

Karmienie piersią po porodzie – doświadczenia własne mam, podziękowanie i moja prośba do was

Zadałam na kilku grupach na [facebooku](#) pytanie:

Powstaje nowy tekst, czego chciałybyście się dowiedzieć przed porodem, a o czym dowiedziałyście się za późno, jakie błędy popełniliście w pierwszym miesiącu życia, a chciałybyście ich uniknąć?

Piszcie – kompendium wiedzy dla przyszłych mam.

mleczne wsparcie

Co przyszła mama powinna wiedzieć o karmieniu piersią

20
STY



Ciąża to okres przygotowań do nowej funkcji, już teraz mamy zastanawiają się nad wyborem sposobu żywienia niemowlęcia. Wybór, którego teraz dokonają i to czy będą w nim trwać, może zaważyć na całym życiu ich dziecka.

Odpowiedzi jakie padły przytłoczyły mnie, w oparciu o te odpowiedzi powstanie więcej niż jeden artykuł co to co się dzieje w szkołach rodzenia, na porodówkach i potem w domach i przychodniach, w szpitalach pediatrycznych, przechodzi wszelkie pojęcie.

Moją intencją jest, aby ta strona stała się miejscem, do którego każda mama będzie mogła zajrzeć po garść rzetelnych informacji. Aby mamy przekazywały sobie ją jak dawniej matki, babki i akuszerki wspierały położnice w początkach macierzyństwa, to co było kiedyś intuicyjne, teraz podparte badaniami, doświadczeniami, widzą stało się nowym standardem.

Chcę aby ta strona stała kompendium wiedzy nie tylko dla mam ale także dla lekarzy. Mam nadzieję, że mi w tym pomożecie, że będzie pisać do mnie, aby to miejsce było dla was czymś więcej niż tylko kolejnym blogiem czy portalem. Abyście poprzez kontakt z nami ją współtworzyły.

DZIĘKUJĘ WAM ŻE JESTEŚCIE, BO TO WY JESTEŚCIE MOJĄ INSPIRACJĄ

MAMY PISZĄ (to tylko niektóre z wielu):

Anna: „Ja bym chciała żeby ktoś mi pokazał w szpitalu jak przystawić dziecko prawidłowo bo musiałam się doszukiwać sama po internecie. Gdyby też ktoś mi wcześniej powiedział, że jak za szybko pokarm leci, to niedobrze bo dziecko nie nadąża łykać, krztusi się i połyka dużo powietrza, co też potem powoduje kolkę – zaoszczędziła bym i dziecku i sobie niepotrzebnego stresu. A tak metodą prób i błędów doszliśmy gdzie tkwił problem, ale dopiero po paru tygodniach! A wystarczyło tylko zmienić pozycję i pod górę karmić...”

Magdalena: „Niby oczywiste, ale nie sądziłam, że podanie butelki w szpitalu uniemożliwi mi kp. Nikt mi nie zaproponował, żeby podać mleko strzykawką/sondą/ kubeczką. Bo faktycznie nie miałam pokarmu, pojawił się dopiero pod koniec 3 doby.”

Milena: „Ja w ogóle nie wiedziałam, że dziecko musi się nauczyć łapania piersi, z wielu artykułów internetowych wynikało że to dla malucha takie naturalne, w końcu już w brzuchu nauczył się ssania, itd. A potem zerk, 2-3 tyg. walki o dobre przystawianie i wysłuchiwanie tekstów, że mała nie może złapać bo mam za

male brodawki...”

Aneta: „myślę, że przyszłe mamy powinny wiedzieć że nie muszą się głodzić w czasie laktacji, ja niby byłam w szkole rodzenia, ale pani tam doradczyni laktacyjna podała nam sporą listę „zakazanych” produktów, potem położne w szpitalu i ta która mnie w domu odwiedziła to samo a nawet jeszcze gorsze bajki, np. że po lodach mam myć i ogrzewać piersi itd itd.. moja koleżanka przestała karmić bo jednym z powodów wg były ograniczenia żywnościowe”

Marta: „Brak jakiegokolwiek pomocy w szpitalu..2 doba a ja cyce jak donice, przerażona że zapalenia się nabawie z płaczem po pomoc a tam kazano wyciskac z całych sił mleko...przeżyłam horror nikt wcześniej nie pow.(czyt.położna,szkoła rodzenia)że może być taki nawał i jak sobie radzić albo że to naturalne i jak postępować.. kolejne to dieta (gdyby nie ta grupa to byłabym do dziś zielona-7m) kolejne-rozszerzanie diety (pielęgniarka na wizycie kazała po 4 mcu i mówiła co wprowadzić) co jeszcze?acha...nikt nie uprzedził że małeństwo może wisieć całymi dniami na cycu załączało się myślenie że się nie najada itp.”

Kamila: „Nie miałam pojęcia, że przez pierwsze dni dziecko pije malutko i często, że przystawiając rozkręca się laktację. W szpitalu pielęgniarki mm przynosiły no, i skoki rozwojowe- na szczęście dowiedziałam się za wczasu. I alergię- byłam przekonana, że albo kp, albo biorę leki na alergię- mądra lekarka uświadomiła mnie, że jedno nie wyklucza drugiego „

Dominika: „Ja myślałam, że to jest tak naturalne, że na pewno sobie dam radę i w ogóle nie czytałam, czego żałuję, bo w efekcie: dziecko spędziło dwie noce beze mnie (pierwsza po cesarce, a druga – bo przecież sobie Pani odpocznie), uwierzyłam w zalecenia 15 minut z jednej piersi, 15 z drugiej i dać butelkę (dobrze, że to było tylko w szpitalu). Do tego

wszystkiego dochodził baby blues, co powodowało, że zalewałam się łzami, jak tylko ktoś sugerował, że coś źle przy dziecku robię. Później mnie męczyło, że na moje narzekania, że nie mogę dziecka na chwilę zostawić i iść się wysikać słyszałam, że przecież muszę uczyć samodzielnego zasypiania i nie mogę być cały czas przy nim (jakoś dałam radę jednak być i raczej nie ma przez to zrytej psychiki). Pierwsze trzy miesiące faktycznie były ciężkie i teraz wiem, że brakowało mi wsparcia typu – leż sobie i go karm, a ja Ci ugotuję obiad.”