

Как обеспечить приток молока во время сцеживания?

- Массируйте грудь до/во время использования молокоотсоса
- Перед сцеживанием примите теплый душ или приложите к груди теплый компресс
- Сцеживайте молоко вручную после использования молокоотсоса для полного опорожнения груди
 - Молоко в конце сцеживания называется задним молоком, которое содержит больше жира, чтобы помочь ребенку расти
- Сцеживайте молоко, сидя рядом с кроваткой малыша, если это возможно
- Найдите способы расслабиться и отвлечься во время сцеживания

Вы можете сцеживаться у кровати Вашего ребенка или в специально отведенной для этого комнате в отделении реанимации и интенсивной терапии новорожденных — там, где Вам наиболее удобно. Не забывайте сцеживать молоко регулярно, особенно в течение первых двух недель.

Выработка молока для Вашего ребенка сжигает много калорий — спросите медсестру Вашего ребенка о бесплатном питании для кормящих матерей, которое можно доставить в отделение реанимации и интенсивной терапии новорожденных.

Хранение грудного молока для госпитализированных младенцев

Метод хранения	Состояние молока	Рекомендуемое время хранения
Комнатная температура (20°C-25°C, 68°F-77°F)	Свежее сцеженное на столешнице	<4 часов
Холодильник (≤4 °C, ≤39 °F)	Свежее	48 часов
Холодильник (≤4 °C, ≤39 °F)	Размороженное (никогда не замораживайте повторно размороженное грудное молоко)	24 часа
Морозильник Бытовой блок, совмещенный с холодильником (-18°C, <0°F)	Замороженное	3-6 месяцев
Морозильник Биомедицинский или морозильный шкаф (≤-20°C, ≤-4°F)	Замороженное	6-12 месяцев

Телефон специалиста по грудному вскармливанию Больницы JDCH: 954-265-7867

Капля полезного грудного молока

Грудное вскармливание начинается с первых капель молозива — и каждая капля ценна!

Ваше грудное молоко постоянно изменяется, чтобы удовлетворять потребности Вашего малыша. Когда Вы кормите малыша грудным молоком, Вы даете ему лучшее лекарство, которое можете предложить только Вы.

Вот лишь некоторые из компонентов, которые могут присутствовать в одной капле грудного молока: **de su leche materna:**



Исследования показывают, что грудное молоко обеспечивает важную защиту для Вашего ребенка. Это также может сократить продолжительность пребывания ребенка в больнице и риск общих осложнений.

Молокоотсосы напрокат

Если Вы заинтересованы в аренде или покупке молокоотсоса, наша группа по грудному вскармливанию в отделении реанимации и интенсивной терапии новорожденных может помочь Вам связаться с местными аптеками. Большинство крупных страховых компаний покрывают стоимость нового молокоотсоса.

Аптека для амбулаторных пациентов Memorial
1150 N 35th Avenue, Suite 105 (вестибюль)
Hollywood, FL 33021 | 954-265-5907

Ameda.com | Medela.com

Примечание: Детская больница Джо Димаджо не рекомендует использование каких-либо конкретных продуктов или точек розничной торговли. Это не является рекомендацией Детской больницы Джо Димаджо и не является абсолютно исчерпывающим списком.


**Joe DiMaggio
Children's Hospital**

1005 Joe DiMaggio Dr.
Hollywood, FL 33021

RUS (1-22)



**Joe DiMaggio
Children's Hospital**

Поддержка по вопросам грудного вскармливания Когда Вам это нужно больше всего

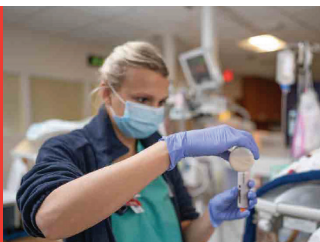
В отделении реанимации и интенсивной терапии новорожденных Wasie в детской больнице Джо Димаджо наша команда по грудному вскармливанию знает, что грудное вскармливание, пока Ваш ребенок находится в отделении реанимации и интенсивной терапии, может быть изнурительным. Мы всегда готовы предложить руководство и поддержку, чтобы помочь Вам и Вашему ребенку начать жизнь наилучшим образом.

После рождения Вашего ребенка наши медсестры отделения реанимации и интенсивной терапии новорожденных и команда сертифицированных на международном уровне консультантов по грудному вскармливанию (IBCLC) помогут Вам сцеживать молоко из груди с помощью молокоотсоса или вручную. Даже несколько капель молозива (грудного молока, вырабатываемого в течение первых нескольких дней после рождения) содержат необходимое раннее питание для Вашего малыша.

Как использовать молокоотсос?

- Всегда сначала вымойте руки
- **Время:** Сцеживайте молоко от 8 до 10 раз в сутки. Мы рекомендуем:
 - Каждые 2-3 часа, включая ночное время
 - Постоянное сцеживание — даже ночью — важно для поддержания здорового уровня выработки грудного молока
 - Сцеживайте молоко от 15 до 20 минут, или пока не прекратится поток молока
- **Отсос:** начните с 25% и увеличивайте, пока не достигнете максимального комфортного уровня. Помните, что сцеживание не должно причинять боль, и у каждой мамы разный уровень комфорта.
- **Скорость:** начните с самого высокого уровня скорости (80 ц/мин) и отрегулируйте в зависимости от интенсивности потока молока.
 - Когда начинается приток молока (или “идет” молоко) или после двух минут снизьте скорость до 60 циклов в минуту (ц/мин).

Преимущества грудного молока



Грудное молоко содержит лучшие питательные вещества для Вашего ребенка, такие как:

- Витамины
- Минералы
- Протеины
- Антитела
- Незаменимые жирные кислоты
- Многие другие важные строительные блоки для развития

Ваше грудное молоко постоянно изменяется, чтобы удовлетворять потребности Вашего малыша. Грудное молоко также может снизить некоторые риски в связи с преждевременными родами, такие как бронхолегочная дисплазия (хроническое заболевание легких) и некротизирующий энтероколит (желудочно-кишечное заболевание).

Непитательное грудное вскармливание

Ваш ребенок готов к грудному вскармливанию, когда:

- Малыш хорошо воспринимает уход по методу «кожа к коже»
- Сердечный ритм и дыхание являются устойчивыми и регулярными
- Вашему малышу не требуется помощь с дыханием

До проведения непитательного грудного вскармливания важно сцеживать молоко из груди молокоотсосом. Непитательное сосание хорошо проводить во время кормления через трубочку.

Питательное грудное вскармливание

Ваш ребенок готов к грудному вскармливанию, когда:

- Малыш активный, бодрый и умеет координировать навыки сосания
- У малыша нет проблем с дыханием, и ему не требуется дополнительная респираторная поддержка

После питательного грудного вскармливания важно сцеживать молоко молокоотсосом для повышения выработки молока. Медсестра Вашего ребенка будет взвешивать ребенка до и после каждого кормления, чтобы измерить, сколько молока он выпил.



Уход по методу «кожа к коже»

Мы знаем, что Вы с нетерпением ждете, когда Вы прижмете к себе Вашего малыша. Как только Ваш ребенок будет готов, мы поможем Вам организовать уход по методу «кожа к коже» — также известный как уход по методу кенгуру.

Контакт «кожа к коже» является неотъемлемой частью роста и развития Вашего ребенка. Это особое время может помочь Вашему малышу:

- Успокоиться
- Улучшить дыхание
- Повысить прибавку в весе
- Регулировать температуру
- Замедлить частоту сердечных сокращений

Уход по методу «кожа к коже» — это замечательный способ установить связь с ребенком, а также увеличить выработку грудного молока. Наша группа по грудному вскармливанию предлагает молодым мамам сцеживать молоко сразу после сеанса контакта «кожа к коже», чтобы максимизировать уровень пролактина (гормона, вырабатывающего молоко).

Поддержка грудного вскармливания дома

Когда Вашего ребенка выписывают из отделения реанимации и интенсивной терапии новорожденных, Ваш режим грудного вскармливания может столкнуться с некоторыми проблемами, поскольку Вы приспосабливаетесь к жизни дома с ребенком. Не волнуйтесь — это совершенно нормально!

Наша команда специалистов по грудному вскармливанию в отделении реанимации и интенсивной терапии новорожденных готова помочь поддержать переход на домашний режим. Позвоните нам, чтобы задать любые вопросы, обсудить проблемы или записаться на консультацию в формате телемедицины. Консультанты по грудному вскармливанию, говорящие на испанском языке, доступны через услуги переводчика.

Отделение грудного вскармливания отделения реанимации и интенсивной терапии новорожденных Wasle в детской больнице Джо Димаджио	954-265-7867
Отделение грудного вскармливания Больницы Memorial Regional Hospital (MRH)	954-265-4078
Отделение грудного вскармливания Больницы Memorial Hospital West (MHW)	954-844-9908
Отделение грудного вскармливания Больницы Memorial Hospital Miramar (MHM)	954-538-5181

Ресурсы по грудному вскармливанию отделения реанимации и интенсивной терапии новорожденных

Округа Броуард и Дейд предоставляют населению полезные услуги по поддержке грудного вскармливания, в том числе:

Breastfeedingonline.com	
Программа WIC Breastfeeding (Грудное вскармливание) округа Броуард	953-467-4511
Программа WIC Breastfeeding (Грудное вскармливание) округа Дейд	786-336-1336
Español	Lacted.com
Программа Healthy Start ("Здоровое начало") округа Броуард (для мам, родивших впервые)	954-563-7583
Kelly Mom Parenting and Breastfeeding	kellymom.com
La Leche League of Florida	llflorida.com
Newborns.Stanford.edu/breastfeeding	
Приложение Yomingo	PumpLog
Workandpump.com	