

Dojenje - najboljši začetek življenja. Materino mleko je najbolj naravna hrana za vašega dojenčka. Vsebuje vse kar vaš dojenček potrebuje. Dojenje omogoča tudi vzpostavitev naravne vezi med vami in vašim dojenčkom. Da se z dojenčkom začneta uspešno dojit, je zelo pomembno, da se novorojenček pravilno prisesa na dojko že na začetku. Želimo vam pokazati kako to gre, skozi nekaj najpogostejših položajev za dojenje. Dojenje je še posebno intimen čas med katerim spoznavate potrebe vašega dojenčka. Zato med dojenjem, kadarkoli je mogoče, svojemu dojenčku posvetite nedeljeno pozornost. Motilcem, kot so televizija ali telefon se medtem izognite.

Dojenje

za najboljši začetek življenja

Preden začnete:



Vedno imejte pri roki majhne blazine ali blazino za dojenje, za različne položaje dojenja, da se bosta z dojenčkom lahko udobno namestila. Pripravite si tudi pijačo, saj med dojenjem utegnete postati žejni.

Da se lahko dojenček dobro prisesa:

- Dojenček naj leži blizu vas, njegov nosek naj bo nasproti bradavice.
- S prsto roko nekoliko dvignite in približajte dojko (C-prijem).
- Nežno podprite bradavico proti dojenčkovim ustecem.
- Ko dojenček odpre usta, ga nežno prižemite k sebi.
- Dojenček naj bi imel v ustih celo bradavico in velik del kolobarja.

Pomembno: Vedno dojenčka približajte dojki in ne dojke k dojenčku!



Dojenček ima bradavico in kolobar v ustih. Ustnice so obrnjene navzven.

C – prijem:



S prijemom podprite in namestite dojko. Z nežnim pritiskom spodnjih prstov in palca zgoraj, dojko primerno oblikujete.

Dojenje v položaju »zibelke«:



Z dojenčkom sta nameščena tako, da se s trebuščki dotikata. Dojenček leži na vaši roki ali na blazini za dojenje. Dojenčkova usteca so v višini bradavice. Dojko lahko podprete s **C – prijemom**.

Dojenje v ležečem položaju:



Z dojenčkom ležita tako, da se s trebuščki dotikata. Svoj hrbet in glavo podprite z blazinami, da vam bo udobno. Dojenčkov hrbet podprite z roko ali tudi z blazino.

Dojenje v hrbtni poziciji »fuzbalska drža«:



Dojenčkov trebušček je tesno na vaši strani, nogice so zadaj. Glavica je v višini bradavice in je podprta z blazino za dojenje in vašo dlanjo. Dojko lahko podprete s **C – prijemom**.

Odstavljanje z dojke:



Ko želite dojenčka odstaviti z dojke, ker je na primer zaspal, uporabite mezinček, da z njim nežno odprete usteca pri strani in prekinete sesanje.