

BÓN SỮA NHỎ GIỌT

PHƯƠNG PHÁP TẬP BÉ TRỞ LẠI BÚ Ở BẦU VÚ MẸ



Có thể bạn chưa bắt đầu cho bé bú ở vú mẹ trước đây hoặc đã cai sữa cho con sớm hơn mong muốn: liên hệ để được hỗ trợ để tái kích sữa / hoặc kích phát sữa.

Cho trẻ bú theo phương pháp bón sữa nhỏ giọt khuyến khích trẻ bú mút tại vú mẹ. Cách này giúp vú mẹ tiết ra nhiều sữa hơn nhờ con mút chính là kích thích núm vú và làm cho việc chuyển từ bú bình sang bú ở bầu vú mẹ sẽ được dễ dàng hơn.

Mỗi giọt sữa mẹ đều quý giá, bảo vệ con bạn chống lại các hại khuẩn có thể gây bệnh cho con. Cho con bú sữa mẹ sẽ cứu sống trẻ, đặc biệt là trong những trường hợp khẩn cấp.

Động lực, quyết tâm, sự kiên trì và hỗ trợ là rất quan trọng. Ngực mẹ là nơi an ủi và nuôi dưỡng em bé. Không ép trẻ bú. Sữa mẹ vắt ra, hoặc dùng sữa mẹ từ một mẹ sữa cho bú thép (bú kén) khỏe mạnh đang nuôi con sữa mẹ, hoặc sữa được tặng từ ngân hàng sữa mẹ. Nếu những lựa chọn này không có sẵn với các bạn, thì sử dụng sản phẩm thay thế sữa mẹ (sữa công thức), là lựa chọn sau cùng. Phương pháp nhỏ giọt đòi hỏi thực hành, và nó sẽ dễ hơn khi có một số sự trợ giúp.

BÓN SỮA NHỎ GIỌT ĐƠN GIẢN 1-2-3!

1 Chứa sữa mẹ trong một cái cốc sạch, dùng một cái muỗng sạch để nhỏ sữa, và một cái khăn tay sạch có sẵn để lau những giọt sữa rơi ra ngoài. Thư giãn trong khi da tiếp da, dù ở tư thế nằm sấp hay tư thế ngồi, đưa trẻ ở vị trí “bụng áp vào bụng mẹ, đầu vú kề mũi bé”.

2 Lấy thìa và nhỏ giọt để sữa chảy từ bầu ngực xuống núm vú. Nhỏ sữa liên tục đảm bảo dòng chảy nhẹ nhàng (nếu dòng chảy chậm, em bé có thể bức bối).

3 Lặp lại các bước trên ở vú bên kia bao lâu tùy bé. Cho trẻ bú trực tiếp vú mẹ và dành nhiều thời gian nhất có thể để da tiếp da với bé. Bạn có thể cho trẻ ăn lượng sữa còn lại bằng cốc hoặc thìa (xem bài viết Cho trẻ ăn bằng cốc). Không cho trẻ bú bình.



Đối với việc cho con bú, hãy đặt mục tiêu 10-12 lần trong 24 giờ và 20-30 phút mỗi lần vào ban đêm thì các lần bú càng dài, càng thường xuyên càng tốt, chú ý thường xuyên đổi bên. Nếu trẻ chưa thể bú mẹ, hãy vắt sữa với tần suất tương tự. Học cách vắt sữa bằng tay là một kỹ năng quan trọng, đặc biệt là trong suốt thời gian xảy ra tình trạng khẩn cấp.

Có thể mất vài ngày hoặc vài tuần để tái kích sữa mẹ, vì vậy, điều quan trọng là phải tăng nguồn sữa mẹ trước khi giảm những cách hỗ trợ bổ sung sữa mẹ. Liên hệ với Đội trưởng LLL hoặc các Tư vấn viên Nuôi con sữa mẹ khác, người có thể hỗ trợ bạn trong quá trình tái kích hoặc kích phát sữa, để tư vấn về thời gian và tốc độ giảm dần các nguồn bổ sung sữa mẹ cũng như theo dõi chặt chẽ cân nặng của em bé.