

Организация питания ребенка при смешанном и особенно искусственном вскармливании требует большого внимания и точного выполнения всех рекомендаций лечащего врача.

Ошибки, допущенные при использовании искусственных смесей, могут привести к развитию серьезных заболеваний

— гипотрофии, рахита, малокровия, желудочно-кишечных расстройств. Чтобы избежать этого, надо хорошо знать и строго соблюдать основные правила проведения смешанного и искусственного вскармливания.

Даже если у матери мало грудного молока, следует как можно дольше сохранять его в питании ребенка. Лучше докармливать смесью только после того, как ребенок полностью высосал молоко из обеих грудей, но не насытился.

Нельзя сразу полностью компенсировать недостающее количество грудного молока искусственной смесью. Смесью надо вводить постепенно, начиная с небольших доз (10—20 мл в кормление), а затем в течение 5—7 дней довести количество смеси до необходимой нормы.

Серьезные сложности возникают при внезапном переводе ребенка первых месяцев жизни на искусственное вскармливание (например, в связи с внезапной болезнью матери, ее отъездом и пр.). В этом случае необходимо соблюдать следующие правила. В первый день ребенку следует дать около половины необходимой порции искусственной смеси, обязательно восполняя недостающее количество пищи раствором глюкозы, слабым подслащенным чаем, отваром шиповника. При этом необходимо обращать внимание на переносимость смеси. На второй день количество смеси постепенно увеличивают до 2/3 требуемого объема с добавлением необходимого количества жидкости. Если ребенок переносит смесь хорошо, ее количество может быть доведено до нормы в течение 3 дней.

При искусственном и смешанном вскармливании необходимое количество смеси определяется исходя из возраста ребенка и показателей его физического развития. В первые 2 месяца жизни общее суточное количество пищи должно составлять 1/5 массы его тела, в возрасте от 2 до 4 месяцев — 1/6, от 4 до 6 месяцев — 1/7 от массы тела. Рассчитать количество смеси для одного кормления можно, разделив суточный объем на число кормлений. При этом во время каждого кормления допускаются отклонения от этого количества как в сторону увеличения, так и уменьшения порции — в зависимости от аппетита ребенка.

Надо помнить о том, что при искусственном вскармливании ребенок должен получать достаточное количество питья, поскольку смеси содержат белок, для усвоения которого необходимо больше жидкости.

При искусственном вскармливании необходимо соблюдать определенный режим питания (в отличие от принципа «по первому требованию ребенка» при грудном вскармливании). При этом перерывы между отдельными кормлениями должны быть не менее 3—3,5 часа, так как искусственные смеси перевариваются и усваиваются труднее и медленнее, чем грудное молоко.

Какая посуда может понадобиться:

- бутылочки (минимум 6) и крышки к ним,
- пластиковый нож, — мерная ложка — обычно прилагается в упаковке,
- воронка,
- соски,

- колпачки для бутылочек,
- мерная чашка,
- специальная щетка для мытья бутылочек,
- емкость для стерилизации.

Как подобрать соску. Соски производят из латекса или силикона. Силиконовые дороже, но служат дольше.

Соску необходимо менять, если она потрескалась или стала клейкой.

Прежде всего проверьте, правильно ли молоко поступает через соску. Дырочка в соске должна быть такой, чтобы поток был постоянным — несколько капель в секунду из перевернутой бутылки. Если дырка слишком велика, ребенок получает слишком много молока и слишком быстро. Если мала — ребенок устанет сосать еще до того момента, как наестся. Чтобы сделать дырочку больше, нужно раскалить тонкую иголку, вставив предварительно один ее конец в пробку, и проткнуть соску.

Лучше всего использовать специально отформованные соски, «заполняющие» небо. Они позволяют ребенку самому контролировать поток молока.

Способы стерилизации:

- кипячение: вымыть всю посуду и прокипятить в большой кастрюле под крышкой не менее 25 минут;
- на пару или в паровом стерилизаторе — пар быстро стерилизует посуду, эффективно уничтожая бактерии;
- в микроволновой печи, с использованием специальной посуды — время стерилизации посуды в микроволновой печи указано в инструкции;
- бутылочки, мерную чашку и нож можно мыть в посудомоечной машине при нормальном режиме, соски нужно прокипятить отдельно в кастрюле под крышкой.
- сейчас существуют также специальные таблетки или жидкость для стерилизации посуды в холодной воде: сначала тщательно вымойте бутылки и соски в теплой мыльной воде; удалите остатки пищи из бутылочки при помощи специальной щетки; тщательно промойте соску, затем протрите солью, чтобы удалить остатки молока; промойте всю посуду в проточной воде, чтобы смыть мыло; наполните емкость для стерилизации холодной водой до половины, растворите стерилизующую таблетку или жидкость, сложите посуду, долейте воды доверху; погрузите все в воду так, чтобы бутылочки не вертелись; оставьте на рекомендуемое время, потом сполосните холодной кипяченой водой и вытрите.

Кормление.

- Сперва слегка приоткройте крышку, чтобы в бутылочку попало немного воздуха.
- Во время кормления периодически поворачивайте бутылочку или вынимайте соску изо рта ребенка, чтобы стенки соски не слипались и поток молока был постоянным.
- Бутылочку держите под наклоном, так, чтобы соска все время была наполнена молоком, иначе ребенок может наглотаться воздуха
- Никогда не оставляйте ребенка во время кормления одного. Без вас он может подавиться или наглотаться воздуха. Кроме того, ему будет не хватать вашей нежности и заботы, а процесс кормления должен сопровождаться только положительными эмоциями.
- Держите ребенка на руках в наклонном положении. Ребенку трудно глотать лежа, он будет срыгивать, его может даже стошнить.
- Если у ребенка заложен нос, он не может глотать и дышать одновременно. Доктор

должен назначить ребенку капли, которые необходимо закапывать незадолго до кормления.

- Не меняйте искусственную смесь, не посоветовавшись с врачом, даже если вам кажется, что ребенку не нравится еда.

- Ваш ребенок сам знает, когда он сыт, поэтому не пытайтесь заставить его допивать все из бутылочки.

Искусственные смеси. Готовые к употреблению искусственные смеси выпускаются в пакетах, банках или бутылках. При производстве они проходят высокотемпературную обработку, поэтому стерильны и их можно хранить в прохладном месте до даты, указанной на упаковке. Если используется не вся искусственная смесь, остаток можно хранить в холодильнике в течение 24 часов, но не в пакете, а в чистой банке. Перед тем как открыть пакет, тщательно протрите верх. Для открывания используйте чистые приспособления (открывалку или ножницы). Нельзя вторично использовать искусственную смесь, которая осталась в бутылке: она уже загрязнена слюной ребенка.

При приготовлении сухих смесей придерживайтесь следующих правил:

- перед приготовлением обязательно помойте руки;
- непременно стерилизуйте всю посуду;
- строго следуйте инструкции по приготовлению смеси;
- сначала в бутылочку наливайте воду и только затем добавляйте порошок;
- тщательно перемешивайте смесь.

Как хранить приготовленную смесь. Можно приготовить сразу несколько бутылочек с искусственной смесью и хранить в холодильнике в вертикальном положении в течение 24 часов. Соску необходимо вставлять концом вниз, сверху закрывать крышкой.

Как нагреть бутылку.

- Лучше всего вынуть бутылку из холодильника незадолго до кормления, тогда она сама нагреется до комнатной температуры.

- Чтобы нагреть смесь, поместите бутылку на несколько минут в миску с горячей водой или подставьте ее под струю горячей воды из крана, время от времени встряхивая и поворачивая.

- Чтобы проверить температуру смеси, капните несколько капель на обратную сторону запястья. Молоко должно быть слегка теплым.

- Ни в коем случае не подогревайте молоко в микроволновой печи! Могут образоваться обжигающие рот малыша горячие сгустки.

Источник: <http://ya-mama.org/06-03-002.html>