



**J.U. Opća bolnica
"Prim.dr. Abdulah Nakaš"
Sarajevo**



Hranjenje djeteta koje se ne može hraniti na prsima

Odjeljenje za ginekologiju i akušerstvo

Dipl.MT Emina Avdić



UVOD

Peti korak od "Deset koraka prema uspješnom dojenju" glasi:

Pokažite majkama kako dojiti i održavati laktaciju čak i u slučaju kada trebaju biti odvojene od svoje dojenčadi.



- Postoje situacije kada žena jednostavno ne može dojiti ili ne može nastaviti dojiti.
- U takvim situacijama majke su najčešće upoznate samo s mogućnošću hranjenja bebe adaptiranim mlijekom, ali postoji još jedna mogućnost hranjenja - svojim izdojenim mlijekom.
- U većini slučajeva majka se ne odlučuje na izdajanje unaprijed, nego je okolnosti dovedu do toga da iz nekog razloga ne može dojiti, pa se iz uvjerenosti da je njeno mlijeko najbolja moguća hrana za bebu, krene izdajati i hraniti dijete izdojenim mlijekom.

Zašto je važno naučiti ručno izdavanje mlijeka?

Da se smanji nabreklost dojki ili otčepe začepljeni kanalići, te smanji neugodan osjećaj prepunjenosti dojki.

Da potakne dijete na dojenje

Majka može izdojiti mlijeko:

- ✓ Na bradavicu tako da ga dijete može namirisati i okusiti.
- ✓ Da održi proizvodnju mlijeka ako dijete ne siše, ili poveća proizvodnju mlijeka.
- ✓ Da osigura mlijeko ako djete ne može dojiti ili je suviše malo i brzo se umara.
- ✓ Izdojiti mlijeko u usta djeteta ako dijete slabo doji.
- ✓ Da pasterizira mlijeko za dijete (npr. ako je majka HIV pozitivna).

Mnoge majke radije ručno izdajaju mlijeko nego uz pomoć izdajalice zato što:

- Su ruke uvijek dostupne i nema dijelova koji se mogu izgubiti ili slomiti
- Ručno izdavanje može biti vrlo učinkovito i brzo kada majka stekne iskustvo.
- Neke majke više vole stimulaciju rukom nego osjećaj plastike na koži dojke.
- Ručno izdavanje je obično nježnije od izdavanja pumpicom.
- Postoji manji rizik od infekcije jer majka ne koristi opremu koju su možda koristile druge majke.

Kako ručno izdojiti mlijeko?



Najvažniji koraci u ručnom izdajanju su:

- ❖ Poticati nadolaženje mlijeka
- ❖ Pronalaženje mliječnih kanala
- ❖ Stiskanje dijela dojke ispod kojeg se nalaze kanali
- ❖ Ponavljanje tog postupka na svim dijelovima dojke

Poticanje nadolaženja mlijeka

Majka može potaknuti oksitocinski reflex:

- Ako je opuštena i udobno smještena
- Ako razmišlja o svom djetetu i promatra ga
- Ako grije dojku i nježno je masira
- Ako nježno stimulira bradavicu.

Pronalaženje mliječnih kanalića

To je mjesto blizu vanjskog ruba areole koje je smješteno na udaljenosti od bradavice za dužinu prvog zgloba palca. Ovdje se dojka doima drugačijom i tu se nailazi na niz čvorova poput graška - to su mliječni kanali.

Stiskanje dojke u predjelu kanala

Mlijeko se stvara u mliječnim žlijezdama. Prolaskom kroz mliječne kanaliće, dolazi do njihovih završetaka koji se nalaze ispod areole, tamnog dijela bradavice.

Prvi korak u **Marmetovoj tehnici** je izdojiti to mlijeko koje se nalazi u završecima mliječnih kanalića, i to na sljedeći način:

1. Staviti palac iznad bradavice, a kažiprst i ostale prste smjestiti ispod bradavice na 2-3 cm (to je najčešće na rubu areole, iako ne uvijek, jer se veličina areole razlikuje od žene do žene).

Provjeriti da prsti stoje u obliku slova C i to u položaju "6 i 12 sati".

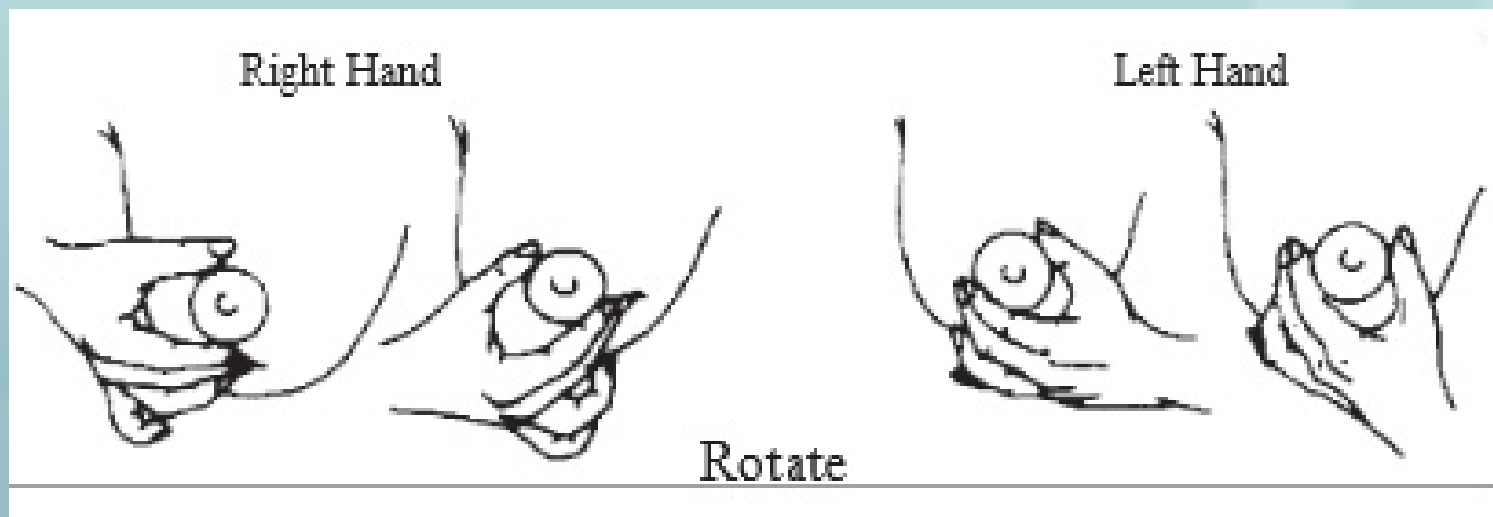
U ovom položaju, prsti su na mjestu na kojem se završeci mliječnih kanalića nalaze tačno ispod njih.

2. Pritisnuti dojku ravno u prsni koš i paziti da se prsti ne rašire. Kod većih dojki, prvo podignuti dojku, a onda pritisnuti.

3. Pomicati palac i prste prema naprijed, istovremeno pritiskajući kako bi ispraznili završetke mliječnih kanala. Ovim načinom oni se pritišću i prazne bez oštećenja osjetljivog tkiva dojke.

4. Ponavljati ritmički navedeni postupak kako bi se mliječni kanali u potpunosti ispraznili:

5. Rotirati položaj palaca i prstiju tako da spomenuti položaj "6-12 sati" promijenite u položaj "5-11", "2-8", "3-9 sati,,.



Izbjegavati jako pritiskanje, potezanje i klizanje prstima niz dojku jer to može uzrokovati modrice, oštećenja tkiva i peckanje u dojkama.

Kada izdajati mlijeko?

Ako dijete ne može dojiti , početi sa izdajanjem mlijeka što je prije moguće nakon poroda, najbolje u roku od 6 sati.

Koliko dugo izdajati mlijeko?

Dužina izdavanja zavisi od razloga zbog kojeg je izdavanje potrebno.

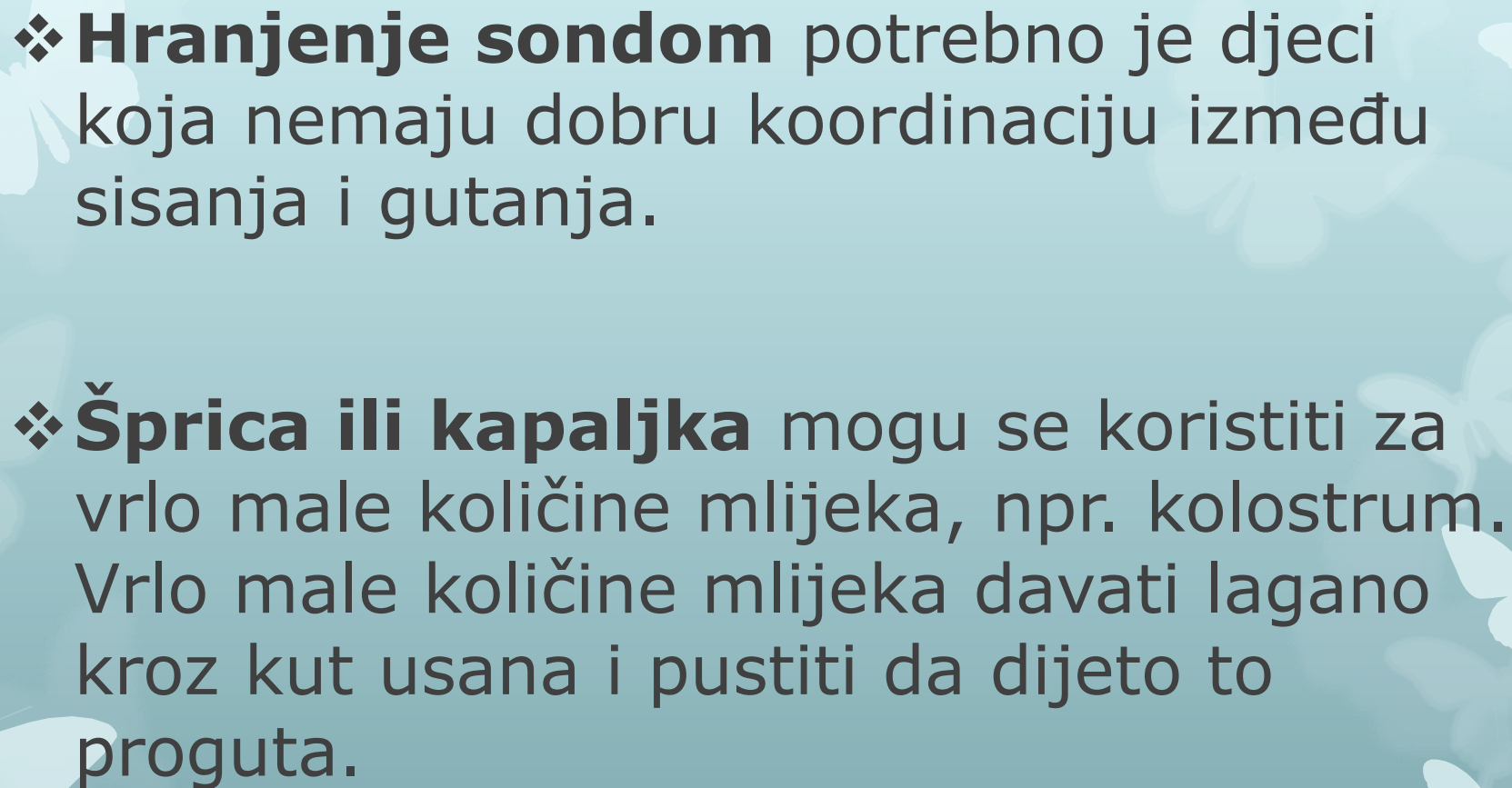
- ❖ Ako majka želi dobiti kolostrum za svoje dijete koje ne može da doji, treba se izdajati nekih 5-10 minuta kako bi dobila jednu kašičicu kolostruma.

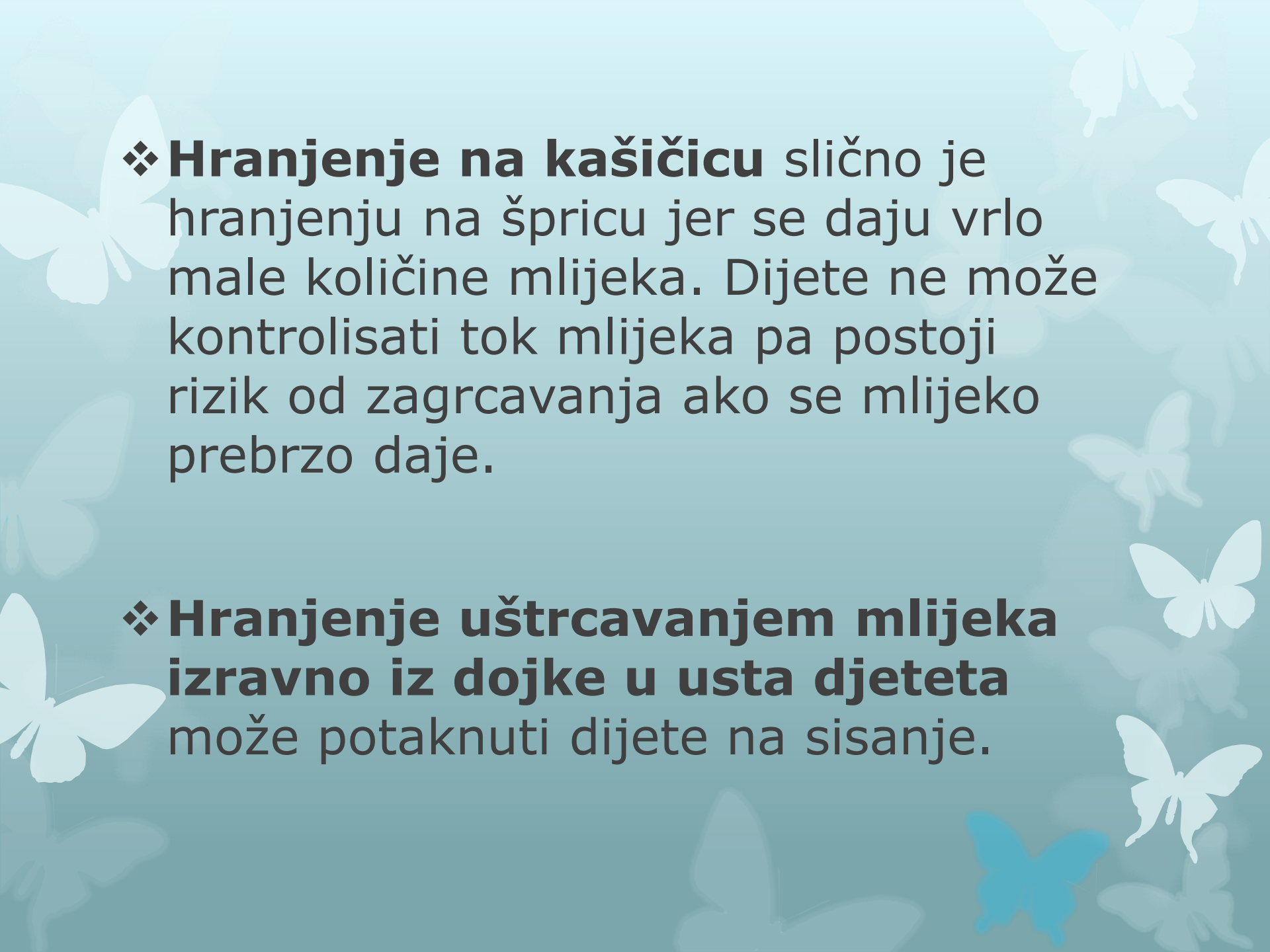
- ❖ Ako je cilj povećati proizvodnju mlijeka, izdajanje bi trebalo trajati oko 20 minuta barem 6 ili više puta u toku 24 sata, uključujući barem jedno izdajanje u toku noći.
- ❖ Ako majka želi samo omekšati areolu kako bi omogućila da dijete prihvati dojku, dovoljno je stisnuti dojku samo 3-4 puta.
- ❖ Ako majka želi otčepiti začepljeni izvodni kanal, treba stiskati i masirati sve dok otok ne nestane.

Kako hraniti dijete izdojenim mlijekom?

Djeca koja se ne hrane na prsima mogu se hraniti uz pomoć:

- ❖ Nazogastrične ili orogastrične sonde
- ❖ Šprice ili kapaljke
- ❖ Kašičice
- ❖ Uštrcavanjem mlijeka izravno iz dojke u usta djeteta
- ❖ Šoljice

- 
- ❖ **Hranjenje sondom** potrebno je djeci koja nemaju dobru koordinaciju između sisanja i gutanja.
 - ❖ **Šprica ili kapaljka** mogu se koristiti za vrlo male količine mlijeka, npr. kolostrum. Vrlo male količine mlijeka davati lagano kroz kut usana i pustiti da dijeto to proguta.



❖ **Hranjenje na kašičicu** slično je hranjenju na špricu jer se daju vrlo male količine mlijeka. Dijete ne može kontrolisati tok mlijeka pa postoji rizik od zagrcavanja ako se mlijeko prebrzo daje.

❖ **Hranjenje uštrcavanjem mlijeka izravno iz dojke u usta djeteta** može potaknuti dijete na sisanje.

❖ Hranjenje šoljicom



Dijete postavite u polusjedeći položaj s time da mu poduprete glavicu i leđa.

Dijete će reagirati i otvoriti usta. Tada mu dopustite da proguta malu količinu mlijeka.

Male količine mlijeka će se sigurno proliti ili će ih dijete izbaciti. Budite uporni, strpljivi i dajte pomalo male količine mlijeka.

Najbolje je djetetu dopustiti da samo uzima mlijeko.

Nikada mu nemojte ulijevati mlijeko u usta.

U šoljicu stavite malo mlijeka te je približite djetetovim ustima.

Šoljicu pristonite na djetetovu donju usnu i lagano je nagnite da mlijeko samo malo dodirne djetetovu gornju usnu.

Dijete će reagirati i otvoriti usta. Tada mu dopustite da proguta malu količinu mlijeka.

Količinu mlijeka koje dijete pojede mjerite na kraju dana, ne po svakom obroku, jer će dijete nekada pojesti više ili manje.

Izdajalice



Izdajalice nisu uvijek praktične, jeftine ili dostupne, pa je bolje da majke nauče ručno izdajati mlijeko.

Sa nekim velikim električnim izdajalicama moguće je izdojiti mlijeko iz obje dojke, što može povećati nivo prolaktina kod majke.

To može biti dobro ako su potrebne veće količine mlijeka ili ako majka nema mnogo vremena.

Ako majka izdajanjem dobije malo ili nimalo mlijeka, provjeriti da li je izdajalica ispravna.

Potrebno je da majka koristi čistu i sterilnu izdajalicu ako želi hraniti dijete mlijekom.

Čuvanje izdojenog mlijeka

Majčino mlijeko je živa supstanca koja je toliko dragocjena da je zovu i "bijela krv".

Dokazano je da majčino mlijeko sadrži neke antibakterijske tvari koje sprječavaju rast bakterija u njemu i koje mu pomažu da duže ostane svjež.

Da bi se sačuvale nutricionističke i antiinfektivne kvalitete izdojenog mlijeka, izuzetno je važno pravilno ga pohraniti.

Majčino mlijeko može se pohraniti na sljedećim temperaturama:

Kolostrum: na 27-32 °C - 12 sati

Zrelo mlijeko:

Na sobnoj temperaturi

na 25-37°C - 4 sata

na 15-25°C - 8 sati

ispod 15°C - 24 sata.

Mlijeko ne bi trebalo stajati na temperaturi preko 37°C

U hladnjaku: na temperaturi 2-4 °C do 8 dana

U zamrzivaču od 2 sedmice do 6 mjeseci.

Odmrzavanje i zagrijavanje izdojenog mlijeka

Što je majčino mlijeko svježije to bolje. Smrznuto mlijeko najbolje je odmrzavati u frižideru.

Ako je mlijeko potrebno odmah, odmrznite ga toplom vodom.

Ne otapati i ne zagrijavati izdojeno mlijeko u mikrovalnoj, jer postoji rizik od pregrijavanja koje može ozlijediti bebu, a u mlijeku uništiti važne enzime i imunološka svojstva.

U nekim kulturama porodica može potražiti zamjensku dojilju ako majka umre ili je ozbiljno bolesna ili ako je majka HIV pozitivna.

Kako bi se smanjio rizik zaraze djeteta HIV-om, zamjenska dojilja mora se testirati i biti HIV negativna.

Izlaganjem toploti uništava se virus HIV-a u majčinom mlijeku.



Hvala na pažnji 😊