

Odciąganie pokarmu

Pamiętajmy, że najlepiej nasze piersi odciąga dobrze przystawione dziecko. Jest niewiele wskazań, żeby zamiast dziecka przystawić do piersi odciągacz!!! Upewnij się czy dobrze robisz odciągając pokarm.

Dlatego:

1. Uczmy je ssać prawidłowo.
2. Jeśli masz wrażenie, że pokarmu jest za mało - przystawiaj częściej dziecko.
3. Jeśli dziecko przesypia czas karmienia - obudź je.
4. Jeśli dziecko zapomina o głodzie, jest zaaferowane otoczeniem - pomóżmy mu przypomnieć sobie o jedzeniu.

Kiedy odciągamy?

Odciąganie pokarmu zalecane jest tylko w następujących przypadkach:

- Kiedy nie można karmić dziecka z piersi: dziecko od dłuższego czasu odmawia ssania, robi to źle, matkę i dziecko rozdziela pobyt w szpitalu itp. (stosujemy odciąganie pełne, patrz poniżej).

- Mama rezygnuje z przystawiania dziecka do piersi, ale nadal chce karmić go swoim mlekiem. (stosujemy odciąganie pełne, patrz poniżej).
- Podczas nawału, ale tylko gdy: dziecko zasnęło odmawiając jedzenia i pozostawiając nam przepelnione piersi (odciągamy do odczucia ulgi), dziecko nie może uchwycić przepelnionej piersi (odciągamy aż otoczka stanie się chwytna).
- Podczas powrotu do pracy podczas karmienia pełnego. Odciągacie poza domem, tyle razy ile przepada karmień, kiedy wracacie do domu przystawiacie dziecko jak najczęściej do piersi. Dobrze jest wtedy podać dziecku pokarm w sposób alternatywny do butelki (wskazana jest konsultacja z poradnią laktacyjną).
- Podczas relaksacji dla podniesienia poziomu laktacji (odciągamy wg zaleceń poradni laktacyjnej dostosowanych do sytuacji - link „pogotowie”).

Sytuacje, kiedy zalecane jest zastosowanie odciągacza elektrycznego:

- Kiedy nie można karmić dziecka z piersi przez dłuższy czas: dziecko od dłuższego czasu odmawia ssania, robi to źle, matkę i dziecko rozdziela pobyt w szpitalu, itp. (stosujemy odciąganie pełne, patrz poniżej).
- Mama rezygnuje z przystawiania dziecka do piersi, ale nadal chce karmić go swoim mlekiem (stosujemy odciąganie pełne, patrz poniżej).
- Podczas relaksacji dla podniesienia poziomu laktacji, wg zaleceń poradni laktacyjnej – link „pomoc”.
- Podczas bardziej uporczywego zastoju, kiedy inne zalecane sposoby zawodzą.
- W innych przypadkach na zlecenie i wg wskazań poradni laktacyjnej.

Kiedy NIE odciągamy?

Nie odciąga się profilaktycznie, takie czynności błędnie zalecane są, aby pokarm nie zaniknął albo aby zapobiec powstawaniu zastoju. Ilość pokarmu warunkowana jest przez częstotliwość skutecznych karmień, a zastoju wystarczy dbałość o równomierny wypływ pokarmu.

Profilaktyczne odciąganie niepotrzebnie zawyża poziom laktacji, który może być przyczyną zastoju. Powinno ustalić się naturalna równowaga między potrzebami noworodka a poziomem produkcji mleka.

Jak wykonujemy pełne odciąganie?

Prowadzimy je jeśli z jakichś względów nie przystawiamy dziecka dłużej do piersi. Odciągamy tak często, jak często karmiliśmy z piersi, np. przy całodziennych rozławkach minimum 8x/dobę, po 10 min. każdą pierś. Nie zważamy na objętość odciągniętego pokarmu. Jego ilość będzie powoli się zwiększać. Jeśli zamierzamy jeszcze wrócić do karmienia z piersi, dobrze jest wtedy podać dziecku pokarm w sposób alternatywny do butelki (wskazana jest konsultacja z poradnią laktacyjną).

Polecamy obejrzenie filmu:

- [Odciąganie pokarmu](#)

Postępowanie z odciągniętym pokarmem

Polecamy obejrzenie filmów:

- [Przygotowanie pokarmu do przechowywania](#)
- [Dokarmianie dziecka. Jaka metodą dokarmiać dziecko karmione piersią?](#)