

ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО

Грудное молоко – не только питание, но и мощный терапевтический ресурс. У недоношенных детей оно снижает риск некротизирующего энтероколита, сепсиса, других тяжёлых осложнений.

Задача врачей – не просто «наладить питание», а организовать систему, которая помогает семье сохранить лактацию надолго.

Выписка домой - самый уязвимый момент в сохранении грудного вскармливания. Пока мама в стационаре, ей помогают специалисты. Но дома она часто остаётся одна.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ НЕДОНОШЕННЫХ ДЕТЕЙ

- **Создание индивидуальных банков грудного молока:** мама сцеживает молоко, замораживает, а ребёнку дают его позже по мере роста энтеральной нагрузки.
- **Использование СНС-системы** – трубочка, подающая молоко из контейнера прямо в рот ребёнку, когда он сосёт грудь
- **Фортификация** грудного молока – добавление в грудное молоко обогатителей, чтобы удовлетворить повышенные потребности недоношенных
- **Поильники и насадки**, стимулирующие сосание, без формирования зависимости от соски.

ЗАДАЧИ ПЕДИАТРА ПРИ ПЕРВОМ ПАТРОНАЖЕ

- узнать, удалось ли создать индивидуальный запас молока
 - объяснить правила хранения и разморозки
 - объяснить необходимость придерживаться рекомендаций по вскармливанию, полученных при выписке, в том числе продолжение фортификации грудного молока строго по инструкции
 - обсудить, когда необходимо провести корректировку вскармливания
-

ДЛЯ ЧЕГО НУЖЕН ОБОГАТИТЕЛЬ ГРУДНОГО МОЛОКА

- Обеспечение потребности недоношенного ребенка в макро и микронутриентах
 - Обеспечение адекватного роста
 - Снижение заболеваемости
 - Преимущества для развития нервной системы: двигательной активности и когнитивных функций
 - Преимущества для развития зрительного анализатора
-

КОГДА МОЖНО ОТМЕНИТЬ ОБОГАТИТЕЛЬ ГРУДНОГО МОЛОКА

Выписка домой не является основанием для отмены обогатителя грудного молока!

- **Срок необходимости фортификации** грудного молока определяется **динамикой массы** тела и ее соответствием критериям роста недоношенных детей
 - Основной критерий для отмены - **достижение гармоничного роста**: показатели роста и массы тела ребенка находятся в одном перцентильном коридоре
 - При условии:
 - Масса тела ребенка **более 3000 г**
 - Отмечается **положительная динамика** набора массы
 - Восстановлена генетическая кривая роста
-

ХРАНЕНИЕ МОЛОКА

- при комнатной температуре - до 4 часов
 - в холодильнике (2-4 °С) - до суток
 - в морозильной камере (-4 °С) - 4 дня
 - в морозильной камере (-18 °С) - до 6 месяцев;
 - после разморозки – использовать сразу, повторно не замораживать;
 - размораживать только в холодильнике, подогрев – на водяной бане.
-

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗАМОРОЖЕННОГО ГРУДНОГО МОЛОКА

- Размораживание. Вытащив контейнер с молоком из морозильной камеры, его необходимо поместить в холодильник
 - После полного размораживания молоко необходимо подогреть до 36-37°C
 - Никогда не размораживайте молоко в горячей воде!
 - Никогда не размораживайте молоко в микроволновке!
 - Размороженное молоко может находиться при комнатной температуре не более 2 часов
 - Не подвергавшееся подогреванию размороженное грудное молоко допускается хранить в холодильнике при температуре 4-6°C не более 24 часов
 - Никогда не замораживайте молоко повторно, даже после частичной разморозки!
 - Недоеденное из бутылочки молоко следует вылить сразу
-

СЦЕЖИВАНИЕ И СОЗДАНИЕ ЗАПАСА

- После налаживания кормления грудью сцеживаться специально не нужно – это может нарушить естественную регуляцию.
 - Если мама хочет создать запас, она может кормить одной грудью, а молоко из второй - сцеживать.
 - Выбор способа сцеживания: ручной или электрический молокоотсос - зависит от индивидуальных предпочтений.
-

РАСПРОСТРАНЁННЫЕ ТРУДНОСТИ

Самая частая причина отказа от грудного вскармливания – тревога. Мамам кажется, что ребёнок не наедается или медленно прибавляет в весе. Окружение часто советует «дать смесь». Но важно понимать динамику: если прибавки стабильны и соответствуют кривой роста, причин для вмешательства нет. Поддержка и грамотная информация – главная задача педиатра на участке.

КАК СЕМЬЯ МОЖЕТ ПОМОЧЬ В ОРГАНИЗАЦИИ ВСКАРМЛИВАНИЯ

- **Дать возможность маме отдыхать:** другие члены семьи могут взять на себя прогулки с ребенком, домашние дела
- **Организовать питание мамы.** Мамино питание влияет и на ребенка, и на восстановление мамы, на поддержание ее здоровья. Маме важно питаться сбалансированно, особенно когда она кормит грудью.
- **Следить за тем, чтобы мама использовала время сна ребенка для отдыха.** Пока ребенок спит, напомнить, что нужно вздремнуть или отдохнуть несколько минут, а не спешить переделать домашние дела.
- **Помогать в уходе за ребенком:** купать, менять подгузники, одевать ребенка.
- **Если есть старшие дети, присматривать за ними, помогать им с домашним заданием или отводить на дополнительные занятия.**

СКОЛЬКО КОРМИТЬ НЕДОНОШЕННОГО РЕБЕНКА

Длительность грудного вскармливания не зависит от срока рождения. Более того, недоношенным детям оно нужно дольше, чем доношенным. Рекомендуется сохранять его не менее 1,5 лет – при возможности