

Чек-лист

Правила успешного грудного вскармливания

1 Психологический настрой. Ваша моральная стабильность и однозначность в вопросе грудного вскармливания способны решить много проблем еще до того, как они возникнут.

2 Отсутствие мамозаменителей. Убедитесь, что вы не являетесь заложницей маркетологов и маспроста. Но если вы думаете, что речь идет только о смеси, вы ошибаетесь, рынок предлагает множество товаров, которые мы считаем незаменимыми и необходимыми при воспитании ребенка.

3 Тактильный контакт. Создайте условия для того, чтобы обеспечить первое прикладывание как можно раньше после рождения ребенка при любом из способов родоразрешения. А также во время всего периода грудного вскармливания.

4 Правильное прикладывание. Как бы громко это не звучало, от него зависит исход всего процесса. О нем говорит каждый консультант по грудному вскармливанию, но не все придадут значение такому, казалось бы, элементарному этапу, а новоиспеченной мамочке тяжело самой определить правильность прикладывания.

Интересный факт:

Если положить только что родившегося ребенка к маме на живот он ползком найдет грудь сам, без помощи взрослых. Это инстинкт

5

Стойкость убеждений. На каждом из этапов развития ребенка наступает физиологическое изменение поведения у груди, это сказывается на психологическом состоянии мамы, наборе веса у ребенка и общем климате в семье. Важно знать, когда наступает каждый из этапов и какие правила поведения для положительного разрешения ситуации.

6

Умение чувствовать своего ребенка. Важно слушать ребенка на любом этапе грудного вскармливания, не идти на поводу у родственников. Всегда и в любой ситуации вы лучше знаете, вы лучше чувствуете как помочь своему ребенку и иногда роль консультанта по грудному вскармливанию заключается лишь в том, чтобы сказать маме, что вы все делаете правильно, просто продолжайте это делать.

Я вас поздравляю, если дочитав чек-лист, вы не отметили для себя ничего нового. Вы смогли справиться со всеми вопросами грудного вскармливания самостоятельно и заслуживаете похвалы.

Если же вы хотите прокачать себя или остались какие-то сомнения, переходите к прочтению "Гайда по грудному вскармливанию". В нем вы найдете информацию о том, как правильно организовать комфортное кормление для себя и ребенка. Узнать подробнее - [жмите здесь](#).



Татьяна Луговая

Консультант по
воспитанию, грудному
вскармливанию и прикорму

При покупке гайда – консультация по
грудному вскармливанию
БЕСПЛАТНО



[milk_mom_gv](#)