

## Как обеспечить приток молока во время сцеживания?

- Массируйте грудь до/во время использования молокоотсоса
- Перед сцеживанием примите теплый душ или приложите к груди теплый компресс
- Сцеживайте молоко вручную после использования молокоотсоса для полного опорожнения груди
  - Молоко в конце сцеживания называется задним молоком, которое содержит больше жира, чтобы помочь ребенку расти
- Сцеживайте молоко, сидя рядом с кроватью малыша, если это возможно
- Найдите способы расслабиться и отвлечься во время сцеживания

Вы можете сцеживаться у кровати Вашего ребенка или в специально отведенной для этого комнате в отделении реанимации и интенсивной терапии новорожденных — там, где Вам наиболее удобно. Не забывайте сцеживать молоко регулярно, особенно в течение первых двух недель.

Выработка молока для Вашего ребенка сжигает много калорий — спросите медсестру Вашего ребенка о бесплатном питании для кормящих матерей, которое можно доставить в отделение реанимации и интенсивной терапии новорожденных.

## Хранение грудного молока для госпитализированных младенцев

Метод хранения	Состояние молока	Рекомендуемое время хранения
<b>Комнатная температура</b> (20°C-25°C, 68°F-77°F)	Свежее сцеженное на столешнице	<4 часов
<b>Холодильник</b> (≤4 °C, ≤39 °F)	Свежее	48 часов
<b>Холодильник</b> (≤4 °C, ≤39 °F)	Размороженное (никогда не замораживайте повторно размороженное грудное молоко)	24 часа
<b>Морозильник</b> Бытовой блок, совмещенный с холодильником (<-18°C, <0°F)	Замороженное	3-6 месяцев
<b>Морозильник</b> Биомедицинский или морозильный шкаф (≤-20°C, ≤-4°F)	Замороженное	6-12 месяцев

## Молокоотсосы напрокат



Если Вы заинтересованы в аренде или покупке молокоотсоса, наша группа по грудному вскармливанию в отделении реанимации и интенсивной терапии новорожденных может помочь Вам связаться с местными аптеками. Большинство крупных страховых компаний покрывают стоимость нового молокоотсоса

### Memorial Outpatient Pharmacy

1150 N 35th Avenue, Suite 105 (вестибюль)  
Hollywood, FL 33021 | 954-265-5907

[Ameda.com](http://Ameda.com) | [Medela.com](http://Medela.com)

*Примечание: Детская больница Джо Димаджио не рекомендует использование каких-либо конкретных продуктов или точек розничной торговли. Это не является рекомендацией Детской больницы Джо Димаджио и не является абсолютно исчерпывающим списком..*



## Joe DiMaggio Children's Hospital®

1005 Joe DiMaggio Drive  
Hollywood, FL 33021

[JDCH.com](http://JDCH.com)

Телефон специалиста по грудному вскармливанию Больницы  
**954-265-7867**

1.2023

## Поддержка по вопросам грудного вскармливания

### Когда Вам это нужно больше всего



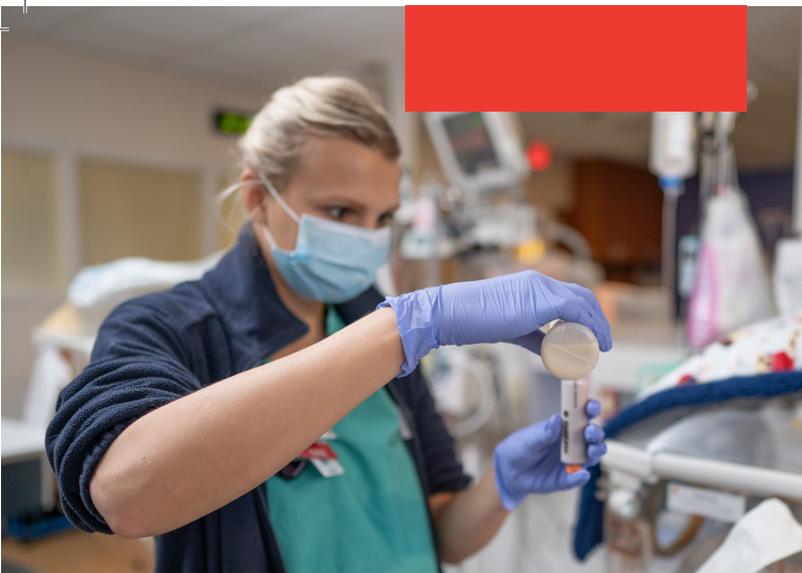
## Joe DiMaggio Children's Hospital®

В отделении реанимации и интенсивной терапии новорожденных Wasie в детской больнице Джо Димаджио наша команда по грудному вскармливанию знает, что грудное вскармливание, пока Ваш ребенок находится в отделении реанимации и интенсивной терапии, может быть изнурительным. Мы всегда готовы предложить руководство и поддержку, чтобы помочь Вам и Вашему ребенку начать жизнь наилучшим образом.

После рождения Вашего ребенка наши медсестры отделения реанимации и интенсивной терапии новорожденных и команда сертифицированных на международном уровне консультантов по грудному вскармливанию (IBCLC) помогут Вам сцеживать молоко из груди с помощью молокоотсоса или вручную. Даже несколько капель молозива (грудного молока, вырабатываемого в течение первых нескольких дней после рождения) содержат необходимое раннее питание для Вашего малыша.

## Как использовать молокоотсос?

- Всегда сначала вымойте руки
- **Время:** Сцеживайте молоко от 8 до 10 раз в сутки. Мы рекомендуем:
  - Каждые 2-3 часа, включая ночное время
  - Постоянное сцеживание — даже ночью — важно для поддержания здорового уровня выработки грудного молока
  - Сцеживайте молоко от 15 до 20 минут, или пока не прекратится поток молока
- **Отсос:** начните с 25% и увеличивайте, пока не достигнете максимального комфортного уровня. Помните, что сцеживание не должно причинять боль, и у каждой мамы разный уровень комфорта.
- **Скорость:** начните с самого высокого уровня скорости (80 ц/мин) и отрегулируйте в зависимости от интенсивности потока молока.
  - Когда начинается приток молока (или “идет” молоко) или после двух минут снизьте скорость до 60 циклов в минуту (ц/мин).



## Питательное грудное вскармливание

Ваш ребенок готов к грудному вскармливанию, когда:

- Малыш активный, бодрый и умеет координировать навыки сосания
- У малыша нет проблем с дыханием, и ему не требуется дополнительная респираторная поддержка

После питательного грудного вскармливания важно сцедить молоко молокоотсосом для повышения выработки молока. Медсестра Вашего ребенка будет взвешивать ребенка до и после каждого кормления, чтобы измерить, сколько молока он выпил.

## Капля полезного грудного молока

**Грудное вскармливание начинается с первых капель молозива — и каждая капля ценна!**

Ваше грудное молоко постоянно изменяется, чтобы удовлетворять потребности Вашего малыша.

Когда Вы кормите малыша грудным молоком, Вы даете ему лучшее лекарство, которое можете предложить только Вы.

**Вот лишь некоторые из компонентов, которые могут присутствовать в одной капле грудного молока:**



Исследования показывают, что грудное молоко обеспечивает важную защиту для Вашего ребенка. Это также может сократить продолжительность пребывания ребенка в больнице и риск общих осложнений.

## Преимущества грудного молока

Грудное молоко содержит лучшие питательные вещества для Вашего ребенка, такие как:

- Витамины
- Минералы
- Протеины
- Антитела
- Незаменимые жирные кислоты
- Многие другие важные строительные блоки для развития

Ваше грудное молоко постоянно изменяется, чтобы удовлетворять потребности Вашего малыша. Грудное молоко также может снизить некоторые риски в связи с преждевременными родами, такие как бронхолегочная дисплазия (хроническое заболевание легких) и некротизирующий энтероколит (желудочно-кишечное заболевание).

## Непитательное грудное вскармливание

Ваш ребенок готов к грудному вскармливанию, когда:

- Малыш хорошо воспринимает уход по методу «кожа к коже»
- Сердечный ритм и дыхание являются устойчивыми и регулярными
- Вашему малышу не требуется помощь с дыханием

До проведения непитательного грудного вскармливания важно сцедить молоко из груди молокоотсосом. Непитательное сосание хорошо проводить во время кормления через трубочку.



## Уход по методу «кожа к коже»

Мы знаем, что Вы с нетерпением ждете, когда Вы прижмете к себе Вашего малыша. Как только Ваш ребенок будет готов, мы поможем Вам организовать уход по методу «кожа к коже» — также известный как уход по методу кенгуру.

Контакт «кожа к коже» является неотъемлемой частью роста и развития Вашего ребенка. Это особое время может помочь Вашему малышу:

- Успокоиться
- Улучшить дыхание
- Повысить прибавку в весе
- Регулировать температуру
- Замедлить частоту сердечных сокращений

Уход по методу «кожа к коже» — это замечательный способ установить связь с ребенком, а также увеличить выработку грудного молока. Наша группа по грудному вскармливанию предлагает молодым мамам сцеживать молоко сразу после сеанса контакта «кожа к коже», чтобы максимизировать уровень пролактина (гормона, вырабатывающего молоко).

## Поддержка грудного вскармливания дома

Когда Вашего ребенка выписывают из отделения реанимации и интенсивной терапии новорожденных, Ваш режим грудного вскармливания может столкнуться с некоторыми проблемами, поскольку Вы приспосабливаетесь к жизни дома с ребенком. Не волнуйтесь — это совершенно нормально!

Наша команда специалистов по грудному вскармливанию в отделении реанимации и интенсивной терапии новорожденных готова помочь поддержать переход на домашний режим. Позвоните нам, чтобы задать любые вопросы, обсудить проблемы или записаться на консультацию в формате телемедицины. Консультанты по грудному вскармливанию, говорящие на испанском языке, доступны через услуги переводчика.

Отделение грудного вскармливания отделения реанимации и интенсивной терапии новорожденных Wasle в детской больнице Джо Димаджио	954-265-7867
Отделение грудного вскармливания Больницы Memorial Regional Hospital	954-265-4078
Отделение грудного вскармливания Больницы Memorial Hospital West	954-844-9908
Отделение грудного вскармливания Больницы Memorial Hospital Miramar	954-538-5181

## Ресурсы по грудному вскармливанию отделения реанимации и интенсивной терапии новорожденных

Округа Броуард и Дейд предоставляют населению полезные услуги по поддержке грудного вскармливания, в том числе:

Breastfeedingonline.com	
Broward County WIC Breastfeeding	953-467-4511
Dade County WIC Breastfeeding	786-336-1336
Español	Lacted.com
Healthy Start nan Broward County (manman yo ki fè pitit premye fwa)	954-563-7583
Kelly Mom Parenting and Breastfeeding	kellymom.com
La Leche League of Florida	llflorida.com
Newborns.Stanford.edu/breastfeeding	
Yomingo app	PumpLog
Workandpump.com	