



Журнал сцеживаний в NICU

Чтобы получить максимальное количество молока при сцеживании, мы рекомендуем вам сцеживать обе груди в одно и то же время (двойное сцеживание) каждые два-три часа в течение как минимум 15 минут и по крайней мере один раз среди ночи. Сцеживание 8-10 раз в сутки — наилучший вариант, чтобы полностью обеспечить ребенка молоком.

Поговорите со своей медсестрой или консультантом по грудному вскармливанию о том, чтобы составить подходящий вам график сцеживаний. Не пропускайте время сцеживания и сцеживайте как можно скорее, если вы забыли сцедить молоко вовремя или отложили эту процедуру.

Пример правильного графика сцеживания: 8:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 22:00, 03:00 и 06:00.

Что делать, если у меня не вырабатывается молоко?

Когда вы только начинаете сцеживать молоко, это нормально, если молока нет совсем или его всего несколько капель. Объемы молока станут больше через три-пять дней после рождения ребенка.

Какого объема молока достаточно?

Через 10 дней после родов целевой объем молока составляет 25 унций (750 мл) за 24 часа. Если у вас недостаточно молока, поговорите с медсестрой или запросите услуги консультанта по грудному вскармливанию.

Сцеживать молоко больно?

Нет. Если вам больно при сцеживании, проконсультируйтесь с медсестрой или консультантом по грудному вскармливанию. Они могут обследовать вас и проверить, всё ли в порядке. Возможно, нужно будет отрегулировать отсасывание. Существуют воронки разных размеров. Вы можете пользоваться приведенным ниже журналом сцеживаний, чтобы отслеживать свой график.

