

Mleko mamy najlepszym pokarmem dla maluszka

Mleko matki jest **najlepszym** pokarmem dla dziecka. Dla noworodków urodzonych przedwcześnie i chorych, pokarm matki ma **znaczenie terapeutyczne**: wspiera organizm maleństwa w walce z drobnoustrojami i chroni niedojrzałe jelita przed możliwymi powikłaniami. Dodatkowo mleko mamy wspiera rozwój noworodka, zapobiega występowaniu alergii i chorób w wieku późniejszym np. astmy, cukrzycy. Karmienie naturalne wspiera dziecko w jak najszybszym powrocie do zdrowia.

Dlatego, mając na uwadze zdrowie i przyszły rozwój Państwa maleństwa, zachęcamy mamy do jak najszybszej stymulacji laktacji po porodzie, odciągania mleka i dostarczania go dla maluszka.

Jak stymulować laktację?

1. Umyj ręce.
2. Zaopatr się w laktator (ręczny lub elektryczny).
3. Pokarm odciągaj co 3 godziny (7-8 razy na dobę, również w nocy) po 10-15 minut z każdej piersi. Najlepsze efekty uzyskuje się stosując stymulację naprzemienną w następujących seriach:
7 minut z prawej piersi, następnie **7 minut** z lewej piersi;
5 minut z prawej piersi, następnie **5 minut** z lewej piersi;
3 minut z prawej piersi, następnie **3 minut** z lewej piersi;
4. Odciągnięty pokarm wstaw do lodówki (temperatura w lodowce +4), gdzie możesz go przechowywać do 4 dni.
5. Odciągnięte porcje mleka z 24 godzin możesz ze sobą łączyć w jednej butelce po uprzednim schłodzeniu (każda porcja osobno schłodzona).
6. Każdą butelkę **podpisz**: nazwiskiem, datą i godziną odciągania mleka (podaj zakres godziny w przypadku łączenia porcji)



WAŻNE!

W Oddziale Neonatologii Szpitala Uniwersyteckiego w Zielonej Górze istnieje możliwość konsultacji laktacyjnej.

W przypadku braku możliwości wizyty na oddziale (np. hospitalizacja mamy) prosimy o kontakt pod numerem tel. 68 3296428



7. Końcówki laktatora po każdym odciąganiu umyj ciepłą wodą, a następnie wyparz we wrzątku przez **5 minut (nie gotować)**.
8. Jeżeli przebywasz poza szpitalem, mleko przetransportuj bezpośrednio na oddział, na którym przebywa Twój maluszek. Mleko należy przewozić w **lodówce przenośnej lub w torbie termicznej z wkładami chłodniczymi**.



BANK MLEKA – DOBRY WYBÓR!

Jeżeli Państwa dziecko jest hospitalizowane w Oddziale Neonatologii, a karmienie naturalne z różnych przyczyn jest niemożliwe (czasowo lub stale), wówczas – w miarę możliwości – proponowane jest do żywienia maluszka mleko z **Banku Mleka Kobięcego** przy Szpitalu Uniwersyteckim w Zielonej Górze.

Zgodnie z zaleceniami Światowej Organizacji Zdrowia „mleko kobiece pochodzące z profesjonalnego banku mleka jest drugim, po mleku własnej matki, pokarmem z wyboru do stosowania u noworodków i niemowląt”. Dopiero w trzeciej kolejności powinno się podawać sztuczną mieszankę. Mleko z Banku Mleka jest bezpieczną alternatywą dla karmienia pokarmem własnym.

Bank Mleka to laboratorium, które zajmuje się pozyskiwaniem mleka kobiecego od Honorowych Dawczyń. **Mleko jest bezpiecznie przechowywane, pasteryzowane i kontrolowane, aby było odpowiednim pokarmem dla małych pacjentów**. Pokarm w Banku Mleka jest szczegółowo badany w celu sprawdzenia, czy podczas pozyskiwania mleka od dawczyni, jak i jego dalszej obróbki, nie dostały się do niego niepożądane bakterie.

Każda dawczyni mleka jest poddawana wnikliwej weryfikacji oraz badana na szereg chorób bakteryjnych i wirusowych.

PRZYDATNE INFORMACJE DLA RODZICÓW

1. Dziecko przebywające na Oddziale Neonatologii zielonogórskiego szpitala może być odwiedzane wyłącznie przez rodziców.
2. Odwiedziny rodziców odbywają się w godzinach 10:00 – 19:30 (nie dotyczy mam, które karmią swoje maluszki i kobiet przebywających w szpitalu).
3. Przed dotknięciem dziecka należy zdjąć biżuterię i zegarek, umyć i zdezynfekować ręce.
4. Na oddziale nie wolno korzystać z telefonów komórkowych, jeść i pić.
5. Osoby z infekcją (ból gardła, katar, kaszel) nie mogą odwiedzać dziecka na oddziale ze względu na ryzyko zakażenia innych pacjentów.
6. Wizyta lekarska odbywa się w godzinach 8:30 – 10:00. Informacje o stanie dziecka oraz leczeniu udziela lekarz prowadzący w godzinach 10:00 – 12:30. Informacje dotyczące pielęgnacji maluszka udziela pielęgniarka/ położna.

KONTAKT

Kliniczny Oddział
Neonatologii
Szpitala Uniwersyteckiego
im. K. Marcinkowskiego
w Zielonej Górze sp. z o.o.
ul. Zyty 26
65-046 Zielona Góra

TELEFONY:

Sekretariat Oddziału
Neonatologii:
(68) 329 64 24
Dyżurka Lekarska:
(68) 32964 25
Pododdział Patologii
Noworodka: (68) 329 64 29
Pododdział Intensywnej
Terapii Noworodka:
(68) 329 64 28

Konsultacje laktacyjne:

Agnieszka Tokarz –
położna laktacyjna
Poniedziałek – Piątek
w godzinach: 7.00 – 13.00
tel. 68 329 64 28