

PRIHOD IZ PORODNIŠNICE DOMOV

Kot vaša patronažna medicinska sestra vam želim, da bi prvi dnevi in tedni vašega skupnega življenja tekli mirno. Če se pojavi problem ali imate vprašanja, sem tukaj zato, da vam pomagam. V pomoč za lažjo orientacijo glede dojenja in otrokovega napredovanja **v prvih tednih** je spodaj naštetih nekaj osnovnih dejstev, ki vam bodo v pomoč.

Mokre plenice najmanj 6x dnevno

Odvajanje blata najmanj 3x dnevno

8 -12 podojev dnevno v prvih 2-3 mesecih

Znaki učinkovitega sesanja, dobrega hranjenja

- Občutek močnega vleka v globini dojke, neboleče.
- Vztrajno, enakomerno sesanje s kratkimi pavzami.
- Slišno požiranje (po določenem času, ko se začne mleko izcejati iz dojke – običajno po pol minute hitrejšega sesanja, lahko prej).
- Otrok se pristavi brez težav, za mamo sesanje ni boleče.
- Običajno otrok intenzivno sesa 15 do 20 minut, nato sesanje postaja počasnejše, z več premori.
- Sit otrok sam spusti dojko in ne kaže več želje po sesanju.
- Po podoju sta dojki običajno mehkejši, manj polni.
- Zadostna količina mokrih plenec dnevno in dovolj pogosto odvajanje blata sta tudi znak primerne vnosa mleka.
- Otrok pridobi porodno težo običajno v 2 tednih, najkasneje pa v 3 tednih, nato pa okrog 20 gramov ali več dnevno.

Znaki neučinkovitega sesanja, možno je, da otrok dobi premalo mleka.

- Dojenje je boleče.
- Zaspan otrok.
- Neenakomerno, nemirno in plitko sesanje.
- Otrok se težko pristavi k prsim, dojko pogosto spušča in ponovno išče, je nemiren.
- Sliši se cmokanje in tleskanje v otrokovih ustih, ne sliši pa se požiranja.
- Izredno dolgi podoji ob vsakem obroku (več kot pol ure na vsaki strani).
- Otrok se ne zbuja za hranjenje vsaj vsake tri ure, doji se redkeje.
- Več kot 12 podojev v 24 urah vsak dan tudi lahko kaže na težavo.
- Otrok na koncu podoja ni umirjen in ni zadovoljen.
- Pri materi se pojavljajo zastojne dojke (polne, boleče prsi z zatrdlinami).
- Ni dovolj polulanih in pokakanih plenec.
- Otrok počasi pridobiva na teži, ne doseže porodne teže najkasneje do 3. tedna starosti in potem pridobiva manj kot 20 gramov dnevno.

Povzeto po: „Lactation Education Resources“.

Navodila je dovoljeno kopirati.

Informacije v navodilih so namenjeni splošnemu pouku o določenem problemu, niso pa mišljena kot nadomestek za svetovanje strokovnega delavca. V primeru kakršnekoli zdravstvene težave, materine ali otrokove, vedno poiščite nasvet zdravnika.

Nikdar ne opustite zdravnikovih navodil zaradi informacije, ki ste jo prebrali v zgornjih navodilih.