

|   |   |
|---|---|
| УДК 613.287.1   | UDC 613.287.1   |
| <b>ВСЕ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ<br/>О ВСКАРМЛИВАНИИ<br/>НОВОРОЖДЕННОГО РЕБЕНКА</b>  | <b>KNOWLEDGES ABOUT FEEDING OF<br/>NEWBORN</b>  |
| Модель Галина Юрьевна   | Model' Galina Yur'evna  |
| <i>ГБУЗ «Краевая клиническая больница № 2»,<br/>Краснодар, Россия</i>   | <i>SBIHC «Region clinic hospital Nr 2»,<br/>Krasnodar, Russia</i>   |
| Бондаренко Людмила Петровна   | Bondarenko Ludmila Petrovna   |
| <i>ГБУЗ «Краевая клиническая больница № 2»,<br/>Краснодар, Россия</i>   | <i>SBIHC «Region clinic hospital Nr 2»,<br/>Krasnodar, Russia</i>   |
| Петренко Марианна Геннадьевна   | Petrenko Marianna Hennadievna   |
| <i>ГБУЗ «Краевая клиническая больница № 2»,<br/>Краснодар, Россия</i>   | <i>SBIHC «Region clinic hospital Nr 2»,<br/>Krasnodar, Russia</i>   |
| Статья посвящена актуальным вопросам грудного вскармливания: продолжительности этого процесса и своевременному переводу ребенка на новый режим питания. | The article presented the actual problems of breast feeding: duration of the process and timely transfer a child to new regimen of feeding. |
| Ключевые слова: ЕСТЕСТВЕННОЕ ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ, ИСКУССТВЕННОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ, ТЕХНИКА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ   | Key words: BREAST FEEDING, ARTIFICIAL FEEDING, TECHNIQUE OF BREAST FEEDING  |

## **Введение**

Без преувеличения можно сказать, что грудное вскармливание – это настоящий дар природы человеку. Кормление новорожденного грудным молоком в значительной степени определяет состояние здоровья и гармоничное развитие ребенка. Формулы, с помощью которой можно было бы воспроизвести уникальные свойства материнского молока, не существует, сколько бы витаминов, минералов и полезных добавок в нее ни входило.

Грудное вскармливание – естественная форма питания, сформированная в ходе биологической эволюции человечества. В настоящее время научное мировое сообщество, осознавая ценность и преимущества грудного молока в рационе ребенка, реализует программу мероприятий по поддержке грудного вскармливания как единственного источника питательных веществ, необходимых для полноценного роста и развития малыша.

С целью создания благоприятных условий для сохранения естественного вскармливания максимального числа новорожденных в 1989 г. ВОЗ при поддержке ЮНИСЕФ была принята декларация «Охрана, поощрение и поддержка практики грудного вскармливания, особая роль родовспомогательных служб», провозгласившая 10 принципов успешного грудного вскармливания:

1. Строго придерживаться установленных правил политики грудного вскармливания и регулярно доводить их до сведения медицинского персонала и рожениц.

2. Обучать медико-санитарный персонал необходимым навыкам для реализации этой политики.

3. Информировать всех беременных женщин о преимуществах и методах грудного вскармливания.

4. Помогать матерям начинать грудное вскармливание в течение первого получаса после родов.

5. Показывать матерям, как кормить грудью и как сохранить лактацию, даже если они должны быть отделены от своих детей.

6. Не давать новорожденным никакого питания или питья, кроме грудного молока, за исключением случаев, обусловленных медицинскими показаниями.

7. Практиковать круглосуточное совместное размещение матери и новорожденного.

8. Поощрять грудное вскармливание по требованию младенца.

9. Не давать новорожденным, находящимся на грудном вскармливании, никаких успокаивающих средств и устройств, имитирующих материнскую грудь.

10. Поощрять создание групп поддержки грудного вскармливания и рекомендовать матерям присоединяться к этим группам после выписки из больницы.<sup>1</sup>

Мы продолжаем развивать практику грудного вскармливания, основываясь на международных декларациях и принципах значимости материнского молока для здоровья ребенка с первых дней его жизни. Известный политик Уинстон Черчилль однажды сказал: «Самые выгодные инвестиции – это вложение молока в ребенка».

Специалисты ГБУЗ «Краевая клиническая больница № 2» г. Краснодара с 2000 г. придерживаются принципов грудного вскармливания, провозглашенных ВОЗ при поддержке ЮНИСЕФ, и регулярно доводят эти принципы до сведения медицинского персонала и

---

<sup>1</sup> Фурцев В. И. Особенности вскармливания детей в ранний неонатальный период: метод. рекомендации для врачей-неонатологов родовспомогательных учреждений, отделений патологии новорожденных и недоношенных детей, интернов и ординаторов по профилю «Неонатология, акушерство-гинекология». Красноярск: КрасГМУ, 2015.

рожениц. За успешную работу в этом направлении ГБУЗ «ККБ № 2» получила звание: «Больница, доброжелательная к ребенку».

В отделении новорожденных предусмотрено совместное пребывание матери и ребенка с первых суток жизни ребенка. На грудном вскармливании находятся 98 % детей (2 % новорожденных – на искусственном вскармливании, так как женщинам с экстрагенитальной патологией противопоказано кормление грудью).

Детей, находящихся в отделении реанимации и интенсивной терапии, а также в отделении патологии новорожденных и недоношенных детей, с первых суток кормят сцеженным грудным молоком, после стабилизации состояния прикладывают к груди.

*Правильная позиция и техника грудного вскармливания:*

1. Мать находится в удобном, расслабленном состоянии.
2. Ребенок плотно прижат лицом к груди к матери.
3. Рот ребенка широко раскрыт и губы производят сосательные движения кзади.
4. Сосок располагается глубоко во рту ребенка, соприкасаясь с верхушкой языка в конце ротовой полости.
5. Губы и десны захватывают всю поверхность ареолы.
6. Нижняя губа находится дальше от основания соска, чем верхняя, и обязательно вывернута наружу.
7. Язык под ареолой в форме лодочки, сдавливая сосок к небу, производит выдавливание молока. Выделению молока способствует присасывающее действие ротовой полости.
8. Щеки ребенка не двигаются.

Для полноценного грудного вскармливания новорожденного малыша женщине достаточно соблюдать рекомендованные нами простые правила:

1. Во-первых, необходимо учитывать психологический фактор. Еще до родов будущей маме важно убеждать себя в том, что после родов у нее

грудное молоко будет в достаточном количестве для вскармливания ребенка, и она будет замечательной кормящей мамой.<sup>2</sup>

2. Раннее прикладывание к груди новорожденного в течение первого часа после его рождения обеспечивает тесный контакт мамы и ребенка. Грудное вскармливание при этом станет комфортным и гармоничным. Ребенок начнет привыкать к грудному вскармливанию с первых дней жизни. Непосредственно после родов может показаться, что молока совсем немного, но оно имеет особенный состав, «придуманный» природой для кормления новорожденного. Это «начальное», очень питательное молоко называется молозивом. В первые 3–4 дня жизни недостаток молока-молозива для ребенка – нормальное явление, докармливать малыша какими-либо специальными смесями не рекомендуется. Непосредственно после рождения дети часто бывают беспокойны, и дополнительное искусственное питание, успокаивая их, создает ложный эффект благополучия. Желание накормить и успокоить ребенка может навредить малышу, если у него есть предрасположенность к аллергии.

3. Прикладывайте ребенка к груди часто, как он просит, по первому требованию. Пусть он кушает грудное молоко по желанию и в необходимом ему объеме. Только в этом случае малыш насытится, а значит – будет чувствовать себя комфортно. В первые месяцы прикладывать ребенка к груди необходимо не менее 8–10 раз в сутки, в том числе и ночью. Такой режим свободного вскармливания увеличивает приток молока у матери, отвечает индивидуальным потребностям малыша в еде и обеспечивает долгое кормление ребенка здоровым продуктом. Частое грудное вскармливание новорожденного стимулирует появление большого количества молока. Однако далеко не всегда

---

2 Виссингер Д. Искусство грудного вскармливания / Д. Виссингер, Д. Вест, Т. Питман. М.: Эксмо, 2012.

беспокойство малыша вызвано голодом. Ребенку может быть холодно, неуютно, его что-то может испугать.

4. Продолжительность кормления должен регулировать сам малыш: не следует отрывать его от груди раньше, чем он отпустит сосок.<sup>3</sup>

5. В первые месяцы не допустимы искусственные ночные перерывы в кормлении. Если малыш хочет кушать, то не предлагайте ему соску или чай, а приложите его к груди. С двух – трех месяцев грудного ребенка можно приучать к тому, что день – это время для игр и бодрствования, а ночь – для сна. Для этого во время кормления грудью необходимо исключить яркий свет, громкий разговор и игру с малышом. После кормления положите его в кроватку.

6. Для того чтобы у ребенка сформировалась естественная установка на кормление, прежде чем приложить его к груди, не стоит кормить его из бутылочки или другим способом. Необходимо полностью отказаться от сосок и кормления малыша из бутылочки. Если при грудном вскармливании возникает необходимость в докорме, то можно кормить ребенка из шприца, чашки, ложки или пипетки.<sup>4</sup>

7. При грудном вскармливании не стоит допаивать ребенка водой, чаем или другими жидкостями. Если малыш хочет пить, то прикладывайте его к груди чаще. В жаркое время года или в период болезни, когда организм теряет больше жидкости, ребенку можно давать воду, предварительно необходимо проконсультироваться с педиатром.

8. Правильное положение ребенка в процессе грудного вскармливания поможет избежать многих проблем и осложнений. Проще кормить в положении «лежа на боку», постепенно можно переходить на кормление грудью в положении «сидя» или подбирать комфортные положения, как для мамы, так и для ребенка. Вместе с соском губами

---

<sup>3</sup> Разахацкая Н. В. Грудное вскармливание: советы кормящей маме / Н. В. Разахацкая. СПб., 2009.

<sup>4</sup> Ильенко Л. И. Поддержка грудного вскармливания // Неонатология. 2008.

ребенок должен захватывать ареолу, что упрощает процесс сосания, в результате малыш меньше заглатывает воздуха.

9. При грудном вскармливании не следует переключать ребенка ко второй груди раньше, чем он завершил сосать молоко из первой, так как «позднее» молоко богато жирами. От продолжительности сосания одной груди зависит полноценная работа кишечника малыша.

10. При правильном грудном вскармливании новорожденного молока вырабатывается ровно столько, сколько необходимо ребенку, поэтому не возникает необходимость в сцеживании его после каждого кормления грудью. Сцеживают молоко только в том случае, если необходимо оставить малыша дома с родственниками.<sup>5</sup>

11. Не рекомендуется мыть соски перед кормлением и после него. При частом мытье у кормящей женщины удаляется защитный слой ареолы соска, что приводит к образованию трещин, достаточно ежедневно принимать душ.

12. Массаж груди производят сверху вниз надавливающими круговыми движениями из подмышечной области к соску, затем немного вытягивают сосок, придерживая его между указательным и большим пальцами. Кормящим женщинам рекомендовано делать массаж в душе рассеянной струей воды.

13. После кормления малыша необходимо подержать вертикально 10–20 мин, пока не выйдет воздух из желудка, и положить его в кроватку лучше на бочок.

14. При соблюдении правил питания кормящей мамы необходимо учитывать, что ее меню должно быть энергетически насыщенным и разнообразным. Калорийность рациона кормящей женщины должна быть на 500–700 ккал выше обычного. Соблюдать диету при грудном

---

<sup>5</sup> Рюхова И. Как подарить малышу здоровье, кормим грудью / И. Рюхова. М.: Эксмо, 2010. 544 с.

вскармливания не рекомендуется, а питаться необходимо несколько раз в день небольшими порциями. В меню кормящей мамы в достаточном количестве должны содержаться белки, жиры, углеводы и витамины, так как ребенок может их получить только с грудным молоком.<sup>6</sup>

15. Перед кормлением грудью женщине необходимо немного поесть, в результате увеличится выработка молока.

16. Малыша не стоит взвешивать часто. Эта процедура не дает объективной информации о полноценном питании ребенка.

17. Отучение от грудного вскармливания лучше проводить постепенно, примерно за 3–4 месяца до планируемого завершения кормления грудью. Сначала не прикладываем ребенка к груди днем, а также пропускаем те кормления, что малыш получал в случае каприза, жажды или усталости. Постепенно отказываемся от ночных кормлений грудью. Если в груди исчезает напряженность, она становится мягкой и податливой, то это сигнал, что время отлучения от кормления грудью выбрано верно. Радость тесного общения с мамой у ребенка возникает от ее объятий и в процессе игры.<sup>7</sup>

Многие мамы сталкиваются с типичными неприятными ситуациями, связанными с грудным вскармливанием, одна из них – застой молока. Он происходит из-за того, что молоко не удаляется из груди регулярно. Если пропущено кормление и ребенка вовремя не приложили к груди, то молоко необходимо сцедить. Застой молока может быть следствием закупорки протоков и воспалением ткани груди. Специалисты называют это явление маститом. Он может возникнуть, кроме того, из-за

---

6 Шабалов Н. П. «Неонатология». Преимущества грудного вскармливания. – М.: «МЕДпресс-информ», 2009.

7 Володина Н. Н. Неонатология. Вскармливание здоровых новорожденных и детей первых месяцев жизни / Н. Н., Володина В. Н. Чернышова, Д. Н. Дегтярева. – М.: Асадема, 2009.

болезненности сосков. Старайтесь правильно прикладывать ребенка к груди, чтобы предотвратить неприятные последствия.

Некоторые мамы сталкиваются с проблемой нехватки грудного молока в результате лактационного кризиса – временного уменьшения количества молока. Это явление связано с цикличностью гормональной активности женского организма и может возникать несколько раз за лактацию – на 3–6-й неделе и на 3, 4, 8-м месяцах. Временное уменьшение количества молока составляет в среднем 3–4 дня. Оно не представляет угрозы для ребенка и не является поводом для прекращения грудного вскармливания. При временном уменьшении количества молока следует прикладывать малыша чаще и переходить на свободный режим кормления (по первому требованию ребенка), обязательно сохранять ночные кормления. Кормящей маме необходимо сохранять спокойствие, соблюдать режим разнообразного и полноценного питания, обильного теплого питья. Если предпринятые меры не способствуют увеличению объема молока, то кормящей маме стоит посоветоваться со специалистом по поводу докорма ребенка смесью.<sup>8</sup>

Маме может казаться, что ее малыш не наедается по причине нехватки грудного молока. Если ребенок долго сосет грудь и плачет после кормления, то это не обязательно является показателем уменьшения лактации. Прежде чем принимать решение о докорме или переходе на искусственное вскармливание, необходимо убедиться в том, что организм матери действительно вырабатывает молока меньше, чем необходимо ребенку.

*Основные признаки недостаточности молока при грудном вскармливании ребенка:*

---

<sup>8</sup>Фурцев В. И. Оптимизация вскармливания детей первого года жизни: метод. пособие для слушателей последипломного образования (педиатров и специалистов по детскому питанию). Красноярск: КрасГМУ, 2010. 136 с.

- частое беспокойство малыша во время или после кормления, он перестает выдерживать прежние интервалы между кормлениями;
- после кормления молока в грудных железах обычно не остается;
- у ребенка появляется склонность к запорам, отмечается редкий, плотный стул;
- малыш начинает реже мочиться (реже 6–7 раз в сутки), при этом моча приобретает резкий запах и становится более концентрированной.

Выяснение причин и проведение в случае необходимости своевременного лечения способствуют сохранению полноценного грудного вскармливания.

#### Список литературы

1. *Фурцев В. И.* Особенности вскармливания детей в ранний неонатальный период: метод. рекомендации для врачей-неонатологов родовспомогательных учреждений, отделений патологии новорожденных и недоношенных детей, интернов и ординаторов по профилю «Неонатология, акушерство-гинекология» / В. И. Фурцев. – Красноярск: КрасГМУ, 2015.
2. *Виссингер Д.* Искусство грудного вскармливания / Д. Виссингер, Д. Вест, Т. Питман. – М.: Эксмо, 2012.
3. *Ларионова Т. В.* Грудное вскармливание. Что может быть лучше? / Т. В. Ларионова. – Ростов н/Д: ФЕНИКС, 2012.
4. *Рюхова И.* Как подарить малышу здоровье, кормим грудью / И. Рюхова. – М.: Эксмо, 2010. – 544 с.
5. *Разахацкая Н. В.* Грудное вскармливание: советы кормящей маме / Н. В. Разахацкая. – СПб., 2009.
6. *Фадеева В. Ю.* Кормление ребенка грудью. Мир и образование / В. Ю. Фадеева. – М.: ОНИКС, 2009.
7. *Ильенко Л. И.* Поддержка грудного вскармливания. «Неонатология»: Национальное руководство. – М.: «ГЭОТАР-Медиа», 2009.
8. *Шабалов Н. П.* «Неонатология». Преимущества грудного вскармливания. – М.: «МЕДпресс-информ», 2009.
9. *Володина Н. Н.* Неонатология. Вскармливание здоровых новорожденных и детей первых месяцев жизни / Н. Н., Володина В. Н. Чернышова, Д. Н. Дегтярева. – М.: Асадема, 2009.
10. *Фурцев В. И.* Оптимизация вскармливания детей первого года жизни: метод. пособие для слушателей последипломного образования (педиатров и специалистов по детскому питанию). – Красноярск, 2017