

# Abctěhotenství.cz, 1. 8. 2017



## První kojení miminka může být hned po porodu

Kojení je přirozeným způsobem výživy dítěte. Složení mateřského mléka odpovídá potřebám dítěte, podporuje vývoj a zrání funkcí imunitního systému, poznávacích a motorických funkcí a snižuje riziko obezity a cukrovky. Jak se ukazuje, k prvnímu přisátí by mělo dojít zhruba do dvou hodin po narození.



Přesný čas, kdy by k přisátí mělo dojít ale nelze určit, každé dítě je totiž připraveno na sání v jiný okamžik. To byl také důvod, proč se upustilo od definice, že se dítě musí přisát do půl hodiny po porodu. Maminky by se proto měly především zaměřit na projevy svého miminka. „Správná zásada je pouze ta, že kojíme dle potřeby dítěte, což může být v začátcích pro maminku náročné, a proto je velmi důležité, aby měla maminka o kojení dostatek informací ještě před porodem. V počátcích kojení se může dopouštět chyb v technice, které mají za následek, že je dítě špatně přisáté, a vznikají tak bolestivá poranění a praskliny na bradavkách. Ty kojení velmi znepříjemňují. V těchto případech maminkám doporučuji konzultaci s laktiční poradkyní, která s návikem správné techniky pomůže. Stejně tak může být na začátku pro ženu kojení nepříjemné z důvodu zvýšené citlivosti prsou, ale tento stav se většinou sám do několika dnů upraví,“ vysvětluje Bc. Linda Zítová, DiS., laktiční poradkyně a ředitelka ošetrovatelské péče v Nemocnici Mělník, kterou provozuje společnost VAMED Mediterra.

## Důležitá je správná technika kojení

Důležitým předpokladem úspěšného kojení je správná technika jeho provádění. Dítě by mělo být správně přisáté k prsu maminky. Rovněž zvolená poloha by měla být pohodlná jak pro dítě, tak pro samotnou maminku. „Osobně mám nejlepší zkušenost s polohou boční fotbalovou. Při ní miminko leží zezadu podél boku maminky na jejím předloktí, která dlaní přidrží hlavičku dítěte u prsu. Tato poloha je vhodná pro všechny velikosti prsou a hmotnost dítěte. Správnou techniku kojení se maminka naučí samotnou praxí. Její základy však musí získat již v porodnici. U nás se při péči o maminky řídíme obecnými zásadami kojení zakotvenými v dokumentu Deset kroků k úspěšnému kojení, díky tomuto přístupu se může naše porodnice pochlubit označením Baby Friendly Hospital. Navíc se u nás dodržuje pravidlo, že každá maminka propuštěná z porodnice musí umět kojit v sedě i v leže,“ popisuje Bc. Linda Zítová, DiS.