

Грудное вскармливание – горсть знаний

Грудное вскармливание предусмотрено природой

Выработка молока начинается уже во время беременности. Первые шесть месяцев ребенок нуждается только в грудном молоке. После этого рекомендуется продолжать грудное вскармливание наряду с подходящим дополнительным питанием. Так долго, как хотят мать и ребенок, даже в течение двух лет или дольше.

Прямой контакт с кожей сразу после рождения

Пришло время влюбиться! Обширный и беспрепятственный контакт „кожа к коже“ поддерживает интимную связь. Часто ребенок начинает кормить грудью. В такой ситуации грудное вскармливание происходит само собой.

Наклонная поза во время грудного вскармливания

Мать откидывается назад, поддерживаемая и расслабленная, а ребенок лежит на животе. В таком положении младенцу легче дотянуться до груди, так как его врожденные рефлексы на кормление могут хорошо сработать.

Частое грудное вскармливание – это правильно и важно

Ребенок хочет, чтобы его кормили грудью от восьми до двенадцати раз – или больше – за 24 часа. Таким образом, он получает много молока и физическую близость.

Сцеживание грудного молока вручную

Матери также могут эффективно сцеживать молоко вручную. Этот метод очень практичен, прост в освоении и делает вас независимым от технических средств.

Рекомендации ВОЗ по грудному вскармливанию

Кормите ребенка исключительно грудным молоком в течение 6 месяцев. Ваш ребенок не нуждается ни в какой другой пище или жидкости. С 7-го месяца потихоньку вводите прикорм, продолжая кормить грудью до 2 лет или позже – так, как нравится вам и вашему ребенку.

Инициатива „Babyfreundlich“

В Германии инициатива ВОЗ/ЮНИСЕФ BABYFREUNDLICH гарантирует качество наших больниц, сертифицированных как дружелюбные к ребенку. Все они работают в соответствии с проверенными 10 шагами ВОЗ и ЮНИСЕФ – с заметным успехом. Мы дарим пространство любви.

WHO/UNICEF-Initiative Babyfreundlich e. V.

Zum Aquarium 6 a

46047 Oberhausen

Тел: 0208 828556-0

E-Mail: info@babyfreundlich.org



babyfreundlich.org