

4 BODY, které musíme matce sdělit ještě v porodnici

MGR. JITKA POKORNÁ

POKORNA.JITKA@GMAIL.COM

Co je základem
úspěšného kojení?

Správné přísátí

1. bod- Správné přisátí

- Čím lepší je přisátí dítěte, tím více mléka dítě dostane.
- Čím více mléka dítě dostane, tím je menší pravděpodobnost, že dítě bude třeba dokrmovat.
- Čím lepší přisátí, tím je menší pravděpodobnost, že dojde k poškození bradavek. Bolestivé kojení může vyústit v „potřebu“ dokrmování.

Pokud dítě uchopí pouze bradavku



Když se dítě přisaje správně na celý dvorec.



http://nbc.ca/index.php?option=com_content&view=article&id=424:squeezing-nipple-demonstrating-difference-between-poor-latch-slvk&catid=32:video-clips-slvk&Itemid=69

Co je správné přisátí?

- Ústa dítěte jsou ze široka otevřená
- Vrchní a spodní rty jsou vyhrnuté ven
- Jazyk je stočený okolo bradavky a dvorce
- Brada dítěte se dotýká prsu
- Nos dítěte se prsu nedotýká
- Dítě pokrývá více dvorce spodním rtem než vrchním
→ více dvorce je vidět shora než zdola
- Tváře nepropadají, jsou při sání plné
- Není slyšet cumláni

Bradavka přejíždí po horním rtu



Dítě doširoka otvírá ústa



Otevřená ústa - přiložení



Úplné přitáhnutí



Správné přisátí



Hledejte rozdíly

TRADIČNÍ



ASYMETRICKÉ



V čem je lepší asymetrické přisátí?

- Bradavka je chráněna patrem dítěte – matku sání nebolí
- Brada efektivně tlačí na mléčné sinusy
- Vytváří se silnější podtlak a dítě tak lehčeji získává mléko a lépe tak vyprazdňuje prs.
- Dítě dokáže lépe regulovat tok mléka.

Nesprávně přisáté dítě

- Získává mléko jen tehdy, je li tok mléka dostatečně rychlý a intenzivní.
- Matce se může dařit kojit dítě i přes to, že dítě je špatně přisáté a to jen proto, že má více jak dostatek mléka.
- Ale pozor! Neznamená to, že tvorba mléka zůstane stále dobrá, velmi často dochází časem k poklesu tvorby.

2. Bod – Správná poloha

- Příčná poloha je pro většinu žen nejjednodušší:
- Dlaň ruky je pod tváří dítěte, dítě přikládá celou paží (jako na podnose).
- Bradavka směřuje k hornímu rtu dítěte.
- Matka přejeđe bradavkou po horním rtu dítěte a nebo horním rtem dítěte přes bradavku.
- Počká až dítě zešíroka otevře ústa a přitáhne dítě na prs.
- Matka přitahuje dítě k prsu celým předloktím
- Tělo dítěte je těsně přitlačováno k tělu matky celým předloktím
- Celé tělo je podepřené a nohy dítěte obtočené okolo těla matky
- Matka tlačí loktem na zadeček dítěte a zápěstím tlačí mezi lopatky dítěte – dítě tak vytvoří mírný záklon hlavy, brada tlačí do prsu, nos se prsu nedotýká – asymetrické přísátí

Správná poloha matky

- Poloha v sedě:
- Matka by se měla cítit uvolněná
- Matka by neměla sedět na kraji nemocniční postele (je příliš vysoká, nemůže si opřít nohy , ruce ani záda)
- Měla by sedět rovně s dobře podepřenými zády.
- Trup směřuje mírně dopředu, pánev je v ose těla.
- Matka se má cítit pohodlně – nebolí ji záda ani ramena.
- Poloha v leže:
- Na boku – dobrý polštář, spodní rukou se nepodpírá, vrchní přidrží záda dítěte, pánev posunutá vzad (prostor pro dítě)
- Na zádech – podložit záda matky, aby viděla na dítě

Vzájemná poloha matky a dítěte

- Hlava, trup a končetiny dítěte je velmi těsně u matčina těla
- Poloha není úplně břicho na břicho, ale ta, že dítě směřuje mírně zdola (oční kontakt)
- Tělo dítěte je v jedné linii (ucho, rameno, kyčel)
- Mezi matkou a dítětem, není žádná překážka

Dlaň ruky pod tváří dítěte



Nachýlení směrem nahoru



Tělo dítěte v jedné linii



Správná příčná poloha



- Dítě na předloktí
- Nachýlené směrem nahoru
- Tělo v jedné linii
- Tělo přilnuté k tělu matky
- Prsty matky pod tváří dítěte
- Asymetrie

Správná příčná poloha



- Matka tlačí na zadeček dítěte loktem
- Zápěstím mezi lopatky

Chybné držení prsu a vzájemná poloha matky a dítěte



- Nůžkový úchop prsu
- Vychýlení těla dítěte do strany
- Chybí asymetrie – nos zabořen v prsu, brada netlačí na sinusy
- Tělo není v jedné linii

Samopřisátí - Prevence problémů s přisáváním



3. Bod Pozorování sání dítěte

- Jak zjistím, že dítě opravdu získává mléko?
- → Pozorováním dítěte na prsu mohu zjistit, zda opravdu mléko z prsu získává
- Sleduji zda dítě pije s tzv. PAUZAMY
 - Ústa široce otevřená- pauza – zavírání úst
 - Dítě široce otevře ústa do nejširšího bodu a těsně před tím, než ústa zase zavře, je možné vidět pauzu v pohybu brady = plná ústa mléka
 - Brada zůstává pokleslá, během toho jak se ústa plní mlékem (podobné pití ze slámky)
 - Čím déle trvá pauza- tím více mléka dítě vypije

Viedoukázka:

http://www.nbc.ca/index.php?option=com_content&view=article&id=417:good-drinking&catid=6:video-clips&Itemid=13

4. Bod: Stlačení prsu

- Důvod pro stlačování:
- 1. Kojení v prvních dnech po porodu
- 2. Časté a dlouhé krmení
- 3. Bolestivé bradavky
- 4. Opakující se ucpané mlékovody
- 5. Spavé dítě nebo dítě, které se chce jen upokojit na prsu
- 6. Nízký přírůstek na hmotnosti
- 7. Kolika kojeného dítěte

K čemu stlačování slouží?

- Zabezpečuje tok mléka - zvyšuje intenzitu toku mléka.
- Stlačení prsu simuluje spouštěcí reflex.
- Zabezpečuje to, aby dítě dostalo dostatek mléka, zvyšuje množství mléka, které dítě přijme
- Zkracuje dobu krmení

Stlačení prsu



http://nbc.ca/index.php?option=com_content&view=article&id=414:baby-28-hrs-old-baby-led-mother-guided-latching-slvk&catid=32:video-clips-slvk&Itemid=69

Jak správně prs stlačovat?

- Dítě držte jednou rukou
- Prs držte druhou rukou, palec je umístěn na jedné straně prsu, ostatní prsty na druhé straně, daleko od bradavky. Neklouzejte prsty směrem dítěti, prsty zůstávají na jednom místě, jen stlačujte.
- Sledujte zda dítě pije
- Stlačujte jen tehdy pokud dítě saje, ale nepije (nevidíte pauzu v bradě)
- Pokud dítě přestane sát, tlak na prs uvolněte. Dítě často začne opět sát, když tlak uvolníme. Pokud dítě nepije jen saje, opět stlačíme prs.
- Pokračujte stále na té stejné straně až do té doby, než dítě přestane pít i po stlačování prsu. (Nedávat dítě hned na druhý prs, občas se spustí další spouštěcí reflex a dítě samo začne pít).
- Pokud dítě nechce prs i přesto, že stlačujeme, ale pokud chce ještě mléko, nabídneme mu druhý prs a v případě potřeby postup opakujeme.

4 body: Shrnutí

1. Správné přisátí
2. Správná poloha
3. Skutečné pití mléka – pozorování kojení (pauza v bradě)
4. Stlačení prsu

Pokud umíme zhodnotit kojení

.....nemusíme se zabývat tím :

Jak dlouho dítě pije z jednoho nebo z druhého
prsů.

Zda dítě pije z jednoho nebo z obou prsů.

Kolik mléka dítě vypije při jednom kojení.

Jak často se dítě dožaduje kojení.

Nebo jaký tvar bradavek má matka.

Děkuji za pozornost

The background features a gradient from light green at the top to a darker green in the middle, and then to an orange-red at the bottom. A series of thin, white, curved lines sweep across the lower half of the image. Faint, stylized botanical illustrations, including leaves and a flower-like structure, are visible in the bottom corners.