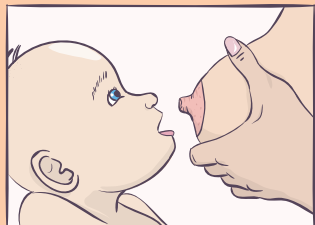


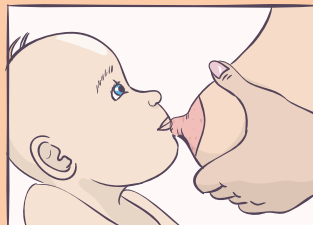
Како правилно започети дојење?

Непосредно пре дојења оперите руке млаком водом и сапуном, а затим дојке само млаком водом и оставите их, кад год је могуће, да се осуше природним путем, на ваздуху или их обришите папирним убрусом.

1 Нос у равни са брадавицом

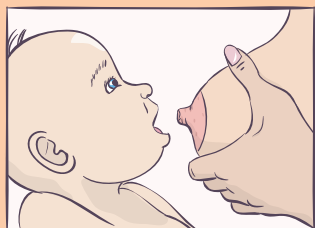


2 Голицајте бебину доњу усну

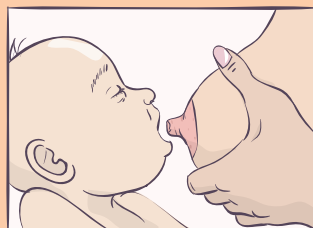


Нежно додирујете бебине усне својом брадавицом како би покренули рефлекс сисања.

3 Будите стрпљиви



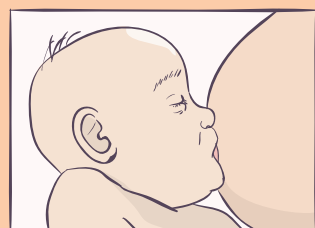
4 Сачекајте да беба широм отвори уста



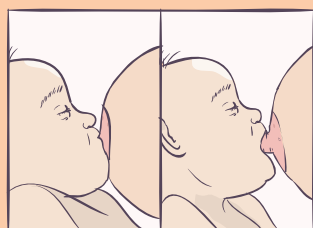
Будите стрпљиви. Када беба широм отвори уста одмах принесите њена уста на дојку. Бебина доња вилица и усна треба прве да дотакну дојку, а затим њена горња вилица и усна.

Пријањање на дојку

5 Правилано пријањање



6 Неправилно пријањање на дојку



Уверите се да су обе бебине усне извртнуте према споља. Бебин језик треба да прелази преко доњих десни, а уста треба да обухвате брадавицу и већину ареоле (тамни круг око брадавице). Бебина брада треба да је нежно положена на дојку, а нос је лагано додирује. Придржите дојку тако да њена тежина не лежи на бебиној бради.

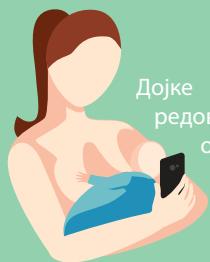
Колико је беби потребно млека?

Желудац новорођенчета може примити само око 20 мл течности. Ако је та течност мајчино млеко, она буде сварена у року од око сат времена. У првим недељама живота новорођенче треба хранити мање, а више пута дневно јер њихови стомачићи нису довољно велики да држе велике количине млека одједном. Многе бебе ће конзумирати негде између 30 мл и 60 мл по оброку, а јешће 8 - 10 пута на дан.

Мора проћи још наредних десетак дана да би се бебин желудац раширио на величину лоптице за голф, односно да би могао примити око 60 мл течности.



Обратити пажњу на хигијену!



Дојке није потребно додатно прати уколико редовно обављате личну хигијену. Пажњу обратити на руке! Осим у ситуацијама у којима их увек перемо, обавезно их опрати и после употребе мобилног телефона.

Дојење је најлепши поклон који можете дати свом детету

Информације на овој агитки немају намеру да замене савет здравствених радника. Ако имате било каквих питања о дојењу, обратите се Вашој патронажној сестри или Вашем педијатру.



ИНСТИТУТ ЗА
ЈАВНО ЗДРАВЉЕ
ВОЈВОДИНЕ



Град Нови Сад
Градска управа за здравство

ДОЈЕЊЕ НАЈЗДРАВИЈИ ПОЧЕТАК



Шта је мајчино млеко?

То је јединствена комбинација хранљивих материја неопходних за здравље детета:

- 1% протеини
- 87% вода
- 7% угљени хидрати
- 1% витамини, минерали, хормони
- 4% масти

Пуно је разлога због којих је дојење добро!

- Мајчино млеко је јединственог састава и није га могуће вештачки произвести, на јединствен начин прилагођено детету и задовољава све метаболичке потребе детета.

- Мајчино млеко увек има правилан и детету прилагођен однос масти, протеина и шећера.

- Мајчино млеко је више од хране - то је имунолошки активна супстанца.

- Мајчино млеко делује умирујуће на дете.

- Дојење има стимулативни утицај на развој имунолошког система.

- Дојење је посебан психофизички стимуланс и за мајку и за дете.

- Дојена деца имају мањи ризик од развоја алергија.

- Дојење ствара посебну емоционалну повезаност између мајке и детета.

- Мајчино млеко је увек идеалне температуре, доступно је, а долази и у бољем "паковању".

- Савршена храна за болесно дете.

- Обезбеђује више сна мами!

- Осигурава више сна и тати!

- Мајчино млеко никада није било повучено из употребе.

- Свеже мајчино млеко никада није заражено бактеријама.

- Мајчино млеко делује умирујуће на црева.

- Не морате се бринути који је произвођач бољи.

- Не морате се бринути је ли вода коју дајете детету здрава.

- Дојена деца имају посебно леп мирис.

- Жене које доје ређе оболевају од остеопорозе.

- Мајке које не доје изложеније су опасности од рака дојке.

- Дојење и јесте основни разлог због којег груди постоје!

- Бесплатно је!

Дојење је најлепши поклон који можете дати свом детету

