

Правда ли нужно сцеживаться после каждого кормления?

«Все мои родственники настаивают, что я должна сцеживаться после каждого кормления. Они говорят, что если я не сцежу остатки молока, то молоко перегорит, и в конце концов, вообще пропадет. Моя мама пугает меня: «Вот я не сцеживалась, и молоко у меня пропало.» Во всех современных статьях пишут что сцеживаться не нужно, но родственники тоже звучат убедительно. Правда ли нужно сцеживаться после каждого кормления?»

При кормлении по требованию, а это значит, что вы предлагаете малышу грудь на поисковый рефлекс минимум 10-12 раз в сутки, **сцеживаться после каждого кормления не нужно.**

Количество молока у женщины обусловлено количеством стимуляции, которую получает грудь. Попросту, чем больше ребенок сосет, тем больше у женщины молока. И наоборот, чем меньше ребенок сосет, тем меньше молока. Именно поэтому очень важно давать ребенку грудь тогда, когда он ее «просит». Таким образом ребенок саморегулирует количество молока, которое вырабатывает грудь. Если вы кормите ребенка по требованию, молока всегда будет достаточно. Самое главное – наблюдайте за ребенком и его аппетитом, и вы никогда не ошибетесь.

Откуда же идет поверье о сцеживании после кормлений? Во времена наших мам и бабушек детей кормили строго по расписанию – шесть раз в сутки. Для поддержания лактации в таких условиях требовались дополнительные сцеживания, чтобы молоко всегда было в излишке. И даже при дополнительных сцеживаниях молоко удавалось сохранить немногим. Редкие кормления недостаточны для большинства грудных детей, и в конце концов приводят к угасанию интереса к сосанию у ребенка и/или нехватке молока у матери для подрастающего ребенка. Как правило, к трем месяцам молоко пропадало у очень многих женщин.

Сцеживание после каждого кормления может понадобиться в необычных ситуациях. Например, при закупорке молочных протоков (лактостазе) или воспалении молочной железы (мастите) рекомендуется полностью сцедить грудь после кормления. В крайне редких случаях, когда малыш неэффективно сосет, матери могут порекомендовать сцедить остатки молока и докормить из пипетки или чашки.

Наталья Уилсон