

Медицинский колледж.
Педиатрия.
Челябинск.



ОСОБЕННОСТИ КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ

Подготовка к грудному вскармливанию

Преподаватель клинических дисциплин

Никонова О.Н.

2018г



ПОДГОТОВКА ГРУДИ

Пока будущая мамочка еще беременна, она редко задумывается о кормлении грудью, особенно если малыш первый. Как правило, ее больше волнует, как кормление может повлиять на состояние груди. А те, кто ожидает второго-третьего малыша, могут с тревогой ожидать начала кормления: все ли получится? Поэтому часто готовить грудь к кормлению начинают еще во время беременности. Но нужно ли это делать?



О ЧЕМ СТОИТ ПОЗАБОТИТЬСЯ

Поддерживающее белье



Мамам с большой грудью пользоваться поддерживающим бюстгалтером лучше начинать уже на последнем триместре беременности, а затем использовать его весь период кормления. Если же грудь небольшая, то особенно актуален поддерживающий бюстгалтер в первые недели кормления, когда грудь размера А или В после прихода молока может очень резко увеличиться в размерах до

С или даже D. Оптимальный [бюстгалтер для кормления](#) — бесшовный (поскольку давление от швов может способствовать застоям молока), эластичный (например, из хлопка и микрофибры) и с распределенной поддержкой. Такой бюстгалтер вполне можно покупать еще во время беременности, потому что он изменяет свой размер вместе с растущей грудью и продолжает хорошо ее поддерживать,



Виды сосков



втянутые



плоские



выпуклые

ОРМА СОСКОВ

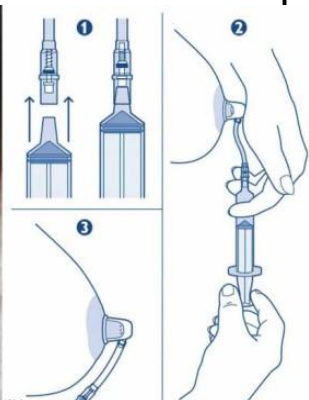
заботиться: обязательно
а форму своих сосков. Если они
ки — те, что не выступают над ареолой)

или даже втянутые (представляющие собой как бы ямочку в ареоле), это может несколько осложнить захват груди малышом. Чтобы точно убедиться, какая форма у ваших сосков, можно попробовать воздействие холода, например прикоснуться кубиком льда: обычный сосок станет выпуклым и вытянется вперед, плоский — не изменит своей формы, а втянутый, соответственно, втянется внутрь ареолы. Малышу трудно удерживать в ротике грудь со втянутым или плоским соском, поэтому будьте готовы в первые дни после рождения проявить терпение и настойчивость.



ФОРМИРОВАТЕЛИ СОСКА

Что касается различных механических приспособлений, то их помощь второстепенная, но часто может оказаться полезной. Так, можно непосредственно перед кормлением немного вытягивать соски просто пальцами или молокоотсосом. Существуют также специальные формирователи соска: по форме напоминающие ракушку, со стимулирующим ареолу силиконовым валиком, которые надевают незадолго до кормления, и они помогают соску приподниматься. Иногда советуют воздействие шприцем либо напоминающими шприц устройствами, но лучше этого не делать: многие мамы считают, что это менее эффективно, чем уже названные средства, а в первые дни после родов обычно еще и болезненно.



КОРМЛЕНИЕ ГРУДЬЮ С ИМПЛАНТАМИ



некармливание – важный и
с для каждого малыша. Только
гру в полной мере все необходимые
ве ценного развития ребенка. Но каждая
женщина хочет быть красивой, и некоторые решаются на пластику
груди. Но тогда встает вопрос, можно ли кормить грудью с
имплантами после рождения малыша. Некоторые считают, что
силикон меняет состав грудного молока или вредит лактации.
Ведь важно, чтобы дети получали качественное и безопасное
питание.

На самом деле импланты и силикон безопасны для лактации и
грудничка. Конечно, это при условии, что использованы
качественные надежные материалы, а операция выполнена
профессионально. Даже если такой имплант разорвется, силикон
не попадет в грудное молоко! Давайте разберемся подробнее, как
кормить ребенка грудью с силиконом и имплантами.





ИМПЛАНТАТЫ БЕЗОПАСНЫ ДЛЯ КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ

Грудное вскармливание ребенка силиконовой грудью разрешено. Это подтверждают врачи-акушеры, консультанты по ГВ и пластические хирурги. Качественные и надежные имплантаты отличает прочная оболочка и желеобразный гелевый наполнитель. Такие изделия не разорвутся и служат без ограничения срока.

На кормление грудью не влияет и то, куда установлены импланты. Как известно, имплантат устанавливают под молочную железу или под грудную мышцу. Однако надрез лучше делать под грудью, а не возле соска. Первый вариант считается самым безопасным.

Современная медицина предлагает только качественные эндопротезы и силикон с пожизненной гарантией. Силиконовая грудь не уступает по функциональности и свойствам обычной, что позволяет полноценно кормить кроху. В результате ребёнок получает здоровую и безопасную пищу!

Во время операции важно не повредить нервы, так как в последующем при лактации в имплантированной груди не будет должной чувствительности. При поврежденных нервах



ОСОБЕННОСТИ КОРМЛЕНИЯ СИЛИКОНОВОЙ ГРУДЬЮ

Не рекомендуется беременеть в течение года после операции, так как в это время вокруг имплантата образуется защитная капсула. В любом случае планировать беременность можно только, когда полностью заживет рубец.

Перед беременностью и родами следует проконсультироваться с врачом и пластическим хирургом.

В течение беременности важно регулярно проходить обследования и посещать специалиста. Он поможет подготовить грудь с силиконом к последующему кормлению новорожденного. При ГВ важно обращаться с молочными железами осторожно и аккуратно. Если имплантат вдруг порвался, немедленно обратитесь к врачу! Вышедший силикон не проникнет в мелкие сосуды и не испортит грудное молоко. Однако это вызовет сильный дискомфорт при кормлении.

В остальном налаживание кормления и лактации такое же, как при обычной груди. Соблюдайте правила питания, выбирайте комфортные позы и правильно прикладывайте грудничка. Ухаживайте за грудью и сосками! Не переживайте, если вдруг молоко пропало на некоторое время или уменьшилось в



ОСОБЕННОСТИ КОРМЛЕНИЯ СИЛИКОНОВОЙ ГРУДЬЮ

Не рекомендуется беременеть в течение года после операции, так как в это время вокруг имплантата образуется защитная капсула. В любом случае планировать беременность можно только, когда полностью заживет рубец.

Перед беременностью и родами следует проконсультироваться с врачом и пластическим хирургом.

В течение беременности важно регулярно проходить обследования и посещать специалиста. Он поможет подготовить грудь с силиконом к последующему кормлению новорожденного. При ГВ важно обращаться с молочными железами осторожно и аккуратно. Если имплантат вдруг порвался, немедленно обратитесь к врачу! Вышедший силикон не проникнет в мелкие сосуды и не испортит грудное молоко. Однако это вызовет сильный дискомфорт при кормлении.

В остальном налаживание кормления и лактации такое же, как при обычной груди. Соблюдайте правила питания, выбирайте комфортные позы и правильно прикладывайте грудничка. Ухаживайте за грудью и сосками! Не переживайте, если вдруг молоко пропало на некоторое время или уменьшилось в



СОВЕТЫ ПО УХОДУ ЗА ГРУДЬЮ.

Восстановить и подтянуть грудь после завершения лактации помогут следующие методы:

Массаж. Лучше доверить процедуру профессионалам. Но если вы выполняете процедуру самостоятельно, используйте только щадящий массаж и не давите сильно на молочные железы. Даже легкие поглаживания и круговые движения, выполняемые по часовой стрелке, положительно влияют на состояние молочных желез. Они стимулируют обменные процессы и приток крови, улучшают кровообращение;

Использование специального вакуумного массажера. Он провоцирует увеличение размера молочных желез за счет создаваемого вакуума. Но перед применением средства обязательно проконсультируйтесь со специалистом!;

Водные процедуры совмещайте с массажем, и тогда получите двойной эффект. Направляйте на молочные железы струю теплой воды и делайте массажные движения или используйте вакуумный массажер, когда принимаете душ;

Упражнения и гимнастика при регулярном применении позволят в короткое время вернуть маме прежнюю форму и груди, и всего тела.

Наиболее полезны и действенны упражнения с гантелями



Косметические средства используйте совместно с другими методами, тогда они дадут нужный эффект. Сегодня производители предлагают массу вариантов таких средств.

Гель для груди, 100 мл, НАША МАМА;
Увлажняющее молочко для тела от растяжек, 175 мл, НАША МАМА;
Maternea Крем для бюста "Breast Firming Cream", подтягивающий, 125 мл;
Сыворотка для упругости бюста 75 мл MUSTELA MATERNITY;
Weleda Масло для груди в период лактации, 50 мл) ;
Sanosan mama Бальзам для кожи в области груди (для сосков) 50 мл


При обвисании груди помогают лифтинг-лосьоны и крема с витамином Е. Это “женский” витамин, который сделает кожу гладкой и подтянутой, придаст ровный цвет и уменьшит растяжки. Выбирайте только качественные жирные крема. Качественные составы отличает насыщенная нежная текстура и приятный



НАРОДНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ УХОДА ЗА ГРУДЬЮ.

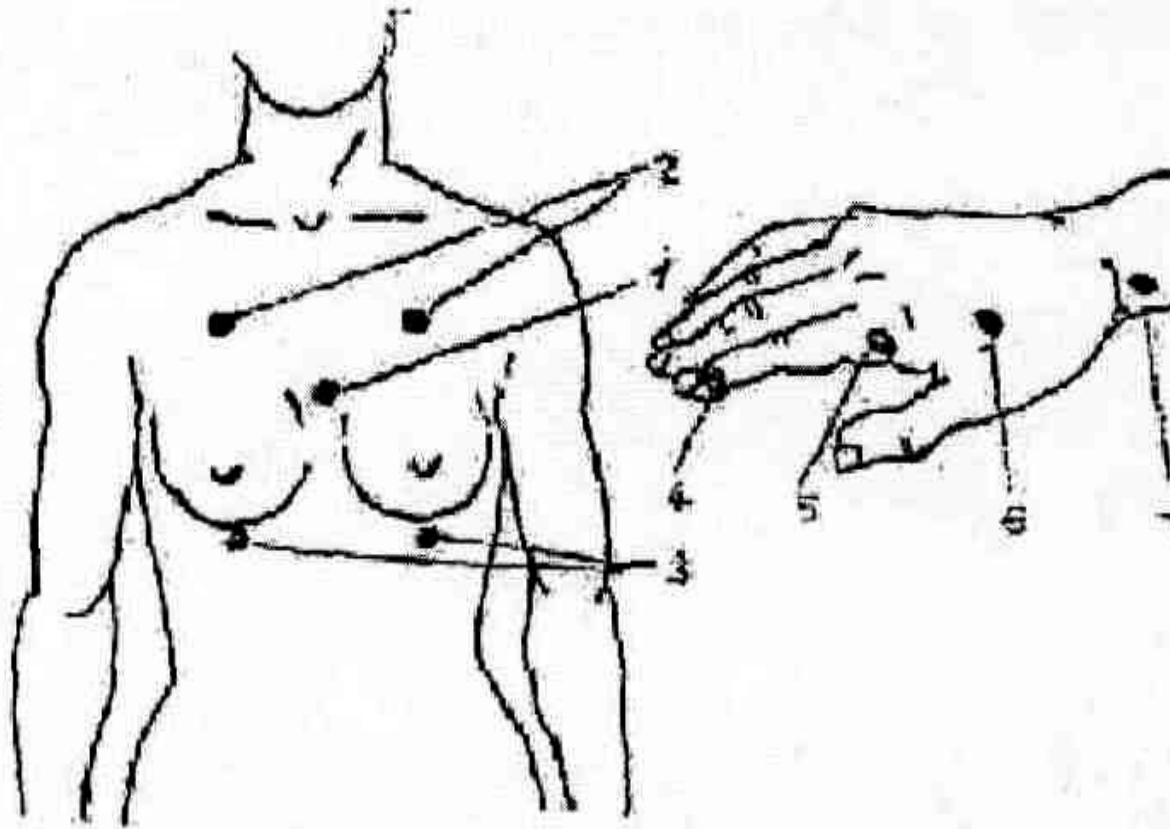
Народные методы включают маски и компрессы, приготовленные в домашних условиях. Обертывание пищевой пленкой с голубой глиной улучшает тонус и повышает упругость кожи, подтягивает грудь. Можно приготовить маску из листьев крапивы, одуванчика, мелиссы и мяты. Смешайте травы, добавьте ложку творога и жидкие витамины. Держите полчаса и затем смойте теплой водой. Можно смешать оливковое, розовое и лавандовое масло и использовать средство в качестве лосьона.

Важно обеспечить [правильный уход за грудью](#) еще в период ГВ, тогда она останется в форме и после завершения лактации. Если вы только планируете пластическую операцию, хирурги рекомендуют делать эту процедуру уже после родов и завершения кормления, а не до.



МАССАЖ ТОЧЕЧНЫЙ

Каждую из этих точек надо легко массировать по часовой стрелке по 30–60 секунд 2 раза в день





МАССАЖ МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ (по методу Виноградовой С.)

Во второй половине беременности женщине предлагается проводить массаж молочных желез для улучшения будущей лактации. Массаж должен проводиться 2 раза в день утром после завтрака и вечером.

Первый приём:

Массаж обеих молочных желез проводится двумя руками в виде двух-трёх поглаживаний сверху и снизу молочных желез. Сверху движения кисти начинаются от середины грудины и идут по направлению к плечу. Движения снизу также начинаются от середины грудины и идут к подмышечным впадинам.

Второй приём:

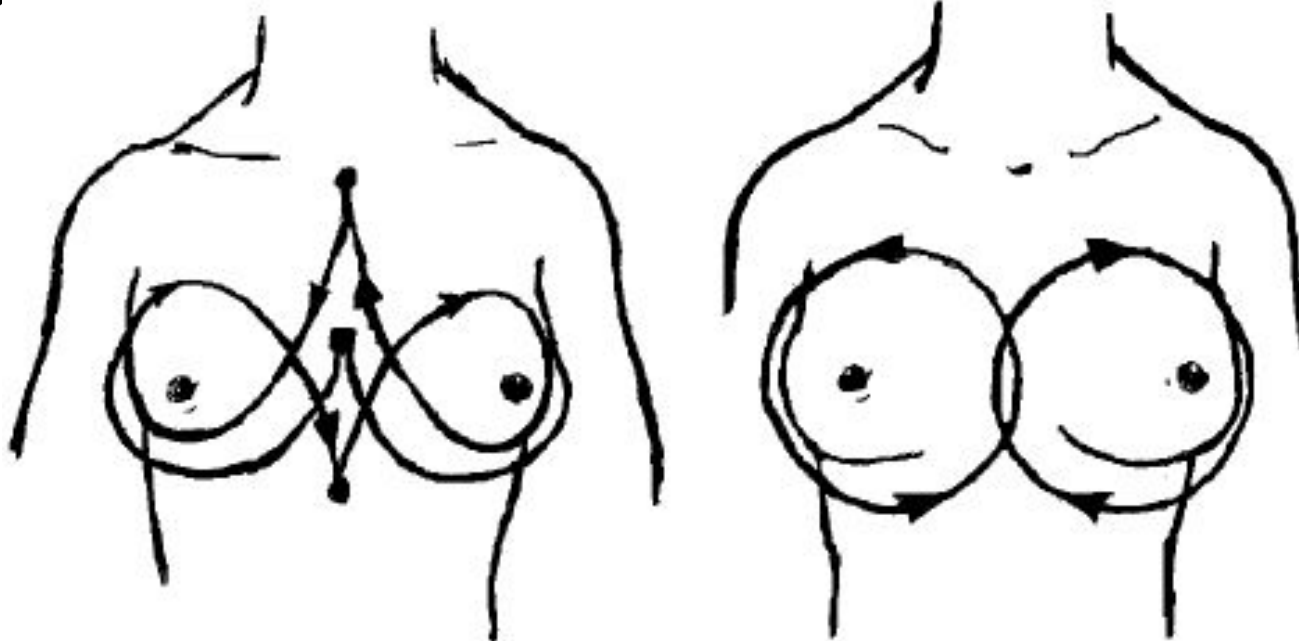
Кистью руки делают несколько круговых поглаживаний молочной железы, не затрагивая ореола и соска. Этот приём можно применить одновременно на обеих молочных железах.

МАССАЖ МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ (по методу Виноградовой С.)

Третий приём:

Правой рукой поддерживают правую молочную железу и слегка приподнимают её кверху, левая рука располагается сверху, не затрагивая ореолы, после чего делается нажим на молочную железу обеими руками одновременно по направлению к грудной клетке.

Такие сеансы повторяются 2-3 раза. Левая молочная железа придерживается левой рукой, а правая рука располагается сверху. После массажа следует провести обмывание молочных желез.



ПРЕКРАЩЕНИЕ ЛАКТАЦИИ.



Перевязывать грудь или нет?

Нельзя ни в коем случае перевязываться, т.к. это вызовет лактостаз, да и лактацию перевязывание не подавит, потому что это гормональный процесс.

Перетягиваться женщины не должны ни в коем случае, так как это тормозит не только поступление молока, но и кровообращение, а также снабжение кислородом.

Отсутствие кровоснабжения и кислорода может в кратчайшие сроки атрофировать нервные окончания и вызвать загроубевания протоков молочных желез и осложнения в виде мастита.



СРЕДСТВА ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ЛАКТАЦИИ

В тяжелых случаях, когда молока много, и оно не перестает прибывать в течение недели, женщинам назначают гормональные препараты Синестрол, Бромкриптин, Достинекс, Парлодел. Самостоятельно их принимать не надо ни в коем случае, разумнее попробовать народные средства. Если не помогут — идите к гинекологу. Парадокс в том, что "даже при приеме медицинских препаратов угасание может идти в течение месяца".

Уменьшить лактацию помогает отвар прокаленного ячменя: ячменное зерно прожигается на сковороде, смальвается и заваривается. Отвар шалфея (заваривать и пить вместо чая), для этого потребуется 250 г кипятка, 1 ч. л. молотого сухого шалфея. Нужно дать настояться в течение часа, процедить и принимать по $\frac{1}{4}$ части стакана 4 раза в день.

Помогает: сокращение жидкости, особенно чая в первый день, голодание, камфара (масло наносить на грудь три дня подряд, по три — четыре раза), небольшое подцеживание.

Еще можно учитывать фазу луны, бросая «на убывающей» грудное вскармливание. Также существуют рекомендации рефлексотерапевтов.





ЗДОРОВЬЯ ВАМ!