

Поради щодо штучного вигодовування

Якщо ви плануєте годувати з пляшечки зцідженим грудним молоком або дитячою сумішшю, ці поради допоможуть вам нагодувати свою дитину та зберегти її безпечною та здоровою.

Якщо ви вирішили використовувати дитячу суміш, перша дитяча суміш (перше молоко) завжди має бути першою сумішшю, яку ви даєте своїй дитині. Ви можете використовувати цю суміш протягом першого року.

Купівля обладнання для штучного вигодовування

Вам знадобиться кілька пляшок, сосок і щітка для чищення пляшок, а також обладнання, що стерилізує, таке як стерилізатор холодної води, мікрохвильова піч або паровий стерилізатор.

Немає жодних доказів того, що один тип соски чи пляшки краще, ніж будь-який інший. Прості пляшки, які легко мити та стерилізувати, ймовірно, найкраще.

Приготування штучного вигодовування

Переконайтеся в тому, що ви стерилізуєте пляшечки та соски, поки вашій дитині не виповниться щонайменше 12 місяців. Ретельно вимийте руки перед тим, як торкатися стерилізованих пляшок і сосків.

Якщо ви використовуєте дитячу суміш, уважно дотримуйтесь інструкцій на упаковці. Ви можете спитати свого акушера, як приготувати дитячу суміш.

Як годувати дитину з пляшечки

Годування з пляшечки - це можливість відчути себе ближче до дитини, дізнатися її та зблизитися з нею. Діти будуть відчувати себе в більшій безпеці, якщо ви, ваш партнер або основний опікун годуватимуть дитину.

Переконайтеся, що ви зручно сидите з дитиною. Під час годування насолоджуйтесь тим, що тримайте свою дитину, дивіться їй у вічі та розмовляйте з нею.

Тримайте дитину у напіввертикальному положенні під час годування з пляшечки. Підтримуйте головку, щоб вони могли дихати і ковтати комфортно.

Притисніть соску до губ вашої дитини і, коли вони широко відкриє рот, дозвольте вашій дитині захопити ротом соску.

Завжди давайте дитині достатньо часу для годування.

Не залишайте дитину одну

Ніколи не залишайте дитину одну для годування з піднятої пляшечки, тому що вона може подавитися молоком.

Тримайте пляшку горизонтально

Акуратно помістіть соску в рот дитини. Тримайте пляшку в горизонтальному положенні (лише нахиленою). Це дозволить молоку текти рівномірно і допоможе запобігти вдиху повітря вашою дитиною.

Якщо соска сплющується під час годування, обережно потягніть за куточок рота дитини, щоб звільнити соску.

Якщо соска засмічена, замініть її іншою стерильною соскою.

Орієнтуйтеся поведінкою своєї дитини

Усі малюки різні. Ваша дитина знатиме, скільки молока їй потрібно. Деякі діти хочуть годуватись частіше, ніж інші. Просто спостерігайте за вашою дитиною.

Годуйте дитину, коли вона здається голодною, і не турбуйтеся, якщо вона не закінчить пляшечку з молоком.

Відрижка вашої дитини

Ваша дитина може робити короткі перерви під час годування та іноді захоче відригнути.

Коли ваша дитина випила достатньо молока, тримайте її у вертикальному положенні та обережно потирайте або поплескуйте її по спині, це дозволить вашому малюку звільнитися від накопиченого повітря.

Викиньте невикористане молоко

Викиньте будь-яку невикористану суміш або грудне молоко після того, як ви закінчите годувати дитину з пляшечки.

Готуйте суміш лише тоді, коли це необхідно – по одному годуванню за раз.

Допомога при штучному вигодовуванні

Поговоріть зі своїм акушером, патронажною сестрою або іншими матерями, які штучно вигодовували дітей, якщо вам потрібна допомога та підтримка.

Ви знайдете номер телефону вашої патронажної сестри в особистій медичній карті вашої дитини (червона книга).

Ваші питання щодо штучного вигодовування

Чому моя дитина не заспокоюється після годування?

Якщо ваша дитина ковтає повітря під час годування, вона може почуватися некомфортно та плакати.

Після годування тримайте дитину вертикально, притуливши її до свого плеча або поклавши вперед на коліна. Обережно потріть спину, щоб звільнити накопичене повітря.

Іноді ваша дитина може відригнути лише невелику кількість повітря.

Чому мою дитину іноді нудить після годування?

Це нормально для немовлят відригати трохи молока під час або відразу після годування. Це називається відрижкою, регургітацією або рефлюксом.

Тримайте тонку пелюшку під рукою про всяк випадок.

Переконайтеся, що отвір у соски не дуже великий. Занадто швидке вживання молока може викликати у вашої дитини нудоту.

Не змушуйте немовля пити більше молока, ніж потрібно під час годування. Це може бути неприємно для вашої дитини і може призвести до перегодовування.

Ви можете посадити дитину вертикально на коліна після годування.

Якщо це відбувається часто, або у вашої дитини сильне блювання, вам здається, що вашій дитині боляче або ви турбуєтесь з іншої причини, поговоріть зі своєю патронажною сестрою або лікарем загальної практики.

Чи може суміш викликати у моєї дитини запор?

Під час використання суміші завжди використовуйте кількість порошку, рекомендовану на упаковці.

Не додавайте додаткову суміш. Використання занадто великої кількості суміші може викликати у вашої дитини запор та зневоднення.

Якщо вашій дитині менше 8 тижнів і вона не випорожниться протягом 2-3 днів, поговоріть зі своїм фельдшером- акушером, патронажною сестрою або лікарем загальної практики, особливо якщо ваша дитина повільно набирає вагу.

Ваша дитина повинна набирати вагу і мати багато вологих та брудних підгузків.

Чи може суміш викликати у моєї дитини запор?

Якщо ви вважаєте, що у вашої дитини може бути алергія чи непереносимість суміші, поговоріть зі своїм лікарем. За потреби вони можуть призначити спеціальну суміш.

Деякі суміші позначені як гіпоалергенні, але це не підходить для дітей із діагностованою алергією на коров'яче молоко.

Суміш на основі сої слід давати дітям лише під наглядом лікаря.

Завжди поговоріть зі своїм лікарем, перш ніж використовувати гіпоалергенну формулу або суміш на основі сої.