



Лактация и еще раз лактация

Лучшее, что вы можете дать своему ребенку, – это материнское молоко

Ведь это не только идеальное питание для малыша. Это еще и защита от инфекций и профилактика многих болезней. Это путь воспитания любовью, продолжение пуповинной связи матери и ребенка.

По инициативе Всемирной организации здравоохранения ежегодно с 1 по 7 августа во всем мире проводилась «Неделя поддержки и поощрения грудного вскармливания». Ее цель – информировать женщин о пользе кормле-

ния грудью для здоровья ребенка, его дальнейшего нормального развития.

Преимущества грудного молока для ребенка: легко усваивается, обладает уникальными питательными свойствами; способствует гармоничному росту и развитию; снижает риск развития диатеза, рахита и анемии; содержит широкий спектр антимикробных, противовоспалительных и живых клеток, которые защищают его и способствуют развитию защитной системы малыша; дети, которые длительно получали грудное молоко, реже болеют во взрослом возрасте астмой, диабетом, атеросклерозом.

Преимущества кормления грудью для мамы: профилактирует послеродовую депрессию; предупреждает послеродовые кровотечения; предупреждает риск развития рака молочной железы (в 28% случаев); снижает риск развития гипертензии после родов; профилактирует развитие остеопороза.

Что необходимо для успешного кормления малыша? Настройтесь на кормление. Создайте спокойную обстановку. Выключите телевизор и отложите телефон. Посвятите это время общению с малышом. Выпейте стакан горячего напитка, если вам

ПОЧЕМУ ВАЖНО КОРМИТЬ РЕБЁНКА ГРУДЬЮ?

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ ГАУЗ СО «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» 620144, г. Екатеринбург ул. 8 Марта 78а/2, profilaktica.ru

это необходимо. Кормите в удобной для вас позе. Не напрягайте спину, под ноги лучше поставить пуз или стульчик. Расслабьтесь. А теперь правильно распо-

ложите ребенка у груди, чтобы он смог хорошо ее захватить, ведь он еще так мал, что не может сам при-

нуть удобное положение. Следуйте этим несложным советам и у вас все получится!

Арамильская городская больница

- ♥ Предупреждает послеродовые кровотечения
- ♥ Предупреждает невротические реакции, способствует налаживанию дружных и прочных отношений в семье
- ♥ Помогает избежать новой беременности в первые месяцы после родов
- ♥ Снижает риск развития злокачественных новообразований молочной железы и яичников



profilaktica.ru

ТОП-5 советов успешного грудного вскармливания



Какие есть секреты у ГВ?

1. Прикладывайте малыша к груди так часто, как он об этом просит, и не ограничивайте время сосания. От количества прикладываний и их продолжительности напрямую зависит количество вырабатываемого молока.

2. Постарайтесь приложить малыша к груди после рождения: желательно в период золотого часа – первые 60 минут.

3. Не предлагайте малышу для сосания пустышки, бутылочки.

4. Кормите малыша ночью так же, как и днем, ориентируясь на его потребности в прикладывании к груди.

5. Обычно 6 месяцев ребенок не нуждается в дополнительном питье и питании, кроме грудного молока.

Без боли и отлучения от груди

Рассказываем, как сохранить лактацию и избежать неприятных ощущений

Почти все мамы сталкивались с тем, что во время кормления грудью на сосках появлялись трещины. И только женщина знает, как это больно.

Для профилактики трещин сосков в период кормления грудью при кормлении меняйте по-

ложение – лежа, сидя и так далее. Ограничите время сосания, ориентируясь на активность малыша. Следите за правильностью прикладывания ребенка к груди, контролируя глубокий захват околососкового кружка (ареолы). Радиус захвата ареолы должен быть не менее 2,5 см. Именно в этом случае вы избежите травм соска и возможных застоев молока в молочной железе. Правильно вынимайте сосок у ребенка (не вынимайте его при наличии сжимающего усилия, необходимо, чтобы ребенок сам отпустил сосок, открыв рот). Используйте специальные крема для заживления трещин и ран. Регулярно восполняйте водный баланс. Носите специальное хлопчатобумажное белье.

ВНИМАНИЮ ГРАЖДАН, ИМЕЮЩИХ ПРАВО НА ЛЬГОТНОЕ ЛЕКАРСТВЕННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ!



Подумайте!
Сможет ли денежная компенсация обеспечить Вам полноценное лечение?

По законодательству Российской Федерации
до 1 октября 2025 года

гражданам, имеющим право на обеспечение льготными лекарствами в рамках федеральной программы, необходимо принять решение

о сохранении или об отказе от права на пакет социальных услуг в 2026 году.

Сохранение социального пакета защитит

от дополнительных расходов на лекарства, затраты на которые могут превышать доходы.



При отказе от социального пакета

Вы теряете право на бесплатное получение льготных лекарств.



Лекарственные препараты предоставляются бесплатно

в рамках перечня жизненно необходимых и важнейших лекарственных препаратов (ЖНВЛП).

Обратите внимание!

Граждане, отказавшиеся от льготного лекарственного обеспечения, могут изменить свое решение до 1 октября 2025 года, обратившись с заявлением на получение пакета социальных услуг в 2026 году одним из способов:

- лично в Многофункциональный центр Свердловской области (МФЦ);
- лично в отделение Социального фонда по месту жительства;
- подать электронное заявление через личный кабинет на сайте Социального Фонда России;
- оформить электронную заявку на портале Госуслуг через личный кабинет.

