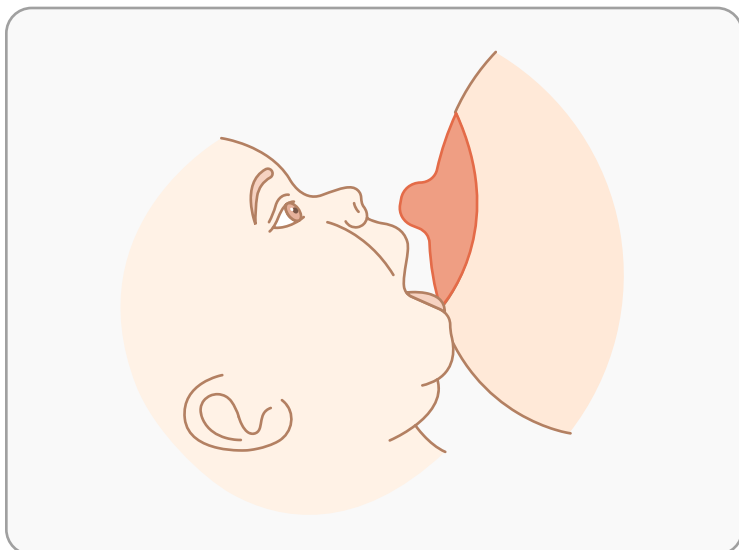


Как правильно прикладывать ребенка к груди

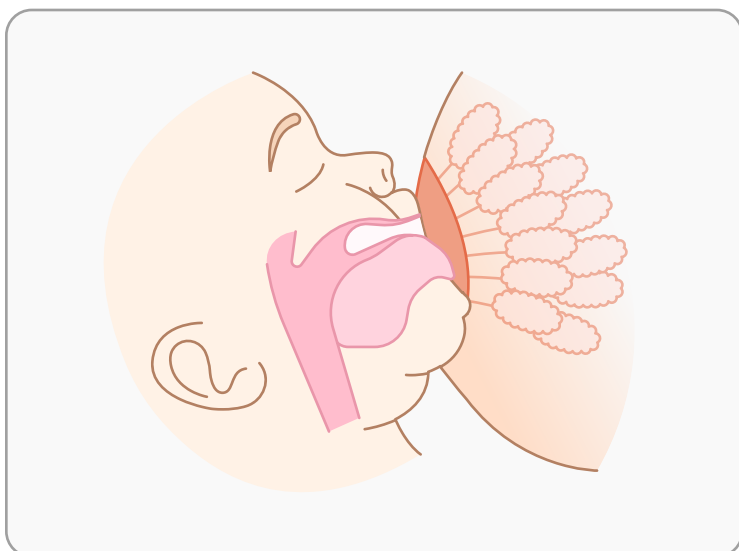
Из курса Учебника Т—Ж «Как упростить жизнь после рождения ребенка»



1. Поднесите ребенка близко к груди. Подождите, пока он откроет рот и найдет сосок сам — это обычно более эффективно, чем пытаться засунуть сосок ему в рот, пока малыш не готов



2. Убедитесь, что ребенок хорошо захватывает грудь: не только сосок, но и значительную часть ареолы. Также подбородок малыша не должен быть прижат к его груди, а нос — утыкаться в вашу грудь



3. В таком положении сосок вашей груди находится в середине полости рта ребенка: он его не жует деснами и не повреждает и вместе с тем более эффективно добывает молоко



4. Если во время кормления вам некомфортно или больно, мягко поместите свой чистый палец между деснами ребенка. Так вы сможете аккуратно вынуть сосок изо рта ребенка и попробовать приложить его по-новому

Если справиться самостоятельно не получается, стоит проконсультироваться с педиатром или консультантом по грудному вскармливанию

