

Конец кормления или забастовка?

Нэнси Морбахер

Маунт Проспект, Иллинойс, США

Опубликовано в: NEW BEGINNINGS, Vol. 9 No. 6, November-December 1992, pp. 173-4, 176

Перевод Александры Казачок

Ваш малыш хорошо сосал грудь несколько месяцев, а потом вдруг совсем отказался от груди. Что это значит? Что-то с молоком? Ребенок нездоров? Ребенок готов к отлучению?

Отказывающийся от груди ребенок не обязательно готов закончить грудное кормление. Если ребенку нет еще года, если он ест мало твердой пищи и не пьет из чашки, - маловероятно, что он готов расстаться с грудью навсегда. Скорее всего, это забастовка.

Забастовка – один из способов сообщить, что что-то не в порядке, и большинство «бастующих» детей не выглядят довольными происходящим. Некоторые забастовки начинаются внезапно, некоторые - постепенно. Но забастовка совсем не обязательно означает конец кормления. Если мама готова вернуть ребенка к груди, забастовка обычно длится от двух до четырех дней, хотя бывает и дольше. При известном терпении и упорстве почти всегда удастся убедить ребенка вернуться к груди, и мама и ребенок продолжают наслаждаться всеми преимуществами грудного вскармливания.

Возможные причины забастовок

Иногда причина забастовки, бывает, очевидна, а иногда мама так ее и не обнаруживает. Вот некоторые из обычных причин, по которым ребенок может отказываться брать грудь:

- боль во рту от режущихся зубов, ранка, “простуда”, или грибковая инфекция, типа молочницы,
- воспаление уха, от которого ребенок может испытывать давление или боль при кормлении,
- ребенку больно, когда его держат в позе для кормления, возможно из-за прививки или травмы,
- простуда или забитый нос мешают дышать при кормлении,
- слишком частое использование бутылочек, злоупотребление пустышкой или частое сосание пальца, что может привести к снижению количества молока,
- ребенок регулярно отвлекался от кормлений или прерывал их,
- необычно долгая разлука с матерью.

Есть несколько ситуаций, где действия матери могут спровоцировать отказ ребенка брать грудь:

- сильная (эмоциональная) реакция мамы на укусы ребенка,
- значительное изменение в режиме, например переезд или путешествие,
- ограничение и/или строгое расписание кормлений,
- во время кормления мама громко говорит или спорит с другими членами семьи,
- перевозбуждение, стресс, напряжение от насыщенного дня или нарушения привычной обстановки в доме,

- повторяющийся отказ мамы кормить ребенка, когда он хочет, или попытки дать прокричаться.

Бекки Хеллоуэлл из Гуама на третий день забастовки своего шестимесячного сына Тодда обнаружила, что «у нас были все обычные причины и в придачу еще немножко. Мы все были простужены (Тодд больше всех). Все нервничали и были уставшими. К нам на месяц приехали в гости бабушка и дедушка Тодда, которых мы не видели целый год. Пока они гостили у нас, дедушка попал в больницу. У Тодда резались зубы, он начал меня покусывать, и я сильно реагировала».

Есть и другие, менее распространенные причины забастовки – чувствительность ребенка к материнской пище или лекарствам (включая комплексы витаминов и минералов, препараты фтора, молочные продукты, кофеин), к кремам и мазям для сосков, изменение вкуса молока из-за воспаления в груди или изменения материнского рациона, реакция на новое моющее средство (мыло, шампунь, стиральный порошок), через материнскую кожу или одежду.

Естественно, не все дети реагируют на эти ситуации отказом от груди. Некоторые малыши более чувствительны, чем другие. Разные дети на одно и то же могут реагировать совершенно по-разному. Например, при воспалении уха один ребенок может продолжать хорошо сосать, другой станет капризничать у груди, а третий может вообще отказаться брать грудь.

Тяжелое время для всех

Какой бы ни была причина, забастовка – это событие, неприятное для всех. Ребенок может плакать, и его трудно успокоить. Мама может чувствовать досаду, беспомощность и переживать, что ребенок ее отвергает. Может возникать чувство вины, - кажется, что ребенок отказывается из-за того, что она что-то не так сделала.

Энн Монро из Северной Каролины, когда ее дочь Меган в 8 месяцев начала пятидневную забастовку, пишет, что «все это время чувствовала огромное горе и отвержение». Виктория Шнауфер из Пенсильвании, пережившая десятидневную забастовку с сыном Джонатаном, вспоминает: «Пока Джонатан не устроил забастовку в одиннадцать месяцев, я понятия не имела, насколько эта ситуация может эмоционально напрягать и физически выматывать. К третьему или четвертому дню я была в полном отчаянии и начинала злиться».

Кэрл Стрейт чего только не передумала, когда Кристи в два с половиной месяца отказалась брать грудь. «В моей голове проносились тысячи мыслей – может, я что-то не то ем, или это зубы режутся, а может, это из-за того, что я слишком нервничаю (а какая кормящая мать не будет нервничать, если маленький ребенок внезапно отказывается от груди?), возможно, она больше не хочет сосать грудь вообще – была даже дикая мысль, что она меня не любит!»

В ситуации присутствуют две проблемы. Поскольку ребенок пропускает кормления, маме становится некомфортно от переполненной груди. Появляется риск закупорки протоков или воспаления. А ребенок все же нуждается в питании. Заботы о том, как его накормить, добавляют маме беспокойства.

Заботимся о маме и ребенке

Пока мама предпринимает попытки убедить ребенка взять грудь, возможно, ей придется сцеживаться с той же частотой, с какой бы ребенок обычно сосал грудь. Это поможет избежать болезненного наполнения, предотвратит закупорку протоков и обеспечит ребенка необходимым молоком.

Сцеживание вручную или маленьким молокоотсосом – искусство, приходящее с практикой. Если маме бастующего ребенка трудно сцеживаться, неплохой альтернативой может стать взятый напрокат большой электрический молокоотсос (ваш местный лидер ЛЛЛ подскажет ближайший пункт проката). Большие электрические молокоотсосы не требуют опыта и умения, поскольку механизм сцеживания полностью имитирует сосание грудного ребенка. У таких молокоотсосов бывают приспособления, позволяющие сцеживать обе груди одновременно, что вдвое уменьшает затраты времени.

Маме надо решить, как давать ребенку сцеженное молоко. Большинство думает в первую очередь о бутылочках, но при забастовке лучше избегать бутылочек и пустышек. Так проще будет убедить ребенка вернуться к груди. Резиновые соски удовлетворяют потребность ребенка в сосании, уменьшая желание сосать грудь. В некоторых больницах в Африке бутылочками вообще не пользуются. Даже недоношенных и больных детей кормят из маленьких чашечек. Попробуйте предложить сцеженное молоко из чашки, маленькой гибкой пиалы, с ложки, пипетки или из пищевого шприца. Поначалу непривычный способ кормления может вызывать некоторые трудности, но с опытом и терпением, ребенок быстро научится получать молоко новым способом.

Мама также может волноваться, достаточно ли ребенок получает молока. Чтобы успокоиться, можно посчитать мокрые подгузники. Шесть-восемь мокрых тканевых подгузников в сутки – пять-шесть одноразовых – означают, что жидкости ребенку хватает.

Возвращаем ребенка к груди

Терпение и настойчивость - самое главное в процессе возврата ребенка к груди. Если при попытке предложить грудь либо мама, либо ребенок раздражаются, надо на время прерваться и снова попробовать через некоторое время. Попытки кормления должны быть как можно более приятными, чтобы у ребенка кормление ассоциировалось с положительными эмоциями.

Следующие проверенные временем предложения помогли многим матерям преодолеть забастовки:

- пробуйте кормить, когда ребенок спит или в полусне, например, ночью или во время дневного сна. Многие дети, отказывающиеся о груди в бодром состоянии, берут грудь, когда сонные.
- экспериментируйте с позами для кормления. Некоторые дети отказываются в одном положении, но берут грудь в другом.
- кормите в движении. Некоторые дети более сговорчивы, если их качают или носят, а не сидят или стоят с ними неподвижно.

- кормите в обстановке, когда ничто не отвлекает. Некоторые дети, особенно старше трех месяцев, легко отвлекаются. Выключите радио и телевизор, попробуйте покормить ребенка в тихой, полутемной комнате.
- уделяйте особое внимание контакту кожа к коже. Сосредоточение и дополнительный тактильный контакт успокаивающе действуют и на маму и на ребенка. Предлагая грудь, когда только возможно, разденьтесь до пояса и разденьте ребенка до подгузника. Если в комнате прохладно, завернитесь вместе в одеяло.
- слинг или кенгурушка помогут держать ребенка в непосредственной близости между попытками кормления. Совместные теплые ванны тоже успокаивают. Совместный сон обеспечивает еще больше близости и возможностей кормить спящего ребенка.

Ли Роверси из Коннектикута, всегда пораженной «казалось, постоянной необходимостью сына Ская быть у груди», пришлось изменить взгляд на жизнь, когда, из-за режущихся клыков и связанной с ними боли при кормлении, он забастовал. «Следующие два дня мы провели в постоянном контакте – обнимаясь, читая, сидя на ручках, качаясь, вместе купаясь. К счастью, он кормился по ночам во сне, и я немного сцеживалась днем вручную, это спасло мою грудь от переполнения. Когда забастовка кончилась, и он снова запросил «титю», я поняла, что все встает на свои места. Все остальное могло подождать - сколь угодно долго - пока я наслаждалась моментом».