

БІЛЬШЕ МОЛОКА ШВИДШЕ



ЗЦІДЖУВАННЯ ВРУЧНУ ПІД ЧАС ВАГІТНОСТІ

Інструкція для пацієнтів

Зціджування вручну під час вагітності може допомогти вам легше почати та продовжувати грудне вигодовування. Це також може допомогти вашому тілу підготуватися до пологів.

Не збирати молозиво під час ручного зціджування – це нормально. Продовжуйте зціджуватися! Саме ручне зціджування допомагає отримати більше молока швидше.

НАВЧІТЬСЯ ЗЦІДЖУВАННЮ НА НАШОМУ YOUTUBE КАНАЛІ



Розроблено:
Naida Hawkins RN IBCLC
Dr. AlmereauProllius, MBChB,
MMED(O&G|SA), FCOG(SA),
FRCSC
Dr. Tin Yen BSc, MD, FRCSC,
FACOG

КОЛИ МЕНІ МОЖНА ПОЧАТИ ЗЦІДЖУВАННЯ?

БУДЬ ЛАСКА, ПОГОВОРІТЬ ІЗ ЛІКАРЕМ АБО АКУШЕРКОЮ
ДО ПОЧАТКУ ЗЦІДЖУВАННЯ

ЗАГАЛОМ, ЖІНКИ ПОЧИНАЮТЬ ЗЦІДЖУВАННЯ У 36 ТИЖНІВ.
ВАМ СЛІД ПРИПИНИТИ ЗЦІДЖУВАННЯ, ЯКЩО У ВАС
БОЛЮЧІ ПЕРЕЙМИ ДО 37 ТИЖНІВ.

ВАМ ПОТРІБНА ОСОБЛИВА УВАГА ЛІКАРЯ АБО АКУШЕРКИ ДО ПОЧАТКУ ЗЦІДЖУВАННЯ, ЯКЩО:

- РОЗМІРИ ВАШОЇ ДИТИНИ МАЛІ ДЛЯ ГЕСТАЦІЙНОГО ВІКУ
- ВАМ РОБИЛИ КЕСАРІВ РОЗТИН
- У ВАС Є ІНШІ АКУШЕРСЬКІ АБО МЕДИЧНІ ПРОБЛЕМИ
- ЯКЩО ВИ ВАГІТНІ БІЛЬШ НІЖ 1 ДИТИНОЮ

НЕ РОБІТЬ ЗЦІДЖУВАННЯ ПІД ЧАС ВАГІТНОСТІ, ЯКЩО У ВАС:

- ЗАГРОЗА ПЕРЕДЧАСНИХ ПОЛОГІВ АБО ДІЙСНІ ПЕРЕДЧАСНІ ПОЛОГИ
- КОРОТКА ШИЙКА МАТКИ, НЕФУНКЦІЙНА ШИЙКА МАТКИ АБО ЦЕРВІКАЛЬНИЙ СЕРКЛЯЖ (ШОВ, ЯКИЙ ТРИМАЄ ШИЙКУ МАТКИ ЗАКРИТОЮ)
- БУЛА КРОВОТЕЧА ПІД ЧАС ВАГІТНОСТІ
- НИЗЬКО РОЗТАШОВАНА ПЛАЦЕНТА АБО ПЕРЕДЛЕЖАННЯ ПЛАЦЕНТИ
- БУЛО БАГАТО КЕСАРІВИХ РОЗТИНІВ АБО ПОПЕРЕДНІЙ "КЛАСИЧНИЙ КЕСАРІВ РОЗТИН"

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО Я НЕ МОЖУ ЗЦІДЖУВАТИСЯ ПІД ЧАС ВАГІТНОСТІ?

НЕ ХВИЛЮЙТЕСЯ!

Зосередження на зціджуванні вручну у першу годину та 24 години після народження дитини дасть чудовий початок виробленню молока!

БІЛЬШЕ МОЛОКА

ШВИДШЕ

ДОДАТКОВА ІНФОРМАЦІЯ

moremilksooner.com



ЯК ЧАСТО?

36-37 тижнів - 1 раз на день по 5 хвилин

37 тижнів і далі - 3-4 рази на день по 5-10 хвилин

Зціджуйте кожну грудь по 2-3 хвилини, потім переключайтеся на іншу

ПРИВЕЗЕННЯ МОЛОЗИВА ДО ЛІКАРНІ

Привезіть заморожене в холодильнику молозиво до лікарні.

Тримайте його замороженим під час доставки; ви можете отримати лід із льодогенераторів, якщо вам знадобиться додатковий лід.

Якщо вашій дитині потрібно молозиво, розморозьте його в шприці в себе на грудях і погодуйте дитину. Часто сім'ям не потрібно використовувати молозиво, яке вони зберігали.



Поради від батьків

Батьки часто кажуть, що партнер може зібрати більше молозива, якщо вони роблять зціджування вручну, поки мама відпочиває

ЗБІР ТА ЗБЕРІГАННЯ МОЛОЗИВА

У перший тиждень ви можете потренуватися в душі, щоб навчитися швидше. Як тільки ваше молозиво почне легко капати, часто на другому тижні, починайте збирати його! Сім'ї кажуть, що найкраще працює використання шприца для висмоктування молозива просто з соска. Не використовуйте молоковідсмоктувач.

Закритий шприц потрібно зберігати у холодильнику між використанням. Наприкінці дня збору молозиво можна заморозити — використайте етикетку, що входить до комплексу поставки шприців, і помістіть шприц у пакет із зіппломом. Наклейте етикетку на пакет із зіппломом, перш ніж покласти його в морозильну камеру.

Їдучи до лікарні для пологів, візьміть із собою лише 3 шприци, за винятком тих випадків, коли ви збираєтеся на пологи далеко від дому і не можете знайти нікого, щоб привезти вам заморожене молозиво.

Якщо у вас немає доступу до холодильника, не турбуйтеся про збір і зберігання молозива, але все одно робіть зціджування вручну.

СКІЛЬКИ МОЛОЗИВА Я ОТРИМАЮ?

ЧИ БУДЕ В МЕНЕ МОЛОЗИВО, КОЛИ МОЯ ДИТИНА НАРОДИТЬСЯ?

Нормальна кількість становить 0-5 мл протягом усього періоду зціджування до пологів.

Деякі люди здатні виробляти багато молозива; ви можете використовувати пакети для зберігання грудного молока, щоб зберігати зайве молозиво, якщо наповните всі шприци.

Навіть якщо ви не отримуєте ні краплі, ви все одно активуєте клітини, які виробляють молоко, що дасть чудовий початок виробленню молока. Ваше тіло все одно буде виробляти молозиво після народження дитини!