

Dojčenie: začiatok

1. Ako si mám dieťaťko správne priložiť k prsníku?

Priloženie dieťaťka k prsníku prebieha nasledovne:

1. Bruško dieťaťka je opreté o Vaše brucho. Uistite sa, že máte príjemnú polohu.
2. Východisková pozícia: nos dieťaťka je oproti bradavke, takže dieťaťko musí naširoko otvoriť ústočká, aby ju mohlo nájsť.
3. Bradavkou hladte bábätku hornú peru. Tak dieťaťko otvorí ústa a začne bradavku oblizovať. Je to reflex, pri ktorom dieťaťko hľadá bradavku.
4. Vaše dieťaťko začne aktívne hľadať bradavku: bude mykať hlavičkou spredu dozadu a hýbať rukami.
5. Ústa dieťaťka sú počas hľadania bradavky široko otvorené. V tom momente si dieťaťko k sebe pevne pritiahnite.
6. SPRÁVNE: veľká časť dvorca bradavky je v ústach dieťaťka. Dieťaťko sa bradou dotýka Vášho prsníka a medzi nosom a prsníkom je malý priestor. Pery dieťaťka sú vytočené smerom von a dieťaťko saje. NESPRÁVNE: pery dieťaťka zakrývajú len bradavku.
7. Dieťaťko po jedení bradavku pustí a je nasýtené.
SPRÁVNE: bradavka je predĺžená a okrúhla. NESPRÁVNE: bradavka je sploštená (dieťaťko nesprávne saje).

2. Ako viem, či dieťaťko dobre papá?

1. Dieťaťko väčšinou začína kŕmenie niekoľkými rýchlymi hltmi, aby spustilo reflex prítoku mlieka. Len čo mlieko začne pritekať, pije hlbokými, pomalými dúškami a občas si urobí prestávku na nadýchnutie.
2. Prehĺtanie dieťaťka možno počuť a vidieť. Počas satia má guľaté líčka a badať na ňom pohyb v oblasti medzi ušami a spánkami.
3. Dieťaťko má vlhké ústa a po kŕmení je nasýtené.

3. Ako po kŕmení preruším prisatie bábäťka?

1. Strčte bábätku prst do kútika úst medzi ďasná.
2. Prisatie sa uvoľní a dieťaťko povolí. Tento proces za normálnych okolností nie je bolestivý.

4. Ako viem, že je moje bábätko hladné?

1. Dieťaťko si oblizuje ručičky, jeho očka sú zatvorené.
2. Zatína pästičky.
3. Oblizuje si pery a krúti hlavičkou, ako keby hľadalo prsník.
4. Ruky si prikladá k hlavičke.
5. Má napätý výraz tváre.
6. Plače.

5. Ako často musí moje dieťaťko jesť?

24-hodinová schéma kŕmenia: medzi 0. a 2. týždňom

24-hodinová schéma kŕmenia: od 2. týždňa

Počet kŕmení za 24 hodín sa u každého dieťaťka líši. Najlepšie je dieťaťko kŕmiť keď si to žiada. Väčšina detí papá v prvých dvoch týždňoch často. Od druhého týždňa niektoré bábäťká jedia menej často, iné stále rovnako. Ak si robíte starosti, alebo máte otázky, obráťte sa na Vašu zdravotnú sestru.

6. Ako viem, či moje dieťaťko dost' papá?

Stolica

Stolica sa vyvíja v prvom týždni z čiernej, pevnej smolky na žltu-oranžovú tekutú stolicu vznikajúcu z materského mlieka vo fázach: smolka – prechodná stolica – stolica z materského mlieka.

Ako často má dieťa stolicu medzi 0. a 6. týždňom?

V prvých týždňoch má dieťaťko stolicu minimálne trikrát za deň.

Ako často má dieťa stolicu od 6. týždňa?

Od 6. týždňa sa stolica u každého dieťaťka vyvíja inak. Niektoré deti majú stolicu 3 až 6-krát za deň a iné len 1 až 2-krát za týždeň. Oba prípady sú normálne.

Močenie

Dieťaťko pravidelne močí. Od 4. dňa aspoň šesťkrát za 24 hodín.

Hmotnosť

Prvé dni stratí dieťaťko priemerne 7% svojej hmotnosti. Okolo 14. dňa opäť dosiahne svoju pôrodnú hmotnosť. Okolo 21. dňa váži priemerne o 100 až 200 gramov viac ako po narodení. Vaše dieťa odvážime počas každej konzultácie v organizácii Dieťa a rodina „ Kind en Gezin“.

Deň narodenia = pôrodná hmotnosť

+/- 3. deň = pôrodná hmotnosť - 7%

+/- 14. deň = pôrodná hmotnosť

+/- 3. týždeň = pôrodná hmotnosť + priemerne 100 až 200 gramov

7. Ako mám uskladňovať odsaté materské mlieko?

Hygienicky odsaté materské mlieko skladujte v uzatvorenej sterilizovanej fľaške alebo inej nádobe alebo v sterilných igelitových vrecúškach, ktoré sú na to určené, a to:

- 4 hodiny pri izbovej teplote do 25°C, alebo
- 72 hodín v zadnej časti chladničky (1 – 4°C), alebo
- 2 týždne vo výparníku chladničky, alebo
- 3 – 6 mesiacov v mrazničke (-18°C alebo menej).

Tip: nezabudnite si poznačiť dátum odsatia mlieka.

Odmrazovanie zmrazeného mlieka

- Pomalé odmrázovanie: v zadnej časti chladničky, skladujte maximálne 24 hodín, znova nezmrazujte.
 - Rýchle odmrázovanie: pod tečúcou vodou (od studenej po teplejšiu). Materské mlieko tak môžete okamžite použiť na kŕmenie bábäťka.
- Odmrazené mlieko nie je vhodné na ďalšie skladovanie.

Uskladňovanie mlieka pre choré a predčasne narodené deti.

Nasledujte pokyny ošetrojúceho lekára alebo pracovníkov nemocnice.