

Magdalena95

Moja mama nie miała pokarmu to ja też nie bede miała? czy to mit?

Na szczęście mit. Kiedyś wiedza na temat laktacji była bardzo ograniczona, dziś większość problemów da się rozwiązać.

Julia

Czy warto zakupić dodatkowo jeszcze kolektor do zbierania pokarmu, jeśli posiada się już laktator?

Może się przydać, ale nie musi. Kolektor sprawdza się głównie u mam, które mają sporo mleka. Przy stymulacji niezbędny jest laktator.

Magdalena95

Czy jest jakaś technika zęby dziecko załapało karmienie?

Tak, jest mnóstwo takich technik. Dobiera się indywidualnie w zależności od przyczyny problemu z karmieniem.

Ola

Czy jest jakaś baza wiedzy o certyfikowanych doarczach laktacyjnych w Polsce?

Tak, na stronie CNoL znajduje się wykaz cdl z aktualnym certyfikatem.

Monia

Co sądzi Pani o tych zabobonach dotyczących herbatek? Czy faktycznie wspomagają one laktację

Zależy jaki jest skład takich herbatek. Niektóre zioła rzeczywiście mają udowodnione działanie w stymulacji laktacji. Niestety niektóre wręcz nie powinny być stosowane w okresie karmienia piersią.

Anna

Ile czasu max może rozkręcać mi się laktacja?

Wstępna stabilizacja laktacji to 3 tygodnie po porodzie.

Monika

Czy poleca pani kupo laktatora już przed porodem czy dopiero po porodzie?

Wiele zależy do sytuacji. Jeśli już przed porodem wiadomo, że będzie potrzebny, to można kupić wcześniej. Jeśli jeszcze nie wiemy - lepiej poczekać z zakupem i dobrać laktator do swoich potrzeb.

Magdalena95

Czy po ściągnięciu pokarmu należy zadbać jakos o sutki np posmarować kremem?

Nie ma takiej potrzeby, chyba, że brodawki są podrażnione lub suche. Wtedy można posmarować je odrobiną swojego mleka lub lanoliną.

Nicola

Czy herbata z koprem faktycznie zatrzymuje laktację?

Nie zatrzymuje laktacji. Nie jest wskazana ze względu na podejrzenie niekorzystnego wpływu na zdrowie dziecka.

Iza

Jeżeli miałam problemy z laktacją w 1 ciąży, to czy w 2 też mogę mieć?

Wszystko zależy od przyczyn tych problemów. Nie muszą one się powtórzyć. Jednak warto w razie jakichkolwiek problemów, od razu spotkać się z doradcą laktacyjnym. Można też rozważyć takie spotkanie jeszcze przed porodem, aby nie powtórzyć tych samych błędów.

Paulina

Czy jakieś jedzenie wspomaga laktację?

Tak, są produkty spożywcze oraz zioła wpływające pozytywnie na produkcję mleka. Należą do nich np melisa, słód jęczmienny czy owsianka.

Paulina

i jak to jest z dietą?

Matka karmiąca piersią powinna odżywiać się w sposób zdrowy i różnorodny. Nie ma tu żadnych ograniczeń i eliminacji. Warto unikać szkodliwych tłuszczów, zwłaszcza trans oraz przetworzonej, konserwowanej żywności.

Basia

Czy przed porodem mogę się już jakoś przygotowywać?

Tak, warto przygotować się wcześniej do karmienia piersią. Można jeszcze w ciąży omówić ten temat z doradcą laktacyjnym.

Magdalena95

Czy w tym czasie warto oglądać wszystkie te wiadomości czy lepiej mniej czytać i mniej przeżywać?

Wszystko zależy od tego co czytamy. Warto sięgać do dobrych źródeł, które oferują wiedzę i wsparcie. Nie polecam za to czytać dziwnych opowieści laktacyjnych ani grup matek, które „wiedzą wszystko”.

Małgorzata

Poleca pani spotkanie z doradcą laktacyjnym po porodzie czy warto najpierw zobaczyć czy będę miała jakieś problemy?

Nie zawsze jest to konieczne. Warto spotkać się z doradcą laktacyjnym w razie jakichkolwiek wątpliwości - lepiej zrobić to na wyrost niż przegapić niepokojące sygnały.

Magdalena95

Czy stres może wpływać na dziecko?

Tak, stres rodzica zawsze wpływa na dziecko. Ma też negatywny wpływ na laktację.

Jola

Ile karmień u noworodków to norma, jest jakiś zakres?

Noworodki jedzą przeciętnie 8-12 razy na dobę.

Jola

Czy karmienie piersią u pierwszego dziecka jest gwarancją sukcesu u kolejnego?

Nie gwarantuje to sukcesu, bo dziecko będzie inne. Jednak szansa na kolejny sukces rzeczywiście jest większa.

Ola

Mówi Pani, że na początku mleko matki playnie po kropelce, czy to nie jest problem jeśli dziecko na początku będzie ssało bezproduktywnie? Czy dziecko jest bardzo głodne zaraz po porodzie? W jakim czasie od urodzenia powinno wypić porcję mleka?

Przez pierwszą dobę po porodzie dziecko w zasadzie nie musi jeszcze jeść. Potem potrzebne są mu niewielkie ilości - właśnie takie, jakie produkuje w tym okresie mama. Ssanie nieodżywcze również jest ważne - dziecko zaspokaja swoją potrzebę bliskości i trenuje ssanie, a u mamy stymuluje produkcję mleka.

Julia

Czy warto zabierać poduszkę do karmienia do szpitala?

Nie warto, bo środowisko szpitala to mnóstwo bakterii, których lepiej nie zabierać do domu. Poza tym krótko po porodzie większość matek karmi na leżąco. Do tego mało który szpital oferuje wygodne siedzenia do karmienia.

Justyna

Czy cdl psychologicznie też może wesprzeć mamy która karmi długo 2 lata?

To zależy jakie wsparcie jest potrzebne. Rolą cdl jest także wspierać mamy, jednak cdl nie udziela pomocy psychologicznej, jeśli nie ma do tego kompetencji zawodowych.

Julia

Jeśli wszystko jest w porządku, to czy kontrolować czas w nocy i wybudzać mimo wszystko dziecko co 3 godziny na karmienie, zwłaszcza na początku by rozkręcić laktację?

Tak, na początku w pierwszych 3 tygodniach warto budzić dziecko, które przesypia zbyt długo w nocy.

Julia

Czy w razie czego wziąć kapturki do szpitala jeśli miałyby wystąpić problemy z uchwyceniem brodawki? Jakie ma Pani zdanie co do kapturków i w jakim rozmiarze należałoby je kupić?

Kapturki an brodawki powinny być zalecone i dobrane przez doradcę laktacyjnego. Nieodpowiednie ich użycie może spowodować problemy laktacyjne.