

Tytuł: Karmienie piersi – technika, zasady i najczęstsze błędy / Breastfeeding – technique, rules and common mistakes

Słowa kluczowe: karmienie piersi – technika karmienia piersi – skuteczne ssanie laktacja karmienie na żądanie dokarmianie błędy

Keywords: feeding on demand lactation effective suckling mistakes supplementation breastfeeding breastfeeding technique

Autorzy:

Monika Łukowska-Rubik - Centrum Medyczne „Helena” Sp. z o.o. w Warszawie, Centrum Nauki o Laktacji w Warszawie

Streszczenie:

Wiele matek wybiera karmienie piersi jako najzdrowszy sposób żywienia swojego dziecka. Karmienie piersi jest naturalnym procesem, opartym na „współdziałaniu” matki i dziecka w obrębie diady: matka wytwarza pokarm – dziecko pobiera pokarm. Proces ten, niezaburzony przez niewłaściwe postępowanie, może trwać tak długo, jak życzą sobie tego matka i dziecko. A zatem opieka nad matką karmiącą piersią i jej dzieckiem polega na podejmowaniu szczególnych interwencji medycznych, lecz raczej na przyjęciu strategii *primum non nocere*, wspieraniu matki w jej wyborze i fachowej ocenie przebiegu karmienia. Często matek doświadczających poważnych problemów w okresie laktacji będzie wymagało pomocy specjalistów, takich jak konsultanci czy doradcy laktacyjni, mających odpowiednią wiedzę i doświadczenie w poradnictwie laktacyjnym. W pracy omówiono najważniejsze aspekty karmienia piersią, takie jak prawidłowa technika, skuteczne ssanie, karmienie na żądanie. Przedstawiono również częstotliwość błędów, zarówno przez matki, jak i personel medyczny, które mogą prowadzić do zaburzenia prawidłowego, fizjologicznego przebiegu karmienia. Opisane przypadki ilustrują typowe sytuacje problemowe. Celem pracy jest przybliżenie lekarzom praktycznych sposobów postępowania w sytuacjach wspieraniu karmienia piersią.

Abstract:

Many mothers choose breastfeeding as the healthiest way of feeding an infant. Breastfeeding is a natural process, based on ‘cooperation’ between the mother and the infant as a dyad: the mother produces the milk – the infant suckles the milk. The process not disturbed by improper practices may last as long as the mother and the infant wish. Thus the care over the breastfeeding dyad doesn’t involve any special medical interventions, but is rather based on the *primum non nocere* strategy, on supporting the mother in her choice and on the professional assessment of the breastfeeding. Some mothers, suffering from severe problems during breastfeeding, may need help from specialists who have knowledge and experience in lactation counseling, such as lactation consultants and counselors. The paper discusses the main aspects of successful breastfeeding, such as the right technique, effective suckling and feeding on demand. It also presents certain common mistakes made by mothers or medical staff, that can disturb proper, physiologic course of breastfeeding. The clinical cases presented in the paper illustrate typical problems. The aim of the paper is to show doctors practical methods that support breastfeeding.