 4 дня и имеет обратимый характер (возникает на 3 - 6 неделе, 3, 4, 7 и 8 месяце лактации)

### Как помочь маме:

- в этот период маме необходим дополнительный отдых
- больше контакта «кожа к коже» с ребенком
- позволить ребенку прикладываться к груди так часто, как ему необходимо

## Главные преимущества материнского молока



**Грудное молоко – БЕСПЛАТНО!**