

Волжский психолог: «Грудное вскармливание помогает ребенку научиться доверять миру»

С 4 по 10 августа в России проходит Неделя популяризации грудного вскармливания.

Несмотря на то, что все мамочки знают, что грудное молоко – это уникальная жидкость, которая необходима для вскармливания новорожденных, многие предпочитают ему современные смеси.

О том, почему важно растить ребёнка на грудном вскармливании рассказывает медицинский психолог, автор и ведущая курсов дородовой подготовки областной клинической больницы им. Фишера Наталья ТАРИНА

- как психолог могу с уверенностью сказать, что грудное вскармливание - это не только про еду, это скорее про отношения между матерью и ребенком, которые закладываются с момента беременности и продолжаются в момент грудного вскармливания. И чем естественнее будут проходить эти отношения, тем глубже закладывается у ребенка ядро доверия к миру, тем лучше потом он будет проходить жизненные кризисы и тем увереннее будет в своей жизни.

Почему мамочки жалуются на то, что ребенок не наедается её молоком, а когда они добавляют смесь, то спит долго и крепко?

- действительно, среди мамочек бытует мнение, что если ребенок часто плачет и кричит, значит, он голоден и ему недостаточно молока. Дело в том, что женщины на генетическом уровне запрограммированы на плач ребенка, как на призыв накормить его. Но на самом деле ребенок не всегда криком и плачем выражает именно эту потребность. Язык понимания потребностей своего ребенка у мамы формируется не сразу, для этого необходимо время. Новорожденный просит мамину грудь не только, чтобы поесть, а чтобы получить ее внимание, заботу, защиту, тепло, любовь. Ведь ребёнок сам не сможет выжить и поэтому спокойно он чувствует себя только когда чувствует мамин запах и тепло ее рук.

А понять хватает ли ребенку молока, мама сможет по количеству мокрых пеленок.

Сразу после родов у женщины в груди вырабатывается молозиво, оно наделено всеми питательными веществами для ребёнка, которые ему так необходимы, к тому же в нем содержатся слабительные вещества, которые помогают новорожденному выделить первородный стул меконий. В первые дни до прихода молока ребёнок писает около 6 раз за сутки, а стул у него бывает 2-3 раза, а с приходом молока количество мочеиспусканий увеличивается в среднем до 12 раз.

Чем старше становится малыш, тем чаще он пачкает пелёнки – иногда это случается по 20 раз за сутки. Если у вашего малыша все в порядке с туалетом, значит, он точно не голодает.

Грудное молоко считается первой, самой гуманной и полезной прививкой для человека. В нем содержатся те вещества, которые нигде в природе больше не повторяются.

Дело в том, что ребенок при сосании сам формирует состав грудного молока.

Если его количество зависит от частоты прикладываний к груди, то качество - от ребенка. Когда он берёт грудь, то по гормональной системе передает матери запрос на состав молока, поэтому состав меняется регулярно.

На самом деле, существует очень мало противопоказаний против грудного вскармливания, потому как кормить ребенка грудью можно и нужно, и это очень важно для его здоровья и развития.

Однако, если по показаниям врача ребенка все же приходится перевести на смесь, мамочкам стоит помнить, что для её переработки организм малыша тратит огромное количество сил и энергии, поэтому сильно устаёт и крепко спит после смеси. А значит, надо строго соблюдать рекомендации по кормлению, написанные на каждой коробочке по временным промежуткам между кормлениями и по количеству на один приём пищи.

Сохранить грудное вскармливание можно практически в любом случае, не стесняйтесь обращаться за помощью к специалистам.