Historie nagrodzone w naszym konkursie „Jak wspierasz inne mamy w karmieniu piersią”

Historia Anny

Mnie pomogła mama, ale wiem, że nie wszystkie dziewczyny mają takie szczęście.

Dziewczyna na funpagu o karmieniu piersią dostała zalecenie od pediatry, że z powodu małych przyrostów (20g na miesiąc) ma dokarmiać mm. Dziewczyna bardzo chciała kp. Inne forumowiczki zaczęły jej doradzać ściąganie laktatorem i podawanie butelką. Dziewczyna załamana zaczęła próbować takiego sposobu. Ja zaproponowałam kontakt w poradni laktacyjnej w celu sprawdzenia wędzidełek. Jednak dziewczyna powiedziała, że dziecko miało sprawdzane wędzidełka i, że jest wszystko w porządku. Nie ma problemu z ssaniem ani z obniżonym napięciem mm. Zasugerowałam zbyt płytki chwyt. Dziewczyna sama zaproponowała wysłanie mi filmiku. Zgodziłam się. Faktycznie zbyt płytko, dziecko tylko ciumkało końcówkę brodawki i bardzo przy tym mlaskając. Nosek nawet nie dotykał piersi. Wysłałam jej filmik jak moja córka ssie. Podałam kilka stron jak korygować głębokość chwytu i jak prawidłowo przystawiać. Dziewczyna zaczęła walkę. Każdy ciumkający chwyt korygowała. Po tygodniu mi powiedziała, że przyrost w tydzień 170g. Tak się pozytywnie nakręciła, że zachciało jej się wreszcie żyć. Uwierzyła w siebie. Zaproponowałam, żeby zważyła znowu za tydzień, ale ona nie wytrzymała. Zważyła po 5 dniach. W te kolejne 5 dni przybrała już 205g. Serdecznie mi dziękowała i powiedziała, że będzie polecać mnie innym.

Panią Annę zachęcamy do wzięcia udziału w szkoleniu

organizowanym przez Centrum Nauki o Laktacji – Promotor Karmienia Piersią.

Historia Marty

Jestem lekarzem, pół roku temu zaczęłam specjalizacje z medycyny rodzinnej. Po godzinach jestem mamą karmiąca dwulatka Od 3 dni samodzielnie przyjmuje dzieci w poradni, jak tylko usłyszałam,ze mam iść leczyć dzieci byłam przerażona, ale myśl, że będę mogła promować karmienie naturalne strasznie mnie ucieszyła Dopiero zaczynam moje „mleczne wsparcie",ale daje mi to niesamowitą radość i spełnienie!

Historia Pauliny

Chciałabym podzielić się tym jak wspieram mamy karmiące piersią na początku tej trudnej, ale bardzo owocnej drogi. Jako lekarz Pediatra mający podstawy do tego, zachęcam wszystkie moje znajome do karmienia piersią, polecam ten sposób żywienia dzieci jako jedyny i najlepszy w pierwszych 6 miesiącach życia i polecam jak najdłuższe, a przynajmniej do ukończenia 1 roku życia dziecka karmienie piersią. Obecnie przebywając na urlopie macierzyńskim korzystam z wielu portali na facebooku gdzie mamy karmiące piersią wspierają się i dzielą pomocnymi radami, aby jak najdłużej utrzymać laktacje i nie zrażać się mimo niepowodzeń, ale próbować karmić piersią. Mogę wspomnieć tu o moich początkach karmienia piersią, były one dość trudne, ale mimo małej wagi urodzeniowej mojej córki od początku karmiłam piersią, nie dokarmiałam jej mlekiem modyfikowanym chociaż na początku mogły być do tego przesłanki, bo miała niską wagę urodzeniową, na szczęście odrobiłyśmy spadek fizjologiczny masy ciała w szpitalu, dzięki częstym karmieniom i przystawianiu do piersi, pierwsze dni i noce po porodzie w szpitalu były ciężkie, godziny spędzałyśmy na karmieniu,

dzięki temu obecnie karmie tylko piersią moja córka przybiera na wadze prawidłowo, dlatego będę starała się kontynuować wyłączne karmienie piersią do 6 miesiąca jej życia,a potem będę wprowadzała nowe pokarmy. Bardzo ważne jest żeby nie rezygnować już na początku, pamiętając o dobru jakie niesie karmienie piersią dla naszych dzieci.

Panią Martę i panią Paulinę zapisujemy do naszej bazy lekarzy polecanych mamom karmiącym piersią.

Zachęcamy też do rozważenia wzięcia udziału w zaczynającym się we wrześniu kursie Certyfikowanego Doradcy Laktacyjnego oraz Międzynarodowego Certyfikowanego Konsultanta Laktacyjnego.

ZDJĘCIE W NAGŁÓWKU: http://childbirthconcierge.com/

Położna Dorota Hałaczkiewicz – mój anioł

Wpis bardzo, bardzo osobisty, bo dotyczy mojej położnej, moich porodów i wsparcia jakie ja otrzymałam.

Chciałabym wam napisać o kimś niezwykłym, o mojej położnej, Jest cudowną położną, jakich szukać ze świecą, prawdziwa położna z powołania, ma do niej bezgraniczne zaufanie. Życzę wam żeby wasze położne była takie jak moja.

A to historia moich porodów:

ROK 2008

Rodziłam w Szpitalu im. Kopernika w Łodzi z cudowną położną panią Dorotą Hałaczkiewicz (przed porodem odwiedziłam oddział i wszystkiego się dowiedziałam, żeby być gotową). Przygotowałam też plan porodu, ponieważ wówczas to było uznawane jako fanaberia (bo przecież tego nie da się zaplanować), więc wpięłam go do karty ciąży, aby personel mógł przeczytać. Swój poród wspominam naprawdę rewelacyjnie.

Do szpitala przyjechałam 21.10 ok. 19 z bólami w podbrzuszu co 4 min. Położna mnie zbadała, szyjka prawie zgładzona, niescentrowana, rozwarcie trochę ponad 1 palec. Odesłałam wiec męża do domu, bo do rana miało się nic nie zdarzyć, jednak bóle się nasilały i poszłam pod prysznic, ok. 23 szyjka była całkowicie zgładzona i częściowo scentrowana. Próbowałam sobie radzić z bólem. Około 1 w nocy bóle stały się nie do zniesienia, poszłam po raz kolejny pod prysznic, przynosił ulgę pomiędzy bólami, które były już co 3min, ale w szczycie nic. Szyjka była całkowicie zgładzona, potem o godz. 2 była już prawie na 2 palce, i pani Dorota w badaniu KTG i brzucha stwierdziła skurcze. Pod koniec każdego miałam mdłości 2-3x torsje. Od 2-3 balansowałam na piłce, o 3 rozwarcie przekroczyło 2 palce, zdecydowałam się na lewatywę, zadzwoniłam po męża i całe szczęście. Po lewatywie poszłam jeszcze pod prysznic. Później położyłam się na worku sako, dostałam od położnej ciepły termofor na brzuch, ok. 4 nad ranem moje rozwarcie osiągnęło 3 palce przyjechał mąż, potem poszło bardzo szybko, ok. 4:45 odeszły mi wody przy pełnym rozwarciu. Położna i mąż przekonali mnie żebym wstała i oparła się o stół porodowy, zaczęły się skurcze parte, po kilku skurczach pomogli mi wejść na stół. Rodziłam w pozycji kolanowo-łokciowej, z ochroną krocza i udało się, o 5:20 na świat przyszła Martynka i trafiła na mój brzuch. APG:10, 3250g, 54cm długości, nie pękłam i nie byłam nacięta, w zasadzie od razu po porodzie normalnie funkcjonowałam.

Poczekaliśmy, aż przestanie tętnic pępowina, wówczas została zaciśnięta i mąż z dumą ją przeciął. Położna cały czas mówiła, jak oddychać, kiedy nie przeć, dostałam naprawdę olbrzymie wsparcie.

Niestety, mała po 10-15 minutach została zabrana na wszelkie szpitalne czynności, a ja nie miałam siły walczyć i poddałam się temu. Dostałam ją godzinę po porodzie, bo mąż po nią poszedł, nikt sam z siebie nie zapytał, czy przynieść dziecko. Była już wymyta i w kokonie. Na oddziale noworodkowym robiono wszystko przy dziecku, chyba aż za dużo.

Co do karmienia jeszcze, ponieważ wiedziałam, że w Koperniku dzieci są dokarmiane, więc od pierwszej nocy miałam Malutką przy sobie, odwoziłam ją tylko na przewinięcie, i zaraz położne mi ją przywoziły. Nawet pierwszą noc spędziła ze mną ku zdziwieniu położnych. Jedna położna zmasakrowała mi pierś, kazała masować, żeby pomóc dziecku. Oczywiście, położne swoje, a jak wychodziły z sali ja wracałam do wiedzy ze szkoły rodzenia. Kiedy mała nie chciała się uspokoić, a w szpitalu 27 st.C, zaproponowały dopojenie glukozą, dzielnie podałam pierś i Malutka usnęła.

Teraz może trochę to uporządkuję:

Przygotowałam plan porodu, szpital został wybrany świadomie, z pomocą strony fundacji Rodzić po ludzku, zależało mi żeby były szanowane prawa pacjenta i mamy, ochrona krocza i dogodna pozycja.

Chociaż wspominam cały ten okres cudownie i lepiej niż mogłabym sobie wyobrazić, nie było idealnie, bo mała nie mogła zostać ze mną te 2 godziny po porodzie, bo została umyta, bo sama musiałam pilnować, aby jej nie dokarmiano, ale nikt mnie nie popędzał, wszyscy czekali na naturalny rozwój wypadków, każda interwencja medyczna podczas porodu, a także po nim, była konsultowana ze mną, zapytano czy chce szczepić i podać witaminę K. Jeśli miałabym jeszcze rodzić w szpitalu, to na

pewno w żadnym innym szpitalu, bo chyba nie umiem zaufać innej położnej, na szczęście nie muszę i teraz mogę sama decydować o procedurach, przebiegu porodu i połogu, karmieniu i myciu, bo mogę urodzić w domu, z tą samą położną, a to jest bezcenne.

Poród mojej pierwszej córki był najcudowniejszym momentem mojego życia, dzięki tak cudownej opiece położnej odważnie patrzę w przyszłość, odważnie patrzę na kolejne ciąże porody, bo wiem że jestem w najlepszych rękach, które zapewnią mi najlepsze wsparcie w tych wyjątkowych chwilach. W Chwilę po porodzie, kiedy Mała była u mnie na brzuchu z radością zapytałam męża kiedy następne i z niecierpliwością czekałam na moment naszej wspólnej gotowości i wskazanie II kresek na teście ciążowym.

ROK 2010

Nasza druga wspólna ciąża, planowaliśmy poród domowy i od pierwszych chwil się nastawiałam, że to nastąpi, niestety, poroniłam w 8 tyg i wtedy była ze mną moja położna, wspierała mnie, doradzała, dzięki niej nie zdecydowałam się na łyżeczkowanie, tylko czekałam aż macica sama się oczyści i tak się stało, tydzień później USG pokazało że jest idealnie, czekałam na spadek hCG aby móc znów próbować.

ROK 2011

W 3 lata po pierwszym pozytywnym teście po raz 3-ci byłam w ciąży i moja położna z nami. Wspierała mnie cały czas, cały czas też przygotowywałam się i robiłam wszelkie niezbędne badania niezbędne do porodu domowego, który miałaby oczywiście PRZYJĄĆ Dorota. Na miesiąc przed porodem omówiłam plan porodu.

Mój lekarz mówi: „że jeśli nie czynimy gwałtu na naturze, ona nie czyni gwałtu na nas”

Miesiące mijały wszystkie wyniki były idealne, ale przyczyny obiektywne, sprawiły że pomimo tego, musiałam urodzić w

szpitalu. Skurcze przyszły w sobotę rano, kiedy moja córka przyszła na poranne mleczko, mąż napościł wody do wanny i się relaksowałam, moja mama przyjechała po córkę była godzina 9:30, piętnaście minut później poprosiłam męża żeby zadzwonił do położnej, chociaż skurcze były regularnie nieregularne 2 skurcze co 1,5 min i potem 8 min przerwy, to kiedy wychodziłam z wanny były już regularne co 5 min i tak przez cała drogę do szpitala, kiedy schodziłam z izby przyjęć były co 3 min, a na sali o 10:40 co 2 min. Położna podłączyła KTG, a ja bujałam się na piłce schodząc na czworaki kiedy przychodził skurcz, wody nie odeszły, nikt nic nie przyspieszał, o 11:35 rozpoczęła się II faza porodu 5 min później wraz z workiem owodniowym w czepcu, urodziła się moja młodsza córka, Dorota dbała o to żeby każdy punkt był spełniony, zadbała o miła atmosferę, muzykę relaksacyjną. Nikt nic nie robił wbrew mojej woli, wszyscy byli mili i radośni. Pomimo, że troszkę pękłam, były to cudowne chwile, a 6 godzin później wyszłam do domu z moją córka. Kilka dni później Dorota przyszła aby pobrać próbkę krwi na fenyloketonurię, badanie przesiewowe wykonywanie rutynowo w szpitalu.
Kiedy lekarz chciał podać żelazo, na anemie fizjologiczna i antybiotyki na małe przyrosty (sugerując zapalenie płuc, odesłała mnie do Magdy Karpienia z La Leche League, uznając że ona da mi lepsze wsparcie laktacyjne, nie uważała się za osobę wystarczająco kompetentną w tej dziedzinie, wiedząc ze ktoś to zrobi lepiej)
Kiedy po prawie 5 latach kp dopadło mnie rozległe zapalenie piersi, kazała natychmiast przyjechać i skonsultować to z konsultantka IBCLC – Irenką Staśkiewicz, dzięki której od razu dostałam dobre leczenie antybiotyczne i szybko stanęłam na nogi bogatsza o nowe doświadczenie.
Mogłam do niej dzwonić z każdym problemem, a dziś wspiera mnie w mojej decyzji pójścia na położnictwo.

Dorota była mi położna i doula w jednym

Dziękuję Doroto za to, że jesteś moim Aniołem, że byłaś przy mnie i wspierałaś

w każdej chwili mojego macierzyństwa.
Dziękujemy Ci wszyscy czworo
W raz z dziewczynkami,
którym pomogłaś przyjść na świat

archiwum prywatne

Źródła:
http://instytutpoloznej.pl/eksperci/page/2

Zdjęcie w nagłówku:
fot. Marcin Wojciechowski

Mama karmi alergika – historie mam – cz.2

Historia Julka i jego mamy Martyny

Objawy zapalenia skóry wystąpiły u mojego dziecka w wieku 4,5 miesiąca (dzień po drugiej dawce szczepień). Z dnia na dzień skóra stawała się coraz bardziej czerwona, nie tylko w zgięciach, ale też na brzuchu, nogach i rękach. Węzły chłonne były bardzo powiększone. W najcięższym okresie zmiany skórne obejmowały 80% powierzchni ciała.
Lekarze, do których trafiłam w tym okresie nie byli zbyt pomocni (przepisywali maści ze sterydami, emolienty o koszmarnym składzie i kąpiele, które tylko pogarszały stan skóry, a w związku z tym, że już byłam na diecie bezmlecznej i bezglutenowej nie sugerowali dalszych ograniczeń).
Dużo czytałam o alergiach i AZS, aż w końcu trafiłam do grupy na Facebooku, gdzie zaopiekowała się naszym przypadkiem Emilia Zasugerowała wizytę u swojego alergologa oraz restrykcyjną dietę eliminacyjną i zmianę probiotyku. Przez 4 tygodnie jadłam tylko wskazane produkty (wieprzowinę, kaszę jaglaną, buraki, oliwę, sól) i piłam tylko wodę. Wszystko zawsze tej samej marki, z tego samego sklepu, produkty ekologiczne. Zaczęłam prowadzić bardzo szczegółowe notatki dotyczące posiłków, przebiegu dnia, stosowanych leków itp.
Po chwilowym pogorszeniu skóra zaczęła wyglądać dużo lepiej, aż objawy prawie całkowicie ustąpiły. Co ciekawe, na tej diecie ja sama czułam się bardzo dobrze.

> *<Często, pierwszym objawem po wprowadzeniu diety eliminacyjnej jest pogorszenie stanu skóry dziecka, związane uwalnianiem toksyn zgromadzonych w organizmie mamy.>[I]*

Powoli zaczęłam rozszerzać swoją dietę i niestety produkty, które powszechnie uznawane są za bezpieczne u nas z miejsca odpadły (marchew, dynia). Kilka razy musiałam wracać niemalże do punktu wyjścia, ale odkryłam wiele nowych, zdrowych alternatyw. Zaczęłam zwracać większą uwagę na pochodzenie żywności.
Choć dziecko skończyło już 6 miesięcy wstrzymałam się z rozszerzaniem jego diety aż do 8 miesiąca życia. Stopniowo wprowadzałam do diety dziecka produkty z mojej diety, na które nie było reakcji alergicznej. Niestety metoda blw nie sprawdziła się w naszym przypadku (kontakt jedzenia ze skórą powodował reakcję).
Od rozpoczęcia diety eliminacyjnej minęło pół roku i ewentualne pogorszenia występują już na zaledwie 5% powierzchni ciała. Równocześnie z dietą zmieniłam sposób pielęgnacji, prowadziłam profilaktykę antyroztoczową i w dużej mierze zrezygnowałam z chemii w domu.
Kiedyś denerwowało, a teraz bawi mnie współczucie okazywana przez niektórych, że np. nie mogę zjeść czegoś „pysznego” np. ciasta z cukierni

Martyna mama Julka

[I] – przypis redaktora

OPISZ SWOJĄ HISTORIĘ

Imię i nazwisko(required)
Email(required)
Temat
Komentarz(required)
Submit

Δ

Karmienie piersią po porodzie – doświadczneia 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.

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 intencja 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, ze 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, ze podanie butelki w szpitalu uniemożliwi mi kp. Nikt mi nie zaproponował, żeby podać mleko strzykawka/ sonda/ kubeczkiem. 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 internetow ych wynikało ze to dla malucha takie naturalne, w końcu już w brzuchu nauczył się ssania, itd. A potem zonk, 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 jakiejkolwiek pomocy w szpitalu..2 doba a ja cyce jak donice, przerazona ze zapalenia sie nabawie z płaczem po pomoc a tam kazano wyciskac z całych sił mleko…przezyłam horror nikt wczesniej nie pow.(czyt.położna,szkoła rodzenia)ze moze byc taki nawał i jak sobie radzic albo ze to naturalne i jak postępować.. kolejne to dieta (gdyby nie ta grupa to byłabym do dziś zielona-7m) kolejne-rozszerzanie diety (pięlegniarka na wizycie kazała po 4 mcu i mowiła co wprowadzic) co jeszcze?acha…nikt nie uprzedził ze maleństwo moze wisiec całymi dniami na cycu załaczało sie myślenie ze sie nie najada itp.”*

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