

Odpowiedzi położnej – warsztaty stacjonarne Toruń 14.04.2022 – problemy w KP

1. Nicola

Czy położna pokaże nam jak karmić?

Julia Szymborska: Położna czy to w oddziale położniczym czy to w szkole rodzenia jeszcze przed porodem pokazuje techniki karmienia oraz to, w jaki sposób dziecko przystawiać do piersi. W miarę możliwości powinniście przećwiczyć na lalce. Niekiedy po porodzie występują wątpliwości, wtedy zapytaj położną, z którą masz kontakt, np. podczas wizyty patronażowej położnej środowiskowo-rodzinnej.

2. Halina

Co robić w przypadku nawalu dokładnie? Odciągać pokarm?

JS: Nawal pokarmu to stan fizjologiczny, który najczęściej pojawia się między 2. a 4. dobą, ale nie musi wystąpić, co nie oznacza, że produkcja pokarmu jest niewystarczająca! Przede wszystkim należy pamiętać, że piersi przy nawale są napięte, obrzmiałe, ale NIEBOLESNE! Najlepiej od razu skonsultować się z położną lub CDL, którzy zdiagnozują, aby nie zbagatelizować danego stanu i nie doprowadzić do poważniejszych problemów, np.. zastój pokarmu czy też zapalenie piersi. Z tego względu po konsultacji, można zastosować laktator, ale tutaj uwaga! Nie ściągamy pokarmu do końca, bo tego nie da się zrobić, a wręcz będzie to sygnał, żeby produkować jeszcze więcej mleka skoro jest większe zapotrzebowanie. Najlepiej użyć laktatora między karmieniami do momentu – uczucia ulgi i odstawić, a odciągnięty pokarm można zamrozić. Świetną metodą będzie też użycie zimnego okładu na piersi po karmieniu, to pozwoli obkurczyć kanaliki mleczne i przystopować produkcję.

3. Iza

W przypadku zapaleń piersi ciągle karmić?

JS: W zapaleniu piersi najważniejszym jest, aby tą chorą pierś opróżniać, więc należy jak najczęściej próbować karmić z chorej piersi. Być może dziecko będzie odmawiać ssania, wówczas należy wdrożyć zastosowanie laktatora intensywnie odciągając pokarm, czyli około 6-8 razy na dobę. Należy też pamiętać, aby w przypadku chęci dziecka do ssania podawać chorą pierś chociaż na kilka minut podczas każdego karmienia, co ważne pokarm z piersi objętej zapaleniem jest nieszkodliwy, ze względu na obecność przeciwciał w pokarmie. Należy też pamiętać, że przerywanie karmienia z powodu zapalenia piersi jest niewłaściwe i może wydłużyć proces leczenia.

4. Kasia

Jak pielęgnować kikut pępowinowy?

JS: Nie był to dzisiaj temat mojego wystąpienia, ale podpowiem, że pielęgnacja powinna odbywać się „na sucho” więc staramy się nie moczyć nadmiernie kikuta przy kąpielach, a po niej dokładnie osuszamy, szczególnie wokół pierścienia pępkowego, do tego możemy użyć patyczków higienicznych. Spryskujemy preparatem na bazie oktenidyny, możemy też zastosować kilka kropel mleka mamy.

5. Nicola

Czy negatywne nastawienie może wpłynąć na karmienie piersią?

JS: Tak naprawdę wszystko zaczyna się w naszej głowie. Powinniśmy już na etapie ciąży poszukać rzetelnych informacji o karmieniu piersią a także zwizualizować sobie jak to będzie wyglądać i co w tym karmieniu nas przeraża. To dobry moment by nasze obawy skonsultować z położną w czasie edukacji przedporodowej! Negatywne nastawienie może skutecznie pokrzyżować nasze plany o kontynuowaniu drogi mlecznej. Pamiętajmy, że okres porodu, kiedy zaczynamy karmić też jest czasem wymagającym, więc nasze nastawienie też jest wystawione na ciężką próbę gospodarki hormonalnej, która sprawia, że jesteśmy płaczliwe, rozdrażnione i nie umiemy skupić się na opiece nad noworodkiem, to fizjologia. Pamiętaj, że jeśli chociażby podejmiesz próbę karmienia, jesteś na wygranej pozycji!

6. Paulina

Czy jakieś herbatki ziołowe faktycznie pomagają?

JS: To jest dobre pytanie, ale zależy co dokładnie mamy na myśli. Galaktogogi, bo o nich mowa, to środki które mają za zadanie wspomaganie laktacji, czyli czegoś co już jest, kolokwialnie mówiąc. W przypadku, kiedy występują u nas zaburzenia w postaci niedoboru pokarmu, nie powinniśmy działać po omacku i pić hektolitrow herbatek laktacyjnych, które być może w ogóle nam nie pomogą, a pokarmu jak nie było tak nie będzie. W taki przypadku, zalecałabym konsultację z położną lub CDL, by zdiagnozować problem i znaleźć przyczynę. Zazwyczaj wszystko powinniśmy konsultować z osobą, która monitoruje przebieg naszego karmienia i z nim konsultować dalsze kroki. Natomiast jeśli konsultant nie stwierdzi przeciwwskazań do zastosowania danego preparatu, a dla was będzie to miało duże znaczenie terapeutyczne i zmieni wasze podejście do kontynuowania karmienia, możecie stosować. Najbardziej udowodnioną skutecznością terapeutyczną posiadają: ostropest oraz słód jęczmienny/ beta-glukan i przede wszystkim są bezpieczne w zastosowaniu.

7. Paulina

Czy długie kąpiele są dobre jak karmi się piersią?

JS: Nie wiem w jakim sensie miały by być dobre, a w jakim złe. Raczej nie ma to kluczowego znaczenia dla powodzenia laktacji lub jej zaprzestania.

8. Aneta

Ile wizyt położnej środowiskowej po porodzie nam przysługuje?

JS: Po porodzie położna powinna Was odwiedzić co najmniej 4 razy, jeśli będą pojawiać się dodatkowe wątpliwości/ problemy, położna w ramach NFZ może Was odwiedzić do 6 razy. Powyżej 6 wizyt NFZ nie refunduje patronaży.

9. Lidka

Poleca pani poduszki do karmienia piersią?

JS: Poduszka do karmienia nie jest niezbędnym elementem wyposażenia, ale jeśli miałoby to pomóc w przybraniu odpowiedniej pozycji do skutecznego karmienia, to jak najbardziej. Należy też pamiętać, że to poduszka dla Ciebie, nie po to by dziecko na niej leżało podczas karmienia, warto wybrać taką, która będzie odpowiednia, taka typu „kura” nie będzie dobrym pomysłem, ze względu na brak stabilizacji.

10. Tamara

Czy piersi można smarować balsamami nawilżającymi podczas karmienia?

JS: Nie widzę przeszkód, jednak wybierajmy balsamy hipoalergiczne i przede wszystkim bezzapachowe, by nie rozpraszać dziecka dodatkowym bodźcem, by skupiło się na ssaniu piersi. Na brodawki w razie potrzeby można zastosować lanolinę.

11. Nicola

Jak długo można mrozić pokarm?

JS: Mrożenie pokarmu jest świetnym pomysłem na dłuższe przechowywanie. Wszystko jest uzależnione od tego w jakiej temperaturze będziemy mrozić, np. w temp. -10°C możemy mrozić przez 7 dni, dalej w temp. -14°C pokarm możemy zostawić na około 2-4 tygodnie, a w temp. -20°C przechowamy na okres od 3 do 6 miesięcy. To bardzo pomocna forma zbierania pokarmu. W sklepach znajdziemy specjalne woreczki do mrożenia pokarmu, pamiętajmy tylko, aby zapisać dokładną datę!

12. Kasia

Mogę karmić dziecko tylko butelką, odcigając pokarm laktatorem?

JS: Nie znam motywacji, dla której miałaby Pani tak robić, ale jeśli nie ma innego wyjścia i z jakichś względów musi Pani tak postępować jest to lepszy sposób niż stosowanie mieszanki mleka modyfikowanego.