

Якщо дитина кусається

Барбара Тейлор

*Переглянуто й доповнено Ненсі Джо Биковскі по оригінальній статті,
опублікованій в NEW BEGINNINGS,*

November-December 1990

*Опубліковано в : NEW BEGINNINGS, Vol. 16 No. 2,
March-April 1999 p. 36-39*

Переклад Олександри Казачок

Переклад з російської Тетяни Яремко

Дитячі зуби можуть видаватися серйозною проблемою при годуванні грудьми майбутнім мамам і їхнім знайомим. Коли вагітна жінка говорить про свої плани годувати грудьми, то попадеться хтось, хто запитає з усмішкою: "А що ти будеш робити, коли підуть зуби?"

Деякі вважають, що з появою зубів дитини настав час відлучати від грудей. Можливо, їм здається, що дитячі зуби роблять грудну годівлю болісною для матері. Однак, якщо дитина правильно ссе, мамі не буде боляче ні із двома, ні із чотирма, ні з повним ротом зубів, що прорізувалися в дитини. Як і у багатьох питаннях материнства, очікування зубів часто буває страшніше самих зубів.

Важливо пам'ятати, що інтенсивно смокчучи груди дитина не може вкусити. При правильному прикладанні сосок перебуває далеко в роті дитини. Губи й щелепи дитини перебувають на ареолі (темній шкірі навколо соска) десь на 2,5 см. від основи соска. Язик дитини висунутий вперед і лежить на нижній щелепі, між нижніми зубами і грудьми. Верхні зуби можуть залишити безболісний відбиток на ареолі, але поки дитина активно ссе й ковтає, у нього не вийде прикусити груди. Боляче буває, коли щелепи дитини замикаються на соску, а не на ареолі, незалежно від наявності в роті зубів. Простіше говорячи, якщо дитина ссе правильно, вона не може вкусити, а якщо кусає, відповідно, дитина неправильно ссе. Якщо дитина все-таки кусається, звичайно це відбувається під час прикладання, у паузі під час годівлі або наприкінці годівлі, коли вона уже не ссе активно.

Якщо дитина кусається

Природна реакція матері на біль може відбити в дитини бажання кусатися. Багато дітей здригаються на голосний вигук матері й відразу випускають сосок. Деякі можуть навіть заплакати. Такого негативного досвіду буває досить багатьом дітям, щоб більше не намагатися. У книзі «Ростимо велику грудну дитину» («Mothering Your Nursing Toddler»), Норма Джейн Бумгарнер відзначає, «Можливо, переважна більшість дітей відучуються кусатися так швидко, тому що ми незмінно, моментально й твердо реагуємо на кусання грудей. Напевно, це єдиний випадок, коли ми настільки швидко, рішуче й послідовно вимагаємо зміни поведінки. Крім того, діти люблять нас і реагують на нашу щирі й емоційну пропозицію більше не кусатися.

Іноді така різка реакція має побічний ефект із чутливими малятами, які у відповідь можуть зовсім відмовитися брати груди. Така раптова втрата інтересу до годівлі або повна відмова

від грудей називається страйком. Страйк відрізняється від закінчення годівлі тим, що вона починається раптово й при цьому дитина виглядає незадоволеною. Дитину, що "застрайкувала", можливо, прийдеться довго вмовляти й переконувати, що можна й потрібно повернутися до грудної годівлі. Тому, не варто спеціально перебільшувати свою реакцію на укуси, будьте природні.

Якщо дитина стиснула щелепи на соску, не намагайтеся відірвати її від грудей. Це пошкодить шкіру більше, а ніж сам укус. Замість цього, просуньте палець між щелепами дитини, щоб послабити тиск. Не забираючи палець, заберіть груди з рота. Інший спосіб - пригорнути дитини як можна щільніше до грудей. Це змусить дитину відпустити сосок, оскільки малята дуже чутливі до всього, що перешкоджає диханню носом. Деякі мами воліють обережно затискати ніс дитині, щоб він відкрив рот і випустив сосок.

Припиніть годівлю, щоб у дитини не виникло спокуси перевірити, чи підстрибне мама знову, якщо ще раз вкусити. Як тільки відбудеться перший укус або "майже укус" запропонуєте дитині безпечний об'єкт для кусання - іграшку або спеціальний прорізував (гризку), щоб вона знала, на чому можна випробовувати зуби без наслідків. Поясніть їй при цьому: "Це можна кусати скільки хочеш. А ссати треба обережно".

Деякі мами вживають більш строгі заходи у відповідь на укуси - негайно саджають дитину на підлогу. Через кілька секунд, розстроєну дитину можна заспокоїти. Він зрозуміє, що кусання приводить до неприємних наслідків.

Пропонуючи груди наступного разу, будьте особливо обережні із прикладанням дитини й усіяко заохочуйте правильне захоплення й акуратне випускання соска. Говорячи дитині "дякую", "розумничка", посміхаючись, обіймаючи й цілуєчи її, можна домогтися більших успіхів у поступовому навчанні дитини правильній годівлі. Одна мама навіть перетворила це в гру зі своїм 5 місячним сином: «Наші годівлі проходили лежачи. Він акуратно відпустив сосок і я його похвалила. Він посміхнувся, присмоктався знову, через п'ять секунд відпустив акуратно знову, я його знову похвалила. Він знову посміхнувся й знову присмоктався. Та тривало, поки я не вирішила не випробовувати більше долю, встати й зайнятися чим-небудь іншим.»

Навіть дуже маленьких дітей можна навчити правильного прикладання й положенню при годівлі, при ласкавій підтримці мами.

Інші причини кусання

Деякі малята більш наполегливі в спробах кусати груди. Якщо знайти причину такої поведінки, це допоможе визначитися з оптимальним шляхом вирішення проблеми. Звичайні причини, що впливають на кусання - це прорізування зубів, використання гумових сосок, недостатня кількість молока, мало уваги дитині, закладений ніс у дитини. По якій би причині дитина не кусалася, це, швидше за все, відбувається при кінці годівлі, коли голод в основному втамований й увага перемикається на інші речі.

Коли ріжуться зуби, можуть боліти ясна. У цей час ясна червоні й набряклі на вигляд. Якщо потерти ясна пальцем, нерідко можна намацати під шкірою готовий для прорізування зуб. Іноді зуби прорізаються дуже рано, а деякі діти, бувають, уже народжуються з одним або двома зубами, що прорізулися.

Запитаєте у своєї матері, свекрухи або бабусі, що вони робили, коли в дітей різалися зуби. Їхні ідеї можуть здивувати вас оригінальністю й корисністю, а вони зі своєї сторони будуть ушешені тим, що ви запитали їхньої поради. Холодний мокрий рушник може відмінно допомагати при прорізуванні зубів. Цупка тканина й холод заспокоюють розпухлі ясна. Після прорізування зубів дитина може захотіти пожувати для розради щонебудь м'яке і пружне - наприклад, шматочок хліба.

При закладеному носі теж можливі укуси. Відсутність вільного потоку повітря заважає правильному ссанню й дитина може сповзати із правильного захоплення грудей. Сосок при цьому наближається до щелеп, і якщо щелепи як і раніше стискають груди, дитина може випадково вкусити за сосок. Дитина із закладеним носом може також мотати головою із сторони в сторону при годівлі, оскільки її дратує закладений ніс. При цьому щелепи теж можуть зісковзнути на сосок.

Якщо дитина застуджена або в неї закладений ніс, і це заважає годівлі, можливо, треба порадитися з лікарем із приводу лікування. Відсмоктування слизу з носа аспіратором може полегшити стан дитини, що не вміє висмаркуватися та проводить більшу частину часу лежачи на спині, хоча ця процедура багатьом дітям не подобається. Годівля в більш вертикальному положенні може допомогти дитині із закладеним носом легше дихати, оскільки сила тяжіння Землі допомагає відтоку слизу з дихальних шляхів.

Іноді дитина, що прикушує сосок під час годівлі, шукає материнської уваги. Нерідко мами під час годівлі читають, говорять по телефону, дивляться телевизор. Все це добре, але в міру. Більш старші діти іноді можуть різними способами прагнути перемкнути на себе увагу мами, іноді й кусаючи за груди. У деяких перед самим укусом з'являється грайливий вогник в очах. Такого роду кусання відбувається звичайно при кінця годівлі або тоді, коли дитина взагалі не дуже хотіла ссати груди.

Використання гумових сосок і дурачків може спровокувати укуси. Рухи рота і язика при ссанні грудей дуже відрізняються від рухів при ссанні штучного замітника. Дитина може переплутати соски й спробувати жувати груди, а не ссати, як треба. Хоча подібні проблеми зі ссанням, пов'язані зі штучними замітниками грудей, відбуваються в основному в перші тижні, а іноді це трапляється і з старшими дітьми. Іноді жування грудей починається після того, як дитина навчиться пити з поїльника, особливо якщо вона любить пожувати носик поїльника.

Штучні соски також можуть бути причетними до кусання, коли дитина регулярно одержує в пляшці сік або воду, що в свою чергу може знижувати кількість молока. Дитина може кусатися від розпачу, що молока мало. Інше догодовування також сприяє зменшенню молока. У цьому випадку допоможе стимуляція грудей більш частими годівлями. Якщо дитина починає кусатися десь у середині першого року життя, і кілька днів частих

годівель не допомагають збільшити кількість молока, можливо, настав час вводити прикорм.

Кількість молока може зменшитися також через нову вагітність, що наступила. Про свій досвід у випуску NEW BEGINNINGS за березень-квітень 1997 року писала Джейма Ларсон з мису Канаверал, Флорида, США. Її дочка почала кусатися у вісім місяців. Незважаючи на ретельний пошук можливих причин і консультації з місцевими Лідерами, їй не вдавалося зрозуміти, чому Юріель стала кусатися. Через три місяці в Джейми стався викидень, після чого Юріель раптово припинила кусатися, а кількість молока в Джейми помітно зросло. Вона не помітила вагітності й не звернула увагу на істотне зменшення кількості молока. Черговий візит до лікаря показав, що Юріель зовсім не набрала вагу за ці місяці. Джейма пише, що після викидня Юріель набрала майже 2 кілограми за 3 тижні.

Іноді матері відзначають, що з відновленням циклу молока може ставати трохи менше під час місячних. У цей же час груди можуть ставати більш чутливі, що іноді робить годівлю неприємною для матері. Також на кількість молока впливають гормональні протизаплідні засоби, особливо якщо їх почали застосовувати в перші тижні після пологів. Іншими факторами можуть бути деякі ліки й харчові добавки. Якщо у вас є сумніви із приводу впливу на молоко певних ліків або добавки, проконсультуйтеся з місцевим лідером Ла Лече Ліг.

Крім того, варто враховувати характер вашої дитини: деякі діти просто більше схильні до орального способу сприйняття світу. Коли вони починають плазувати, усе, що попадає до них у руки, відправляється в рот. Їм подобається пізнавати все нове на смак і досліджувати форми й склад предметів язиком.

Положення при годівлі

Приблизно у віці трьох-чотирьох місяців дитина починає набагато більше цікавитися навколишнім світом. Любий звук, що навіть грає поруч може настільки заінтригувати старшу дитину, що вона швидко повертає голову подивитися, що там таке. На жаль, при цьому вона може забути відпустити груди й сповзає на сосок. Дитина будь-якого віку, яка заснула біля грудей, може відреагувати на виймання соска з її рота стисканням щелеп. Подібні дії відносяться скоріше до рефлекторного й можуть зажадати інших дій, ніж інші види кусання грудей.

Більш старші діти можуть приймати при годівлі положення, незручні для матері. Іноді дитина може так налягти на груди, що сосок виявляється під тиском, хоча й не в зубах дитини. Особливо рухливі малята так вертаються під час годівлі, що під кінець приймають зовсім скручені пози. Коли рот дитини багаторазово повертається навколо грудей, сосок може відчувати такий же неприємне, навіть болючий тиск. Таким дітям доводиться, за допомогою твердого керівництва, трохи обмежувати свої гімнастичні пориви в моменти годівлі й знайти спосіб годівлі, прийнятний і для мами і для дитини.

Запобігання кусання

За допомогою пильної уваги й спостереження можна запобігти переходу від одного випадку укусу до повторюваної проблеми. Можна навіть запобігти найпершому укусу. Кожна ситуація унікальна, і можливо, буде потрібно спробувати кілька різних стратегій, перш ніж вдасться зрозуміти, що краще для вас і вашої дитини. От кілька ідей, які іншим матерям здалися корисними.

Будьте готові захистити сосок, виймаючи його з рота дитини, особливо якщо вона заснула. Просуньте палець у кут рота дитини досить глибоко між щелепами, щоб відчутти свій сосок, і тільки тоді витягуйте з рота дитини. Якщо вона і закриє щелепи в рефлекторній спробі продовжити ссати, вона вкусить палець, а не груди. Якщо ви підтримуєте рукою груди при годівлі, буває зручно користуватися вказівним пальцем цієї руки. Деякі віддають перевагу мізинцю. Незалежно від пальця, ніготь повинен бути завжди коротко підстрижений, щоб не подряпати рот дитини або сосок.

Якщо вам здається, що дитина прихоплює сосок для залучення уваги, починайте приділяти їй необмежену увагу з початку годівлі. Дотики, розмова, зоровий контакт переконують дитину, що вона у центрі вашої уваги. Певна пильність дозволить вчасно зрозуміти, коли дитина втратить інтерес до годівлі.

Спостерігаючи, як ссе дитина, можна навчитися визначати, коли настав час закінчувати годівлю. Сюзан Мейнц Маєр відзначає в публікації ЛЛЛ «Огляд вирішення проблем годівлі і ссання» (*Overview of Solutions to Breastfeeding and Sucking Problems*):

Спостерігаючи за дитиною під час годівлі, мати може помітити, що незадовго перед укусом його щелепи поступово напружуються. Це може бути сигналом до припинення годівлі перш ніж у нього з'явиться можливість вкусити.

Також дитина може забрати язик з його звичайного положення над нижньою щелепою.

Приділяйте особливу увагу правильному положенню й захопленню, щоб дитина була зосереджена на ссаннях, це зменшує його можливість кусатися. Переконайтеся, що рот дитини широко відкритий, перш ніж підносити її до грудей і направляйте сосок у глибину рота дитини. Жінкам з великими грудьми особливо важливо підтримати груди вільною рукою в момент прикладання, і можливо, протягом усієї годівлі. Корпус дитини тримає завжди поверненим до себе, щоб її не треба було повертати голову до грудей.

Не наполягайте на годівлі, особливо із старшою дитиною. Багато матерів використовують годівлю для заохочення денного сну, але деякі діти, не хочуть спати вдень і пручаються не тільки сну, але й годівлі. Якщо дитина вертиться, крутиться й відштовхує вас руками, можливо, вона не голодна і не хоче груди. Якщо ви відчуваєте, що дитина занадто збуджена і їй важко заспокоїтися, спробуйте прилягти з нею у тихій кімнаті, можливо, це нагадає їй, що настав час поїсти. Маленьких неспокійних дітей добре заспокоює ходіння або заколисування.

Якщо болить сосок

На сосках багато нервових закінчень і вони дуже чутливі. Укуси заподіюють біль у момент кусання, а іноді навіть деякий час опісля. Однак, болять соски в основному при спробі відірвати від грудей ще смокчучу дитину. Якщо у вас болять соски, правильна техніка прикладання (при якій сосок однозначно не доторкається з губами й щелепами дитини) захистить від подальших ушкоджень і все швидко заживе. Якщо болить тільки один сосок, починайте годівлю з іншої груді, щоб найбільш інтенсивне ссання припадало не на хворий сосок.

Щоб прискорити загоєння й зменшити біль, можна намазати сосок й ареолу своїм молоком і дати висохнути. Модифікований ланолін, з комерційною назвою Lansinoh для матерів, що годують, гіпоаллергенний і безпечний для дитини. Багато матерів нашли його корисним для полегшення болю й загоєння сосків з ушкодженням шкіри. Акуратно промокніть шкіру насухо після годівлі й небагато намажте в районні соска.

Погляд у перспективі

Можливість бути вкушеною власною дитиною, може звучати трохи страшно, але материнство взагалі іноді буває небезпечним. Рухливе маля може наступити вам на ногу або стукнути головою вам по голові, намагаючись вас обійняти, але ви ж не перестанете його обіймати через це. Ви просто подбаєте про захист своїх ніг і голови. Те ж саме стосується й соска.

Перший крок до самозахисту - уважне ставлення до подаваних дитиною сигналів. Кожна мати знайде спосіб, що спрацює для неї і її дитини. У книзі «Проста годівля» (BREASTFEEDING PURE AND SIMPLE), Гвен Готш пише:

«Що робити, щоб відучити дитину кусатися, залежить від віку й темпераменту цієї дитини. Старші діти можуть зрозуміти, що якщо будуть кусатися, мама припинить їх годувати, і якийсь час годівель не буде - хвилин двадцять або більше. Однак, те ж саме, так ще з раптовим лементом мами від болю, може виявитися занадто сильним впливом для більш чутливої дитини, а зовсім маленький може не зрозуміти зв'язку між своїми діями і їхніми наслідками».

Терпіння, наполегливість, уважне спостереження й сприйнятливність до почуттів дитини - важливі інструменти виховання в будь-якому віці. Якщо в дитини наступив період кусання, будьте впевнені, що це ненадовго, і ви зможете продовжувати годівлю доти, поки це буде необхідно.

Матеріали

Bumgarner, N. J. MOTHERING YOUR NURSING TODDLER. Schaumburg, Illinois: LLLI, 1982.

Brewster, P. *You Can Breastfeed Your Baby... Even in Special Situations*. Emmaus, Pennsylvania: Rodale Press, 1979.

Gotsch, G. BREASTFEEDING: PURE AND SIMPLE. Schaumburg, Illinois: LLLI, 1994.

Lawrence, Ruth A. *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession*. Fifth Edition. St. Louis: C. V. Mosby Co, 1999.

Maher, Susan M. *An Overview of Solutions to Breastfeeding and Sucking Problems*, Schaumburg, Illinois: LLLI, 1988.

Mohrbacher, N. and Stock, J. THE BREASTFEEDING ANSWER BOOK. Schaumburg, Illinois: LLLI, 1997.

Taylor, Barbara. If your baby bites. NEW BEGINNINGS, November-December 1990; 163-67.