1. Kiedy po porodzie najlepiej przystawić dziecko do piersi? W ciągu godziny?

Najlepiej jak najszybciej. Zaraz po porodzie dziecko powinno być w kontakcie skóra do skóry z mamą i w tym czasie następuje pierwsze dostawienie. Jeśli dziecko rodzi się drogą cięcia cesarskiego to najpierw odbywa się kangurowanie u taty, a wtedy pierwsze dostawienie jak tylko mama znajdzie się na Sali pooperacyjnej.

1. Powinnam już w ciąży zaopatrzyć się w laktator, czy jest to zbędny wydatek?

Jestem zdania, że z wyborem laktatora warto poczekać i zobaczyć jak rozwinie się sytuacja, bo tak naprawdę na etapie ciąży nie do końca wiemy czego będziemy potrzebować.

1. Jeśli dziecko je bardzo często (co ok 40 minut), to znaczy, że się nie najada, czy to jest okej?

W tej sytuacji należy ocenić wskaźniki skutecznego karmienia. Jaka jest ilość wypróżnień, jakie są przyrosty masy ciała. Natomiast jeśli przez całą dobę nie ma dłuższych przerw w karmieniu, to należy bliżej przyjrzeć się karmieniu.

1. Kiedy powinien pojawić się nawał pokarmu?

Fizjologicznie na przełomie 2 i 3 doby po porodzie.

1. Jestem w ciąży, a cały czas karmię starszaka. Powinnam odstawić starsze dziecko, czy pokarmu starczy dla obu dzieci?

Decyzja o odstawieniu starszaka zależy wyłącznie od mamy. Jeśli czujesz się na siłach i chcesz kontynuować karmienie w tandemie, to jak najbardziej jest to możliwe i bezpieczne. Trzymam kciuki 😊

1. Czy mogę zrobić coś w ciąży, dzięki czemu karmienie będzie łatwiejsze?

Przede wszystkim przygotować się pod kątem merytorycznym, poznać fizjologię laktacji, a po porodzie zasięgnąć konsultacji z doradcą laktacyjnym.

1. Jak często karmić noworodka? Słyszałam, że co 3 godziny, to się sprawdza?

Te 3 godziny są takim odnośnikiem jaka powinna być maksymalna przerwa w przypadku noworodka. Tak naprawdę, to dziecko decyduje czy chce być dostawione do piersi. Karmimy na tzw. Żądanie, ale nie rzadziej niż 8-12 razy na dobę.

1. Co jeśli szpital nie pozwala na kontakt skóra do skóry? Tłumaczą badaniami.

To w takim układzie jest to sprawa do rzecznika praw pacjenta. Jeśli noworodek i mama są w dobrym stanie i nic nie zagraża ich zdrowiu i życiu to kontakt skóra do skóry jest priorytetowy.

1. Czy w czasie karmienia piersią powinnam uważać na jakieś produkty, które jem?

Dieta mamy karmiącej piersią powinna być dieta zdrowego człowieka, powinna być przede wszystkim bogata w owoce i warzywa, być dobrze zbilansowana. Nie zaleca się prewencyjnej eliminacji. Oczywiście należy unikać żywności wysoce przetworzonej, alkoholu, używek.