Relaktacja

Jak się do tego zabrać??

- Zaczynasz od pracy laktatorem na sucho. Będzie ciężko, bo trzeba to robić regularnie. Odciągasz co 3 godziny w ciągu dnia metoda 77-55-33, oraz 3x dziennie Power Pumping (co drugie odciaganie w ciagu dnia). Na tym filmie znajdziesz instrukcje jak polepszyć wypływ mleka. Ponadto warto zażywać Lecytyne (Gold-Lecitin 1200, Olimp Labs GMO free). Poprawi się wypływ mleka.
- Kiedy karmisz mlekiem z butelki, podajesz ją tak, jak jakbyś karmiła dziecko piersią, tyle że butelkę trzymasz równolegle do podłogi pod pachą,. Najlepiej przytulać dziecko do nagiej piersi, aby się od nowa oswajało z takim dotykiem. Im więcej będzie miało bezpośredniego kontaktu skóra do skóry tym lepiej. W nocy przytulaj maleństwo do nagiej piersi, w dzień bujaj, przytulaj, noś, kanguruj, wykorzystuj kontakt skóra do skóry, kąp się razem z dzieckiem.
- Kiedy w laktatorze pojawi się pierwsza kropla mleka, podajesz ją dziecku łyżeczką, strzykawką z drenem, lub specjalnym kubeczkiem, w sposób przedstawiony na tym filmie.
- Jeśli po jakimś czasie dziecko nie będzie chciało chwycić brodawki, pomocne mogą się okazać osłonki / kapturki. Będzie myślało, że nadal ssie smoczek od butelki.
- Możesz także zrobić sobie (Alternatywne metody karmienia, dokarmiania i pojenia wcześniaków, noworodków i niemowląt) SNS lub ewentualnie kupić gotowy. Na tym filmie przedstawiono 4 metody podawania pokarmu. Odradzam korzystanie z butelki CALMA – może zaburzyć odruch ssania jak każda inna butelka.
- Dren wkładasz do osłonki i najpierw podajesz to co odciągniesz, a potem w razie potrzeby mleko dawczyni lub

mm. Jak dziecko zacznie ssać piersi przez osłonki, zacznie pobudzać laktację. Wówczas zwykle pomaga odcinanie osłonki po milimetrze co kilka dni, aby dziecko stopniowo oswajało się z brodawką aż do całkowitej rezygnacji z osłonek i karmienia wyłącznie piersią. Może to potrwać nawet kilka tygodni, w zależności od wieku dziecka i przerwy w karmieniu bezpośrednim, więc nie zrażaj się.

- Przyłącz się do grupy mam ściągających mleko laktatorem aby otrzymać wsparcie.
- Spędźcie w łóżku wspólnie dużo czasu skóra do skóry