

## Вопросы и ответы

*Раздел «Вопросы и Ответы» составлен по материалам Международной организации Ла Лече Лига. В разделе содержится информация по вопросам, которые часто возникают у родителей грудных детей. Не все из того, что здесь написано, подойдет именно вашей семье. Ла Лече Лига не дает советов или медицинских рекомендаций. Ла Лече Лига делится с Вами информацией о грудном вскармливании. Если у вас возникла серьезная проблема с кормлением, обратитесь напрямую к местному лидеру Ла Лече Лиги. Обязательно проконсультируйтесь со своим врачом по любому медицинскому вопросу. Лидеры Ла Лече Лиги – не медицинские работники.*

**У моего грудничка запор? Надо ли давать ему слабительное? Ему 3 месяца, и какает он всего раз в три дня.**

Количество грязных и мокрых подгузников ребенка на грудном вскармливании – очень важный показатель его здоровья. Вариации нормы консистенции и частоты стула грудного ребенка довольно широки.

### ПЕРВЫЕ ДНИ ЖИЗНИ

В первые 2-3 дня жизни для малышей является нормой намочить только 1-2 подгузника в сутки. По мере того, как количество мамино молока увеличивается, значительно возрастает и количество мокрых подгузников. В первые дни после родов стул новорожденных темный и густой, он называется «меконий». Меконий накапливается в организме малыша еще до рождения. По мере того, как малыш начинает получать молоко, меконий выводится из кишечного тракта, и через несколько дней стул становится более мягким и значительно светлее. Обычно стул грудного ребенка желтого, зелено-желтого или желто-коричневого цвета. Также считается нормой, если иногда стул приобретает зеленый цвет. Запах не должен быть сильным и особо отталкивающим. Консистенцию можно описать как жидкий творог, заварной крем, гороховый суп или горчица. Часто в стуле можно увидеть маленькие частички, похожие на семена.

### ПЕРВЫЕ ШЕСТЬ НЕДЕЛЬ

После первых нескольких дней и приблизительно до 6-ти недель большинство малышей опорожняют кишечник от двух до пяти раз в сутки. Объем кала должен быть примерно с грецкий орех. Некоторые дети могут опорожнять кишечник чаще, некоторые - реже. Если малыш младше 6-ти недель опорожняет кишечник менее двух раз в сутки, это может быть разновидностью нормы, при условии, что ребенок достаточно писает и нормально набирает вес, и конечно, если общий объем кала существенен.

После прихода молока ребенок на полном грудном вскармливании должен мочить 6-8 тканевых или 5-6 одноразовых подгузников в сутки. Чтобы проверить объем мочи, налейте 2-4 столовых ложки (30-60 мл) воды на сухой подгузник. Приблизительно таким же должен быть на ощупь мокрый подгузник младенца. Конечно, легче увидеть, что ребенок мокрый, если он носит тканевые подгузники. Если Вы пользуетесь одноразовыми подгузниками, имейте в виду, что весовое ощущение подгузников разных фирм могут отличаться. При одинаковом количестве поглощенной влаги, подгузники одной марки не будут казаться мокрыми вообще, а подгузники другой будут полны до отказа. Чтобы безошибочно определить, мокрый ли подгузник, можно положить внутрь кусочек бумажной салфетки.

## **ПОСЛЕ ШЕСТИ НЕДЕЛЬ**

После шести недель частота стула грудного ребенка обычно уменьшается. Это происходит, когда молозиво, имеющее слабительные свойства, полностью сменяется зрелым молоком. Для ребенка этого возраста также нормально продолжать пачкать подгузники более 5 раз в сутки, в некоторых случаях даже после каждого кормления. Также считается нормой для детей старше шести недель на полном грудном опорожнять кишечник всего 1 раз в несколько дней. Некоторые абсолютно здоровые дети опорожняют кишечник всего 1 раз в неделю. Если ребенок пачкает подгузники нечасто, объем стула должно быть значительным. Пока малыш хорошо набирает вес, мочит достаточное число подгузников и ведет себя нормально, волноваться не стоит, и не следует давать ребенку слабительное, соки или оказывать другую «помощь». Наоборот, пытаясь вызвать дефекацию, можно серьезно навредить малышу.

После шести недель ребенок может мочить всего 5-6 тканевых подгузников в день, но при этом они должны быть тяжелыми и ощутимо мокрыми. По мере роста, мочевой пузырь малыша способен вырабатывать и удерживать больший объем мочи. Чтобы определить вес мокрого подгузника ребенка этого возраста, вылейте 8 столовых ложек (120 мл) в сухой подгузник. Это поможет определить вес нормального мокрого подгузника для ребенка этого возраста.

## **ПОСЛЕ ВВЕДЕНИЯ ПРИКОРМА**

Когда в рацион грудничка вводят прикорм или начинают давать пить, Вы можете заметить изменения в режиме мочеиспускания и дефекации. Стул приобретает более неприятный запах, меняются его цвет и консистенция. Иногда в грязном подгузнике можно найти целые кусочки овощей. Это не должно вызывать беспокойства, поскольку даже варёные овощи довольно трудны для переваривания. После введения прикорма ребенок может начать страдать от запоров или даже поносов, что должно служить родителям сигналом того, что только что введенная еда или сок не подходят маленькому животу. Дополнительную информацию об этом можно найти в наших разделе Вопросы и ответы о введении прикорма.

*Перевод Тани Тейлор (США)*