

# WSKAŹNIKI SKUTECZNEGO KARMIENIA PIERSIĄ

## 1. OBSERWUJ PIELUSZKI! ZDROWY NOWORODEK POWINIEN REGULARNIE ROBIĆ SIUSIU I KUPKĘ.

### KUPKA

**1–2 doba:** smółka

**3–4 doba:** 3–4 kupki przejściowe w kolorze zielono-żółtym dziennie (brak kupek w tym okresie należy konsultować z lekarzem lub doradcą laktacyjnym)

**5 doba–6 tydzień:** minimum 3–4 kupki w kolorze żółtym, o konsystencji papki lub grudkowatej papki dziennie (brak kupek w tym okresie należy konsultować z lekarzem lub doradcą laktacyjnym)

**Po 6 tygodniu:** kupka może pojawiać się rzadziej, nawet raz na kilka dni

### SIUSIU

**1–2 doba:** 2 mokre pieluszki dziennie

**3–7 doba:** około czterech do sześciu mokrych pieluszek dziennie (brak lub niewielka liczba mokrych pieluszek jest zjawiskiem niepokojącym i wymaga konsultacji z lekarzem lub doradcą laktacyjnym)

**8 doba–6 tydzień:** około ośmiu mokrych pieluszek dziennie (brak lub niewielka liczba mokrych pieluszek jest zjawiskiem niepokojącym i wymaga konsultacji z lekarzem lub doradcą laktacyjnym)

**Po 6 tygodniu:** około 6 mokrych pieluszek

## 2. OBSERWUJ PROCES KARMIENIA DZIECKA!

Dziecko zgłasza się do karmienia, co najmniej 8 razy w ciągu doby, w tym minimum raz w nocy. Zdrowe noworodki i małe niemowlęta mogą chcieć być karmione częściej - nawet kilkanaście razy na dobę.

Dziecko samo kończy karmienie piersią zasypia lub jest aktywne, ale spokojne. Między karmieniami dziecko jest aktywne i spokojne.

Karmienie przebiega prawidłowo, kiedy maluch w trakcie łapie większą część otoczki brodawki piersi mamy. Ssie najpierw intensywnie a po chwili rytmicznie i mniej energicznie. Karmienie trwa przynajmniej ok. 10 minut, dziecko nie cmoka, nie siorbie i nie odrywa się nerwowo od piersi. Słychać przełykanie pokarmu. Dziecko przybiera na wadze.

## 3. KONTROLUJ PROCES KARMIENIA DZIECKA!

Dziecko karmione piersią przybiera na wadze, a do 10-14 dnia życia powinno wrócić do masy urodzeniowej. Dziecko w pierwszych dniach życia może stracić na wadze ok. 7% masy urodzeniowej. W okolicach ubytku 7% prawidłowy przebieg karmienia piersią powinien zostać zmonitorowany przez specjalistę. Wyższe ubytki masy ciała wymagają specjalistycznej pomocy laktacyjnej. Przybieranie na wadze, w pierwszych dniach i tygodniach życia dziecka, jest kontrolowane przez specjalistę, korzystającego z siatek wzrostu i wagi WHO.

### W przypadku większego niż 7% ubytku masy ciała specjalista powinien:

Sprawdzić jak wygląda technika karmienia piersią

Pomóc lub dokonać korekty przystawiania, jeżeli są jakieś nieprawidłowości

Pokazać, w jaki sposób odciągać pokarm i bezpiecznie podawać go dziecku

Kontrolować, co kilka godzin wagę dziecka po karmieniu

Przygotować i przedstawić matce postępowanie dotyczące dalszego karmienia dziecka