Автор: admin
04.04.2012 23:36 -

Отлучение от груди. Как сделать этот процесс безболезненным для ребенка?

Наверняка каждая молодая мама после родов или еще до них «инструктировалась» в роддоме или в женской консультации о том, как же надо кормить грудью. И если в вопросах режима кормления медики все-таки приняли позицию ВОЗ ЮНИСЕФ, заключающуюся в кормлении «по требованию», то в отношении продолжительности периода грудного вскармливания и по сей день можно услышать определенное «Не более года!»

Однако ВОЗ ЮНИСЕФ и специалисты по грудному вскармливанию призывают кормить малыша грудью максимально долго, и уж, конечно, не стоит расстраиваться, если годовалый малыш с удовольствием «кушает» грудь. В этом ваше материнское счастье и детское здоровье!

Тем не менее, по различным причинам иногда приходится осуществлять отлучение малыша от груди. К таким моментам можно отнести выход мамы на работу с напряженным графиком, прием мамой лекарств, несовместимых с кормлением, и тому подобные причины. Конечно, отлучение от груди – это большой стресс для малыша. Как же сделать эту процедуру безболезненной?

Оптимальным вариантом отлучения от груди является самоотлучение. Вот как описывают свои ощущения мамы, которые прошли этот период: *«Сначала мой малыш прикладывался к груди 2 раза в сутки, потом 1 раз на ночь (или под утро), потом стал просить грудь не чаще чем раз в 2-е суток. А потом я забыла, когда я последний раз его кормила!»*

Такое **самоотлучение гарантирует спокойствие малыша при отлучении от груди**. Ценным моментом этого варианта является также то, что ***мамина грудь постепенно прекращает выделять молоко***, и в тот момент, когда малыш отказывается от груди, мама не будет испытывать дискомфорт от пропуска кормлений. Нет болезненных нагрубаний молочных желез, жжения, приливов, повышения температуры – лактация сходит на нет сама по себе. Однако самоотлучение требует наличие желания у самого малыша завершить грудное вскармливание. А что делать тогда, когда этого желания нет? Самое главное - не расстраиваться. Даже самого большого «любителя» маминой груди можно планомерно

привести к самоотлучению.

Итак, наметим план действий:

1. Еще раз напомню, что в основе такого отлучения от груди лежит последовательность и планомерность. Это поможет ребенку избежать стресса, который обязательно возникнет при резком отрыве.

2. Первоначально мы убираем все прикладывания к груди в течения дня, которые малыш осуществляет не для того, чтобы поесть, а просто по желанию. Отвлекаем, весело играем, переключаем, гуляем на улице. Сами не заметите, как эти внеплановые прикладывания пропадут.

3. Потом постепенно начинаем убирать основные кормления. Первым уйдет, скорее всего, дневное кормление. Далее – то, которое предшествует вечернему сну. Каждый ребенок индивидуален, поэтому может быть и наоборот. Тяжелее всего малыши отвыкают от ночных и предутренних кормлений. Тут приходится призвать на помощь папу, бабушек, а для малышей старше 2-х лет – возможно, мультфильмы. Конечно, включать ребенку ночью телевизор не стоит, а вот с утра – пожалуйста!

Мне, однако, нередко приходилось слышать о том, что многие малыши (старше года) даже при планомерном отлучении не склонны сами бросать грудь. Здесь я вижу в большей степени эмоциональный аспект. Малыш растет, осознает себя, при этом возрастает его потребность в материнской ласке, близости. Сосание маминой груди – наиболее тесный контакт с самым родным человеком! Наверное, в этом случае будет слишком жестоко ограничивать маленькое существо в общении с мамой. И если у вас есть хоть малейшая возможность кормить ребенка после года – продолжайте это замечательное дело!

Ситуации в жизни могут сложиться разные, и иногда грудное вскармливание приходится прерывать быстро. Конечно, в этом случае малыш испытывает стресс. Постарайтесь заменить кормление грудью другим приятным физическим контактом с малышом: лаской, совместными играми, походом в парк или в любое другое место, где ребенку будет интересно. Создав насыщенный положительными эмоциями фон, вы

сможете помочь своему малышу быстрее перестроиться и забыть о прикладывании к груди.

Любите своего малыша, дарите ему радость и психологический комфорт, и он вырастет умным, здоровым и добрым человеком!

Автор - **Мария Стрелкова**
Источник