

Через 1 месяц после окончания лактации рекомендуется сделать ультразвуковое исследование молочных желез. Если никакая патология не обнаруживается, можно планировать следующего ребенка.



И не удивляйтесь, если обнаружите, что даже спустя некоторое время после прекращения кормлений при нажатии на грудь выделяется молоко. Это абсолютно нормально и может наблюдаться в течение нескольких лет.



Кормление грудью – это и есть «те жизни счастливые моменты», не отказывайтесь от своего счастья!



## Когда и как отлучить ребенка от груди



ГКУЗ «Волгоградский областной центр медицинской профилактики»

400081 Волгоград  
ул. Политрука Тимофеева, дом 5  
Телефон/факс: (8442) 36-26-20  
Адрес электронной почты:  
[vocmp@vomiac.ru](mailto:vocmp@vomiac.ru)



## Женское молоко имеет важнейшие достоинства:

1. Сбалансированный уровень и высокую усвояемость пищевых веществ организмом ребенка;
2. Наличие в молоке широкого спектра биологически активных веществ и защитных факторов (ферментов, гормонов, иммуноглобулинов, лактоферрина, лейкоцитов и др.);
3. Благоприятное влияние на микрофлору кишечника;
4. Стерильность;
5. Оптимальную температуру и прочее.

## Когда отлучать ребенка от груди?

ВОЗ/ЮНИСЕФ рекомендует продолжать грудное вскармливание до 2 лет и более. В этом возрасте можно кормить малыша грудью 1-2 раза в сутки, чаще ночью. Но эти кормления очень важны. Молоко имеет уникальные свойства – на каждом этапе развития. Молоко содержит именно те биологические вещества (гормоны, факторы роста и т.п.) которых нет ни в каком детском питании и которые обеспечивают в данный момент его правильное развитие. Женщины, которым удалось успешно прокормить малыша грудью длительное время, боятся момента отлучения от груди. Но не следует забывать, что **кормление грудью – это естественный биологический процесс и его окончание также должно быть естественным. Оптимальный возраст малыша для окончания вскармливания грудью – между 2 и 3 годами.** Для женщины завершение грудного вскармливания в этот период

не сопряжено с какими-либо неприятными ощущениями. Вначале попробуйте не кормить ребенка грудью в течение 1 суток. Если грудь остается такой же мягкой, как и обычно, то женщина уже готова к отлучению. Если же через несколько часов появляется чувство распирания в груди от прибывшего молока, то можно не спешить с отлучением.

## Как отлучать ребенка от груди?

Отлучать ребенка от груди лучше постепенно, ориентируясь на его психо-эмоциональное состояние. Не следует резко бросать кормление, это не будет полезно ни для мамы, ни для ребенка, а кроме того, может травмировать грудь. Также нежелательно уезжать, оставляя малыша с бабушкой или няней. Это создает дополнительный стрессовый фактор для ребенка. Если постепенно заменять одно из кормлений в течение 1 недели, то ребенок быстро привыкнет к новому графику. И грудь мамы будет в порядке, и она избежит лактостаза или мастита, и постепенно продукция молока будет уменьшаться. Нужно отвлекать малыша от кормления, а если он уже достаточно взрослый, то и объяснить ему, что грудь он получит чуть позже, а предложить ему новую игрушку или новую игру. Одним словом, с ребенком следует «договариваться».

Важно предлагать и телесный контакт, чаще держать кроху на руках, обнимать. Для ребенка старше года грудное вскармливание, кроме «питающей», выполняет еще одну важную функцию: **обеспечивает душевный комфорт.**

Жаркое время года и болезнь ребенка – это не самый лучший период для отнятия его от груди.



Ясли - не повод для прекращения кормления. Ребенок может получать грудь вечером, ночью и утром. Мощная поддержка иммунитета малыша, которую он получает с грудным молоком, придется маленькому детсадовцу очень кстати.

