

Рождение малыша – непременно важный и счастливый момент. Но после родов многим приходится нелегко. Кормление занимает большую часть времени суток, что утомляет молодую маму. Для организации правильного и удобного вскармливания следует помнить некоторые важные правила.



### Как прикладывать к груди?

Дабы малыш ел правильно, не заглатывая воздуха, что приводит к нежелательным коликам, важно соблюдать рекомендации по прикладыванию к груди:

- успокоить малыша перед кормлением;
- ребенок должен находиться в приподнятом, со стороны головки, положении;
- плечико находится под маминой грудью;
- чтобы ребенок правильно охватил грудь ртом, нужно поднести сосок к верхней губе;
- широко открыв рот, ребенок должен охватить всю ареолу нижней губой;
- в момент, когда ребенок открыл ротик, подтяните его головку к груди.

Малыш словно вакуумно будет сосать грудь, что безопасно для его животика.

### Комфорт мамы и новорожденного

Одно кормление новорожденного малыша занимает от 20 до 45 минут. А то, что педиатры рекомендуют прикладывать ребенка каждые 1,5–2 часа, некоторых мамочек приводит в ужас.

## Грудное вскармливание новорожденного. Как организовать?

Автор: Пушиночка  
03.04.2015 23:03

---

Чтобы организовать удобное положение для вскармливания многие мамочки покупают подушки для кормления. Они имеют форму разомкнутого овала с закругленными концами. Подушка плотно обхватывает талию и берет на себя основной вес ребенка.

Структура подушки плотная, то есть не прогибается под тяжестью веса. Это объясняется тем, что позвоночник ребенка до конца не сформирован, а использование мягких поверхностей могут привести к искривлению и нарушению развития опорно-двигательного аппарата. Существуют интересные модели с липучками, которые не дают подушке сползать с талии.

*Для безопасного использования подушек для кормления обязательно следуйте нижеуказанным советам:*

1. прежде чем взять ребенка на руки, наденьте подушку;
2. она должна охватывать ваш стан, немного выше талии;
3. возьмите малыша;
4. положите ребенка на подушку обязательно придерживая его руками;
5. не вставайте с кресла, оставляя новорожденного без поддержки.

Если ребенок в правильном положении и удачно захватывает грудь – снижается вероятность возникновения трещин на сосках. Для мамы тоже важен комфорт при грудном вскармливании, ведь если спокойна мамочка, то и малыш нервничать не будет.