

Czy moje dziecko jest dobrze przystawione?

Jeśli masz wątpliwości, czy Twoje dziecko jest dobrze przystawione do piersi, sprawdź, czy spełnione są te warunki:

- **Dziecko nie cmoka, ma pełne, a nie wklęsnięte policzki** przez cały czas (to znaczy, że połączenie buzi z piersią jest szczelne);
- **Buzia ma kąt rozwarty na styku z piersią** - jest szeroko otwarta, dziecko ma w buzi brodawkę wraz z dużą częścią otoczki;
- **Więcej otoczki powinno być w buzi od strony brody dziecka**, a broda powinna być wręcz wciśnięta w pierś, a na pewno jej dotykać;
- **Karmienie co do zasady nie powinno boleć**. Może być nieprzyjemne, bolesne na samym początku konkretnego karmienia w pierwszych tygodniach, kiedy dziecko się przysysa, bo piersi muszą przyzwyczać się do karmienia. U niektórych kobiet to będzie zaledwie lekki dyskomfort, u innych ból. Ale kiedy dziecko już zassie i zaczyna rytmicznie ssać i przełykać, brodawka powinna przestać boleć;
- **Usta są wywinięte na zewnątrz** (można to poprawić bez odstawiania dziecka trochę odciągając skórę palcem wskazującym, na brodzie lub przy górnej wardze, w zależności od tego, która jest schowana);
- **Dziecko uspokaja się przy piersi i po karmieniu jest zadowolone** (może chcieć dalej leżeć na mamie - nawet cały czas - ale nie zachowuje się, jakby było głodne i niespokojne);
- **Możesz zaobserwować drobne przerwy w ruchu brody** raz na 2-3 ruchy ssące dziecka - **to ten moment, kiedy dziecko przełyka**. Możesz obejrzeć o co chodzi w filmiku z gabinetu guru od laktacji dr Jacka Newmana (<https://www.youtube.com/watch?v=NO5ZDKynaD0>).

Sygnały alarmowe

Większość dzieci z łatwością nauczy się dobrze przystawiać do piersi w ciągu kilku dni od porodu. **Wiele dzieci będzie też miało przystawienie nieidealne, ale wystarczająco dobre** - na przykład zdarzają się dzieci, które podczas każdego karmienia trochę cmokają (co sugeruje, że przystawienie nie jest do końca szczelne i idealne), ale nie powoduje to bólu brodawek, zastoju w piersiach ani problemów z pobieraniem mleka. W takim przypadku **nie musisz się przejmować drobnymi odchyleniami od normy** opisanej w liście powyżej.

Niezbyt dobre - szczególnie zbyt płytkie - przystawienie do piersi może powodować różne problemy. Poniższe objawy mogą świadczyć o tym, że warto popracować nad lepszym, głębszym przystawieniem, jeśli zachodzi potrzeba - także ze specjalistą od laktacji.

- **Bolesne brodawki:** poranione, krwawiące, naruszone, obtarte, "pogryzione", zmieniające kształt w trakcie karmienia (kiedy dziecko przerywa jedzenie, widzisz, że są białawe i mają dziwny kształt);
- **Nawracające zastoje** lub zatkane kanaliki w piersiach;
- **Wydaje Ci się, że dziecko naprawdę się nie najada** - i nie chodzi tu o częste płkanie czy to, że chce non stop być na piersi;
- **Dziecko wiele razy w ciągu karmienia odsuwa się od piersi** i znów przysysa, denerwuje się przy piersi, może cmokać;
- **Dziecko sprawia wrażenie, że bardzo męczy się z karmieniem**, a jego rytm połykania (przerw w ruchu brody, jak w filmiku powyżej) jest rzadki - jedno połknięcie na 4 lub więcej ssań nawet po kilku minutach karmienia;
- **Nie czujesz napływu mleka.** Mniej więcej od trzeciej doby przez kilka miesięcy (u niektórych kobiet trochę krócej lub dużo dłużej) powinnaś w ciągu od kilkunastu sekund do około maksymalnie 2-3 minut od początku karmienia czuć napływ mleka do piersi. Jeśli to jedyny czynnik z tej listy, to najprawdopodobniej nie ma się czym martwić.