

## 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.*

### **Почему мой малыш вдруг стал постоянно сосать грудь?**

Возможно, ваш малыш сосал грудь с довольно регулярными промежутками, но теперь кажется, будто вы проводите целый день с младенцем на груди! Существует множество причин, по которым ребенок начинает чаще просить грудь. Например, малыш испытывает обычные «частотные дни», или ваш ребенок борется с болезнью. Вне зависимости от причины, найдите комфортное место для кормления малыша, где было бы много закусок и питья для вас, чтобы это время прошло быстрее.

Иногда внезапное увеличение частоты кормлений предшествует заболеванию малыша. Частые кормления могут обеспечить хорошую защиту от болезни, ведь ребенок получит антитела и иммунные факторы, которые ваш организм выработает специально для малыша на это время.

Более частое сосание также может означать реакцию малыша на какой-то продукт в Вашем питании. Если у ребенка проявились симптомы аллергии, или вы заметили, что манера и частота кормлений меняется в зависимости от определенной еды, поищите информацию об аллергии и непереносимости продуктов. Статья из журнала NEW BEGINNINGS «Аллергии и семья грудного ребенка» Карен Зерецки о кормлении грудью аллергичного младенца послужит хорошим началом исследования этого вопроса.

Некоторые дети увеличивают частоту кормлений по ряду иных причин. Не было ли значимых изменений в жизни, например, переезд, отпуск или гости в доме? Не оставляли ли Вы малыша на более долгий срок, чем обычно? Может быть, у ребенка начали резаться зубы? Часто изменения в течении жизни или новые ступени развития ребенка становятся причиной более частых кормлений. Кормление грудью успокаивает и восстанавливает чувство стабильности жизни для ребенка.

Наблюдается общая предсказуемая закономерность увеличения частоты кормлений, которые длятся несколько дней, по достижению ребенком возраста 3 недель, 6 недель, 3 месяцев и 6 месяцев. Книга Ла Лече Лиги WOMANLY ART OF BREASTFEEDING («Женское искусство-кормление грудью») называет это явление "частотные дни". Причины учащения сосания в вышеупомянутые возрасты пока что точно неизвестны. Однако, исследования установили, что наилучший путь поддерживать выработку молока – следовать сигналам, которые подает вам ребенок. Свободный допуск ребенка к груди по мере проявления желания сосать грудь принесет большее удовольствие и Вам, и Вашему малышу. И проблем с количеством молока не будет! И ребенок будет хорошо расти!

В те дни, когда Вас не покидает чувство что Вы только и кормили целый день напролет – обязательно похвалите себя за достигнутое. Вы пошли навстречу потребностям вашего малыша и помогли ему учиться доверять Вам! Несколько статей из журнала NEW

BEGINNINGS о преимуществах грудного вскармливания подбодрят и воодушевят Вас в дни частых кормлений.

Обратитесь за помощью и поддержкой к лидеру Ла Лече Лиг в вашей местности или сходите на собрание группы Ла Лече Лиги. Найти группу рядом с Вами можно позвонив по бесплатному телефону 1-800-LALECHE или заглянув на веб-страницу <http://www.lalecheleague.org/WebIndex.html> или <http://www.lalecheleague.org/leaderinfo.html>. Если рядом с Вами нет групп Ла Лече Лиги, приходите на одно из наших он-лайн собраний по адресу <http://www.lalecheleague.org/chat/chat.html>.

### **Дополнительная информация**

**Cue Feeding: Wisdom and Science**, by Lisa Marasco, BA, IBCLC and Jan Barger, MA, RC, IBCLC from BREASTFEEDING ABSTRACTS, May 1999, Volume 18, Number 4, pp. 28-29.

Оглавление книги WOMANLY ART OF BREASTFEEDING La Leche League International включает важную информацию и ресурсы для кормящей матери. Обширность и глубина практической информации делает эту книгу необходимым источником для кормящих матерей. Теплое дружественное настроение книги побуждает перечитывать этот классический труд вновь и вновь. WOMANLY ART OF BREASTFEEDING – всеобъемлющее руководство для кормящих, приносящее важность родительства посредством кормления грудью в 21-е столетие. Softcover, 465 страниц.

La Leche League International's **BREASTFEEDING ANSWER BOOK** by Nancy Mohrbacher and Julie Stock – наиболее полный источник для тех, кто посвятил себя помощи кормящим матерям. Это руководство может быть с уверенностью использовано Лидерами Ла Лече Лиги, консультантами по лактации, врачами и другими работниками здравоохранения, чтобы помогать матерям налаживать лактацию и наслаждаться материнством и кормлением грудью. Hardcover, spiral bound book, 680 страниц.

*Перевод Ирины Рюховой*