

- 1. Czy można podjąć jakieś działania profilaktyczne już w trakcie ciąży, aby w pierwszych dobach nie było problemu z rozkręceniem laktacji?**

Napewno już w ciąży można zadbać o urozmaiconą dietę, przede wszystkim odżywcza.

- 2. Czy można zacząć rozkręcać laktację przed cesarskim cięciem?**

U kobiet pojawia się już mleko pod koniec ciąży, ale nie zalecamy odciągania pokarmu przed porodem.

- 3. Czy po cesarskim cięciu trudniej jest rozkręcić laktację niż po porodzie siłami natury?**

Laktacja po cięciu cesarskim pojawia się troszkę później niż po porodzie naturalnym, ale to nie oznacza, że zawsze będą kłopoty.

- 4. Czy sposób urodzenia dziecka nie ma na to żadnego wpływu?**

Zazwyczaj na jakość karmienia wpływa kilka czynników. Sam sposób porodu o niczym nie przesądza.

- 5. Czy szpitale mają obowiązek zapewnienia doradcy laktacyjnego po porodzie?**

Nie.

- 6. Często się słyszy o problemach z wędzidełkiem: jak je można rozpoznać? Czy one mogą być przyczyną nieskutecznego ssania?**

Jeżeli niepokoi kwestia wędzidełka, najlepiej udać się albo do doradcy laktacyjnego lub dobrego neurologopedy, które to profesjonalnie oceni. Skrócone wędzidełka mogą być kłopotem podczas ssania.

- 7. Do kogo najlepiej się udać w przypadku problemów z karmieniem piersią noworodka? Do doradcy laktacyjnego/położnej/neurologopedy?**

Najlepiej do doradcy laktacyjnego.

- 8. Jaki laktator na 2 piersi Pani poleca? Najlepiej bezprzewodowy**

Lansinoh, medela, philips - to są najczęściej kupowane laktatory. Najlepiej na dwie piersi z ładowarką.

9. Kiedy najlepiej kupić laktator?

W ciąży.

10. Czy można karmić z jednej piersi, a z drugiej odciągać "magiczną butelką" i w ten sposób robić zapasy?

Zawsze proponujemy obie piersi dzieci podczas sesji karmienia. Jeśli karmienie jest nieefektywne, można odciągnąć pokarm po sesji karmienia.

11. Czy poleca Pani laktator elektryczny muszlowy?

To wszystko zależy od preferencji kobiety i jej wygody.

12. Jaką maść poleca Pani na popękane brodawki?

Lanolina, wietrzenie, nurse care - specjalistyczny opatrunek na rany na brodawkach.

13. Ile wynoszą normy ml mleka z jednej piersi?

Mniej więcej 75 ml. Nie jest to regułą.

14. Przy stymulacji poleca pani metodę 753 czy po 15min na każdą pierś?

Jeżeli chcemy przyspieszyć laktację to 7-5-3. Jeżeli z laktacją jest wszystko w porządku to wystarczy 15 minut na każdą.

15. Jak wygląda pierwsze karmienie po cc? Jak dziecko będzie ułożone?

Zazwyczaj w pozycji naturalnej, czyli na brzuchu matki.

16. Na jakie parametry, funkcje patrzeć przy zakupie laktatora?

Odciąganie na dwie piersi, różne tryby pracy, długi czas pracy baterii, ewentualnie przenośna ładowarka.

17. Czy w pierwszych dniach życia noworodka faktycznie należy wybudzać go na karmienie w nocy co 3 godziny?

W nocy karmić należy dwa razy.

18. Czy jeśli odciągnę większą ilość mleka i chciałabym oddać do szpitala, czy jest jakaś ogólnodostępna informacja, gdzie znajdują się takie punkty, banki mleka matki?

Na stronie danego szpitala powinna być taka informacja, istnieje również spis Banków Mleka w Internecie.

19. Jak dziecko w pierwszych dniach mało je, to podłączać jeszcze laktator, żeby oczyścić piersi z całego mleka?

Tak.

20. Czy w przypadku decyzji o karmieniu noworodka mlekiem modyfikowanym od urodzenia trzeba po porodzie zastosować jakieś środki hamujące laktację?

Tak, należy stopniowo wyciszać laktację. Nie polecam Bromergonu.

21. Jak pobudzić dziecko do ssania jeśli przy piersi przysypia?

Należy zastanowić się nad prawidłową techniką karmienia, sprawdzić poziom bilirubiny, pobudza się go delikatnie stymulując go w okolicach żuchwy, lub zmiana pozycji.

22. Czy w ciąży można pić koper włoski?

Raz na jakiś czas nie zaszkodzi, ale należy zachować umiar.

23. Jaki kształt nakładek na brodawki jest najlepszy?

Należy je dobrać indywidualnie do swoich.

24. Jakich innych ziół poza koprem włoskim nie poleca się w laktacji?

Mięta, koper włoski, szalwia.

25. Czy podczas karmienia piersią należy stosować jakąś specjalną dietę? Czegoś unikać/wystrzegać się? Czy potrzebna jest większa podaż kalorii?

Polecam zajrzeć na piramidę żywienia na stronie Centrum Nauki o Laktacji.

26. Czy podaż doustna lub dożylna glukozy może wpłynąć na późniejsze większe ryzyko zachorowania na cukrzycę?

Nie.

27. Czy jeśli odciągniemy mleko z piersi a dziecko będzie żądało jedzenia, to czy można podać te odciągnięte mleko przez butelkę?

Można.

28. Czy karmienie piersią zaspokaja potrzebę ssania w takim stopniu, że nie ma potrzeby używania smoczka u noworodków urodzonych o czasie/ u wcześniaków?

Do 3 miesiąca nie powinniśmy używać smoczków, jedyne w sytuacjach awaryjnych, zaburza on proces laktacji. U wcześniaków, które są np. w szpitalu sprawa wygląda trochę inaczej.

29. Czy jeśli jest dziecko adoptowane to jest jakakolwiek opcja karmienia piersią?

Słyszałam kiedyś o takim czymś

Również słyszałam historie, gdzie matce udało się pobudzić laktację. Niestety nie miałam jeszcze z tym doczynienia.

30. Czego najlepiej użyć w przypadku bólu brodawek w pierwszych dobach podczas karmienia? Co jest najskuteczniejsze?

Odpowiednia technika karmienia, wietrzenie, odpowiedni dobór lejka i mocy laktatora, lanolina, chłodne żelowe okłady, paracetamol.