

Основные трудности при грудном вскармливании

1

Боль

Грудное вскармливание не должно причинять вреда. При появлении трещин или стойкого воспаления можно использовать соответствующие накладки на соски (обычно большого размера) и принимать противовоспалительные средства.



накладки на соски

Раннее посещение акушерки или группы медсестер может помочь устранить причину и принять соответствующие решения.

2

Ребенок с трудностями при сосании

Если ребенок с трудом захватывает грудь, если он засыпает во время кормления грудью, он постоянно отпускает грудь, вызывая боль.



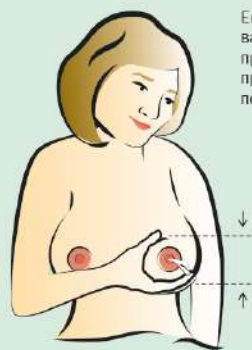
Экстракция молока

Тем временем для ребенка можно сцеживать грудное молоко или может потребоваться добавление сухого молока.

3

Добыча молока требует помощи и средств

Если вы беспокоитесь, что у вас мало молока или оно пропадает, возможно, придется сцеживать его с помощью молокоотсоса.



МОЛОКООТСОС

Вы можете запросить молокоотсос в виде кредита или аренды (они дорогие и не все полезны) и узнать, как правильно им пользоваться, с помощью акушерки или группы поддержки грудного вскармливания.



ENCUENTROS DE APOYO, de octubre a junio, entre las 5 y las 7:30 de la tarde. A los que puedes acudir con las/os niñas/os.

1er viernes - GUJÓN:

LOCAL ASOCIACIÓN AMAMANTAR
C/ Puerto Cerrado nº8, bajo (puerta morada)

3er viernes - OVIEDO:

Hotel de Asociaciones Santullano, Sala 1.
C/ Fernández Ladreda, 48
(frente al C.C. Los Prados)

ATENCIÓN PERSONALIZADA Y GRATUITA

Solo con cita previa por web, el calendario de citas se abre cada domingo para la semana inmediatamente siguiente.

AVILÉS: Punto de Apoyo en Asociación de Vecinos "El Camín",
C/ Bernardino Guardado, 19 - Bajo posterior

GUJÓN: Punto de Apoyo en C/ Puerto Cerrado, 8 - bajo (puerta morada)

OTROS TELÉFONOS INFORMACIÓN / CONSULTAS

Teléfonos de otros grupos de apoyo en Asturias:

GUJÓN: Natalia 606 64 67 07

Lactamor (**zona Occidente**): Clara 617 277 079

AVILÉS: Ana Ardura 686598489

CANGAS DE ONÍS: Amparo (tardes) 620 12 86 66

Grupo de apoyo ante pérdidas perinatales:

Asociación Brazos Vacíos

Email: asociacionbrazosvacios@gmail.com

Colabora



Principado de Asturias

Consejería de Salud



Estrategia de Salud de las Mujeres de Asturias

www.astursalud.es - Lactancia materna
www.astursalud.es/noticias/noticias/lactancia-mater-2

Financia



INSTITUTO ASTURIANO DE LA MUJER

www.amamantarasturias.org
amamantarasturias@hotmail.com
C/ El Laurel 12, bajo Avilés

INFORMACIÓN GENERAL
(+34) 647 80 10 30

Признаки того, что грудное вскармливание проходит хорошо

Возраст ребенка	1 неделя							2 неделя	3 неделя
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день		
Как часто следует кормить грудью? В среднем 24 часа в сутки	       							Не менее 8 раз в день ребенок сосет усиленно, медленно, постоянно и часто глотает.	
Размер желудка ребенка	 Размер вишни		 Размер грецкого ореха		 Размер абрикоса		 Размер яйца		
Мокрые подгузники: Количество, каким образом? В среднем 24 часа в сутки	 хотя бы 1 подгузник	 хотя бы 2 подгузника	 хотя бы 3 подгузника	 хотя бы 4 подгузника	 Не менее 6 мокрых подгузников с мочой. Цвет: прозрачный или бледно-желтый.				
Грязные подгузники: количество и цвет В день, в среднем за 24 часа.	 Хотя бы 1 или 2 подгузника Черный или темно-зеленый		 Минимум 3 подгузника Коричневый, зеленый или желтый		 Не менее 3 полных подгузников, мягкой и зернистой консистенции. Цвет: желтый				
Вес ребенка	Большинство детей теряют вес в первые 3 дня жизни				К 4-му дню большинство детей начинают регулярно набирать вес.				
Другие признаки	Малыш должен громко плакать, быть активным и легко просыпаться. После грудного вскармливания ваша грудь должна стать более легкой, а не наполненной.								