

Помпите за гърди и Изцеждането на кърма

Кърменето става все по-популярно. Расте броят и на майките, които изцеждат кърма, за да могат да комбинират кърменето с други дейности и отговорности, включително връщането на работа. Поради това е важно майката да избере помпа, която е конструирана съобразно физиологията на кърменето и така да си осигури комфорт, контрол и ефикасност.

Физиология на кърменето

Когато кърмите, сукателните движения на бебето стимулират освобождаването на два хормона - пролактин и окситоцин. Те са отговорни за лактацията. Проллактинът осигурява производството на кърмата, а окситоцинът осигурява рефлекс на изхвърлянето на мляко. За да се стимулира освобождаването на окситоцин и да потече кърма, бебето масажирва гърдата с леки, бързи и ритмични движения и ниска интензивност на всмукване. В началото то получава по-воднисто мляко, наречено предно, което утолява жаждата му. В момента, когато започне изтичане на млякото, бебето намалява честотата на сукателните движения и увеличава интензивността на всмукването. Кърмачето движи езика си вълнообразно, всмукването става по-силно. Така нивото на окситоцина се поддържа, за да се осигури потичане и на по-калоричното задно мляко (т.нар. мастна фракция). Тази комбинация от ритмична компресия и интензивност на сукането, едновременно с общуването между майка и бебе осигурява производство и изхвърляне на кърма в количество достатъчно за храненето.

Помпите за гърди и Изцеждането на кърма

Когато се изцежда кърма е важно да се имитират сукателните движения на бебето. Това води до освобождаване на окситоцин и пролактин и така се поддържа производството на мляко в достатъчно количество. Изцеждането може да е ръчно, но много жени предпочитат по-лесния начин - с помпа. Идеалната помпа за кърма стимулира пигментираната област около зърното (ареола) и изпразва гърдата, за да

осигури на бебето както предно мляко, така и задно мляко. Все по-популярни стават електрическите помпи за кърма, които автоматично контролират скоростта и всмукването, позволявайки на майката да се изцеди без усилие. Те са по-ефективни, осигуряват повече мляко за по-кратко време, а жените не се изморяват и не променят ритъма на изцеждане. Има и двойни електрически помпи, които се използват за изцеждане на двете гърди едновременно. Това доказано увеличава количеството на млякото - идеален вариант за майки с близнаци или с недоносени бебета.

Изцеждането с помпа изисква известен опит. Ето някои практически съвети, които ще Ви помогнат да успеете:

1. Изберете момент, в който не сте напрегнати или ангажирани и когато няма вероятност да Ви прекъснат.
2. Бебето Ви или негова снимка ще Ви помогнат да подобрите рефлекс на изхвърляне на кърмата.
3. Топлината и отпускатата обстановка ще подпомогнат потока на кърмата. Опитайте да се изцеждате след като сте взели топла вана или душ.
4. Поставете на топла кърпа на гърдите за няколко минути преди да започнете да изцеждате ще подобри потока на кърма и ще облекчи гърдите Ви.
5. Опитайте се да изцеждате кърма от едната гърда, докато храните бебето си от другата, или продължете с изцеждането веднага след кърмене.
6. Сменяйте от време на време позицията на помпата спрямо гърдата, за да стимулирате по-добре.



Помпи за изцеждане на кърма Philips AVENT

Philips AVENT, марка лидер за продукти за хранене на бебето, предлага както механични така и електронни помпи за гърди, които са нежни и лесни за употреба. Помпата Philips AVENT ISIS е получила одобрението на майки и здравни специалисти в целия свят поради своя физиологичен дизайн. Тя стимулира Вашите гърди със своя уникален патентован масажираш уплътнител с подобни на венчелистчета секции. Уплътнителят имитира естествените сукателни действия на бебето и прави изцеждането възможно най-ефикасно и комфортно. Електронните помпи Philips AVENT iQ могат да продължат точно зададеният от Вас индивидуален ритъм на помпене, което Ви позволява да се отпуснете и да се насладите на момента. Единичната електронна помпа ISIS iQ Uno и двойната, ISIS iQ DUO се предлагат с изолираща чанта за път - идеално решение за активните майки.

Д-р Татяна Ралчева

Педиатър в "ДКЦ 15",

Организационен секретар на "Национално сдружение на педиатрите специалисти от извънболничната помощ"



PHILIPS
AVENT

Вносител: ИВЕНТАС ЕООД, тел.: 02/ 955 5115, e-mail: iventa@techno-link.com