

# Советы по искусственному вскармливанию

Если вы планируете кормить из бутылочки сцеженным грудным молоком или детской смесью, эти советы помогут вам накормить своего ребенка и сохранить его безопасным и здоровым.

Если вы решили использовать детскую смесь, первая детская смесь (первое молоко) всегда должна быть первой смесью, которую вы даете своему ребенку. Вы можете использовать эту смесь в течение первого года.

## Покупка оборудования для искусственного вскармливания

Вам понадобится несколько бутылок, сосок и щетка для чистки бутылок, а также стерилизующее оборудование, такое как стерилизатор холодной воды, микроволновая печь или паровой стерилизатор.

Нет никаких доказательств того, что один тип соски или бутылки лучше, чем любой другой. Простые бутылки, которые легко мыть и стерилизовать, вероятно, лучше всего.

## Приготовление искусственного вскармливания

Убедитесь в том, что вы стерилизуете бутылочки и соски, пока вашему ребенку не исполнится не менее 12 месяцев. Тщательно вымойте руки перед тем, как прикасаться к стерилизованным бутылочкам и соскам.

Если вы используете детскую смесь, внимательно следуйте инструкциям на упаковке. Вы можете спросить своего акушера, как приготовить детскую смесь.

## Как кормить ребенка из бутылочки

Кормление из бутылочки — это возможность почувствовать себя ближе к ребенку, узнать его и сблизиться с ним. Дети будут чувствовать себя в большей безопасности, если вы, ваш партнер или основной опекун будут кормить ребенка.

Убедитесь, в том что вы удобно сидите с ребенком. Во время кормления наслаждайтесь тем, что держите своего ребенка, смотрите ему в глаза и разговаривайте с ним.

Держите ребенка в полувертикальном положении во время кормления из бутылочки. Поддерживайте его голову, чтобы они могли дышать и глотать комфортно.

Прижмите соску к губам вашего ребенка и, когда они широко откроет рот, позвольте ему захватить ротиком соску.

Всегда давайте ребенку достаточно времени для кормления.

## Не оставляйте ребенка одного

Никогда не оставляйте ребенка одного для кормления из приподнятой бутылочки, так как он может подавиться молоком.

## Держите бутылку горизонтально

Аккуратно поместите соску в рот ребенка. Держите бутылку в горизонтальном положении (только слегка

наклоненной). Это позволит молоку течь равномерно и поможет предотвратить вдыхание воздуха вашим ребенком.

Если соска сплющивается во время кормления, осторожно потяните за уголок рта ребенка, чтобы освободить соску.

Если соска засорилась, замените ее другой стерильной соской.

## **Ориентируйтесь поведением своего ребенка**

Все малыши разные. Ваш ребенок будет знать, сколько молока ему нужно. Некоторые хотят кормиться чаще, чем другие. Просто наблюдайте за вашим ребенком.

Кормите ребенка, когда он кажется голодным, и не беспокойтесь, если он не закончит бутылочку.

## **Отрыжка вашего ребенка**

Ваш ребенок может делать короткие перерывы во время кормления и иногда может нуждаться в отрыжке.

Когда ваш ребенок выпил достаточно молока, держите его в вертикальном положении и осторожно потирайте или похлопывайте его по спине, это позволит ему высвободить накопленный воздух.

## **Выбросьте неиспользованное молоко**

Выбросьте любую неиспользованную смесь или грудное молоко после того, как вы закончите кормить ребенка из бутылочки.

Готовьте смесь только тогда, когда это необходимо – по одному кормлению за раз.

## **Помощь при искусственном вскармливании**

Поговорите со своим акушером, патронажной сестрой или другими матерями, которые искусственно вскармливали детей, если вам нужна помощь и поддержка.

Вы найдете номер телефона вашей патронажной сестры в личной медицинской карте вашего ребенка (красная книга).

## **Ваши вопросы по искусственному вскармливанию**

### **Почему мой ребенок не успокаивается после кормления?**

Если ваш ребенок глотает воздух во время кормления, он может чувствовать себя некомфортно и плакать.

После кормления держите ребенка вертикально, прислонив его к своему плечу или положив вперед на колени. Осторожно потрите спину, чтобы высвободить накопленный воздух.

Иногда ваш ребенок может отрыгнуть только небольшое количество воздуха.

### **Почему моего ребенка иногда тошнит после кормления?**

Это нормально для младенцев срыгивать немного молока во время или сразу после кормления. Это называется срыгиванием, регургитацией или рефлюксом.

Держите тонкую пеленку под рукой на всякий случай.

Убедитесь, что отверстие в соске не слишком велико. Слишком быстрое употребление молока может вызвать у вашего ребенка тошноту.

Не заставляйте их пить больше молока, чем они хотят во время кормления. Это может быть неприятно для вашего ребенка и может привести к перекармливанию.

Вы можете посадить ребенка вертикально на колени после кормления.

Если это происходит часто, или у вашего ребенка сильная рвота, вам кажется, что ему больно или вы беспокоитесь по какой-либо другой причине, поговорите со своей патронажной сестрой или врачом общей практики.

## **Может ли смесь вызвать у моего ребенка запор?**

При использовании смеси всегда используйте количество порошка, рекомендованное на упаковке.

Не добавляйте дополнительную смесь. Использование слишком большого количества смеси может вызвать у вашего ребенка запор и обезвоживание.

Если вашему ребенку меньше 8 недель и он не покакал в течение 2-3 дней, поговорите со своим фельдшером- акушером, патронажной сестрой или врачом общей практики, особенно если ваш ребенок медленно набирает вес.

Ваш ребенок должен набирать вес и иметь много влажных и грязных подгузников.

## **Может ли смесь вызвать у моего ребенка запор?**

Если вы считаете, что у вашего ребенка может быть аллергия или непереносимость смеси, поговорите со своим врачом. При необходимости они могут назначить специальную смесь.

Некоторые смеси помечены как гипоаллергенные, но это не подходит для детей с диагностированной аллергией на коровье молоко.

Смесь на основе сои следует давать детям только под наблюдением врача.

Всегда поговорите со своим врачом, прежде чем использовать гипоаллергенную формулу или смесь на основе сои.