

Odpowiadam zgodnie z najlepszą moją wiedzą i największą starannością, pamiętając jednak, że żadna porada internetowa nie zastąpi wizyty osobistej u doradcy laktacyjnego. Pewne fakty widać dopiero przy osobistym kontakcie, nie da się tego zmienić. Nie znam też Waszych historii od początku, a jedynie jej wycinek i zadane pytanie.

Agata

Córka ma 7 miesięcy, od miesiące trochę mniej je w ciągu dnia, a w nocy budzi się co 10-30min. lub co godz. (akurat rozszerzamy dietę). Czy powinnam się tym niepokoić, iść w tej sprawie do lekarza??

E.B:

Jeśli dziecko dobrze się rozwija, jest pogodne, dobrze przybiera na wadze to nie powinno to budzić niepokoju.

Olga

bolace piersi i brodawki jak sobie radzić z tym?

E.B:

Przed wszystkim odpowiednia pielęgnacja. Przemywanie własnym mlekiem, wietrzenie. Prawidłowe przystawianie dziecka do piersi. Korekta przystawienia do piersi. Gdy jednak trwa to i nie ma końca, warto skonsultować się z doradcą laktacyjnym, aby mógł ocenić w czym problem.

Ilona

Są dzieci, których praktycznie nie można oderwać od piersi, jak rozpoznać czy to jest głód czy potrzeba bliskości?

E.B: Jeśli dziecko przybiera prawidłowo na wadze, moczy odpowiednio ilościowo pieluszki, wypróżnia się, potrafi również mieć jakieś przerwy na sen, to powinno być wszystko w porządku. I wtedy liczymy się z tym, że taka jest potrzeba bliskościowa dziecka....

Olga

czy wkładki laktacyjne mogą podrażnić brodawki i powstaje ból?

E.B: Może wystąpić uczulenie na wkładki laktacyjne, czego efektem może być podrażnienie i ból. Mogą ocierać o poranione brodawki i dodatkowo je podrażniać.

Magdalena

Karmie moją córkę piersią i bardzo mi zależy żeby nie musieć jej dokarmiać sztucznym mlekiem. W szpitalu było to jednak konieczne, ponieważ mało przybierała na wadze. W dniu urodzin ważyła 3090g, obecnie waży około 4150g, co według mojej wiedzy jest zbyt małym przyrostem do jej wieku (11 tygodni). W pierwszych dniach po porodzie prawie cały czas miałam ją przy piersi. Obecnie staram się karmić ok. 20 min i odstawić córkę (chyba że jeszcze się dopomina). W ciągu dnia karmię średnio co 2 godziny i staram się karmić na żądanie. Zalecono mi, abym budziła córkę na nocne karmienie (staram się robić to co 3 godziny czyli ok. 2 razy na noc, ponieważ moja córeczka raczej przesypia noc). Kiedy położna zwróciła mi uwagę na niewielki przyrost, zaproponowała bym stymulowała laktację laktatorem. Robiłam tak przez kilka dni i zaprzestałam (ponieważ udawało mi się odciągnąć tego mleka dość sporo i wydawało mi się że mam wystarczająco dużo pokarmu). Mojej córce często zdarza się usunąć przy piersi, podczas karmienia muszę pilnować żeby jadła, rzadko

kiedy je naprawdę intensywnie. Dodatkowo moje brodawki są wklęsłe i używam silikonowych kapturek (bez nich córka się bardzo denerowała), coreczka bardzo dobrze sobie radzi z jedzeniem przez nie.

Ostatnio jednak borykam się z tym, że czasami podczas przystawiania do piersi córka bardzo płacze tak że razem z mężem musimy ją uspokajać żeby w ogóle zassała. Nie wiem z czego to wynika i co mogłabym na to zaradzić. (Od jakiegoś czasu zdarza się nam używać smoczka i myślimy że może przez to te problemy). Bardzo proszę o pomoc w kwestii laktacyjnej - jak powinnam karmić i czy w jakiś sposób stymulować laktację oraz co poradzić na te ciężkie starty podczas jedzenia. Będę bardzo wdzięczna za pomoc

E.B:

Bardzo mały przyrost masy ciała. Problem może być złożony. Zalecam pilną konsultację z doradcą laktacyjnym, aby mógł ocenić, co się tutaj dzieje.

Olga

czy po cc można normalnie karmić piersią czy jest jakiś zastój?

E.B: Można normalnie karmić.

Czasem laktacja rusza troszkę później, ale to nie jest żaden problem.

Jak najbardziej można karmić piersią i jeśli jest prawidłowe postępowanie przy karmieniu, dość częste i odpowiednio czasowo trwające karmienia, nie powinno nic się wydarzyć.

Anna

Ja zwiększyć ilość pokarmu? Moje dziecko po miesiącu przestało ssać pierś, odciągam pokarm ale w piersiach coraz mniej pokarmu i dlexko dostaje tylko jedną butelkę mojego mleka dziennie... Czy jest w ogóle sens ściągając moje mleko tylko dla jednej butelki mleka?

E B:

Przyczyny mogą być różne. Może stres, może nieodpowiednia technika ssania u Maluszka, czasem skrócone wędzidełko...

Mozna spróbować popracować nad laktacją, jeśli tylko ma Pani chęć i ochotę.

Odpowiednie produkty zwiększające laktację, stymulacja laktacji.

Agnieszka

Czy jeśli dziecko przesypia całą noc, powinnam je wybudzać na jedzenie, by nie powodować zastoju pokarmu?

E.B: Jeśli są dobre przyrosty i dziecko wybrało sen całonocny, a Pani piersi po tej nocy nie "pękają", to tak może być. Jeśli dochodzi do przepełnienia piersi i prowadzi do dyskomfortu, można obudzić Maluszka do karmienia lub odciągnąć laktatorem.

Olga

co ile najlepiej można odciągać mleko laktatorem tak aby nie uszkodzić brodawek?

E.B: Warunek prawidłowego odciągania pokarmu to dobrze dobrany laktator. Dobrze dobrany lejek. Odciąganie powinno się odbywać co ok 3 h.

Ilona

Czy brak odpoczynku może być przyczyną zmniejszenia ilości pokarmu?

E.B: Może być. Tak samo, stres, choroba, przemęczenie, nieprzespane noce, niedojedzenie. Organizm jest wtedy skupiony na tym, żeby wyprowadzić się na prostą, nie na laktacji.

Olga

czy stosuje się jakieś witaminy lub masło na bolące sutki?

E.B: smarowanie własnym pokarmem, czystą lanoliną, wietrzenie brodawek. Ewentualnie kompresy łagodzące. Powinno pomóc.

Urszula

Ja aktualnie walczę z zapaleniem piersi.. Jak przekonać miesięczne dziecko do jedzenia z chorej piersi?

E.B: Proszę spróbować przystawiania w różnych pozycjach. Przed karmieniem zmyć z piersi wszelkie medykamenty, które mogą się na niej znajdować. Można delikatnie ogrzać tą pierś przed karmieniem, uruchomić wypływ przez minimalne ręczne odcignięcie pokarmu lub odrobinę laktatorem i spróbować przystawić do piersi. Trzymam kciuki!

Ilona

Kiedy można zacząć ograniczać nocne karmienie?

E.B: Jeśli dziecko nie ma takiej potrzeby i również Pani z powodu przepełnienia piersi, można powoli próbować redukować ilość nocnych karmień.

Olga

jak dbać o piersi podczas karmienia ?

E.B: przemywanie własnym pokarmem, oliwą z oliwek lub lanoliną, wietrzenie.

Urszula

Czym najlepiej myć piersi przed karmieniem

E.B: najlepiej własnym pokarmem lub wodą bez zbędnych detergentów

Agnieszka

Zauważyłam, że po ciepłej kąpieli szybciej narasta pokarm? Czy takie codzienne pobudzanie, może powodować jakieś problemy?

E.B: Jeśli jest to Pani potrzebne na tą chwilę, to można stosować, na dłuższą metę nie polecam, bo można się nabawić problemów laktacyjnych. W szczególności, gdy piersi nie będą opróżniane i pokarm będzie w nich zalegał, a dziecko nie będzie opróżniało piersi.

Olga

czy piersi trzeba myć po każdym karmieniu piersią?

E.B: Nie trzeba

Urszula

Czy to prawda że rano pokarmu jest najwięcej a w nocy najmniej?

E.B:

To mit, nie ma takich badań. Aczkolwiek faktycznie po południu, dochodzi do obniżenia poziomu prolaktyny w organizmie i może troszkę się obniżyć produkcja, ale przy karmieniu na żądanie nie powinno mieć to żadnego negatywnego wpływu na karmiące się dziecko i karmiącą Mamę.

Olga

jak sobie poradzić z płaskimi sutkami podczas karmienia

E.B: Nawet z płaskimi sutkami można karmić z powodzeniem.

Jeśli są faktyczne problemy z karmieniem, proponuję dobrać odpowiednią i dogodną dla Was pozycję lub tymczasowo wspomóc się kapturkami.

Olga

jak poradzić sobie z zapaleniem piersi jeśli okłady nie pomagają?

E.B: karmienie częste, opróżnianie piersi. Ciepłe okłady przed, chłodne po karmieniu.

Jeśli gorączka się dalej utrzymuje, to wtedy wskazanie do antybiotyku.

Agnieszka

Czy wspomaganie laktacji suplementami ze słodem jęczmiennym powinniśmy używać codziennie czy tylko w czasie problemów z laktacją?

E.B: powinno to być okresowe wspomaganie, bo stosowanie przez cały czas nie będzie przynosiło pożądanych efektów.

Proponuję również zmianę preparatów.

Ilona

czy stosowanie suplementów mających pomóc w produkcji pokarmu ma sens?

E.B: Myślę, że warto spróbować ;)

Olga

czy jeśli karmiłam 14 miesięcy dziecko to może mieć problem z karmieniem drugiego tyle czasu?

E.B: Nie ma takich zależności.

Mam nadzieję, że nie będzie takich problemów i życzę szerokiej drogi mlecznej!

Kasia

Co robić gdy nastanie kryzys laktacyjny? Jak się nie poddać?

E.B: przede wszystkim uzbroić się w cierpliwość i działać :) powoli, do celu....
Znaleźć osobę wspierającą w tym czasie oraz karmić, karmić. To minie!

Olga

czy warto jest wspomagać laktację suplementami pobudzającymi

E.B.: warto próbować :)

Olga

czy siara podczas ciąży w 6 miesiącu może być oznaką że krocej można karmić po porodzie

E.B.: Nie ma takich badań, obserwacji ani zależności.
To oznaka, że pokarm już jest w piersiach i czeka.

Ilona

Czy można efektywnie karmić tylko jedną piersią? co zrobić jeśli dziecko preferuje tylko jedną pierś a w drugiej pokarm zanika

E.B: Można karmić, ale można też próbować zachęcić dziecko do ssania tej drugiej piersi.
Może warto skonsultować się i ocenić, dlaczego tak się dzieje.

Natalia

czy jeśli niemowle puszcza dużo bączków, karmione tylko piersią, to znaczy że karmimy w niewłaściwy sposób ?

E.B: Bardzo fajnie, że puszcza dużo gazów i nie ma z tym problemów.
Jeśli się nie denerwuje i nie spina, to wszystko jest ok!

Urszula

Co może mieć wpływ na to że dziecko je przez jakieś 5 min a później już odpycha głowę i nie chce wziąć piersi do ust.

E.B: Może zbyt szybki lub wolny wypływ z piersi, może zmiana pozycji będzie tutaj kluczowa. Proszę spróbować.

Marta

Jak sobie radzić z zapaleniem piersi.
Kiedy stosować ciepło, a kiedy zimne okłady.

E.B: Przed karmieniem w celu uruchomienia wypływu pokarmu ciepłe okłady lub prysznic/kąpiel. Po karmieniu w celu ulgi chłodne okłady/chłodny prysznic.
Jeśli pojawia się ból, można wspomóc się lekami przeciwbólowymi i przeciwzapalnymi. Najlepiej po konsultacji z doradcą laktacyjnym.

Rad

czy można karmić dziecko będąc w drugiej ciąży - tj. czy zona powinna natychmiast odstawić starsze dziecko, skoro dowiedziała się, że jest w kolejnej ciąży?

E.B: Jeśli zona czuje się dobrze, jeśli nie ma skurczy, plamień, krwawień. Jeśli tylko ciąża jest bezpieczna, nie jest zagrożona.

To spokojnie można karmić będąc w ciąży.

Jeśli macie dalsze pytania, jakieś wątpliwości lub potrzebujecie się skonsultować - zapraszam do kontaktu: emilia.bugalska@gmail.com

Pozdrawiam

E.Bugalska