

## NAUJAGIMIO PRIEŽIŪRA (ŽINDYMAS) Nr.A4

Naujagimiai/kūdikiai žindomi pagal jų poreikį dieną ir naktį. Dažniausiai tai vyksta kas 2-3 val. Būna ilgesnis 4-5 val. Miegas ir dažnesni maitinimosi epizodai, ypač vakare, kas 1-1.5 val. Kūdikui maisto pakanka, jei jis šlapinasi ne mažiau 6 kartus per parą, tuštinasi gelsvomis išmatomis, auga svoris. Kūdikių neramumas dažnai neteisingai interpretuojamas kaip maisto stygius ir nepagrįstai pradedamas dirbtinis maitinimas.

Žindymo pozicija sėdint,  
„lopšio“ pozicijoje

Patogiai atsisėsk.

Paremk juosmenį pagalvę.

Naudok žindymo pagalvę ar kitą pagalvėlę sau ant kelių, kad kūdikis būtų krūtų aukštyje

Paimk kūdikį per pečių juostą priešinga ranka, nei krūtis, iš kurios maitinsi.

Atsuk visą kūnelį į save, kad liestųsi kūdikio ir mamos pilvas

Žindymo pozicija sėdint,  
„kamuolio“ pozicijoje

Patogiai atsisėsk.

Paremk juosmenį pagalvę.

Naudok žindymo pagalvę ar kitą pagalvėlę iš šono, kad kūdikis būtų krūtų aukštyje

Paimk kūdikį per pečių juostą ta pačia ranka, kaip krūtis, iš kurios maitinsi.

Atsuk visą kūnelį į save, kad liestųsi kūdikio pilvas su mamos šonu

Žindymo pozicija gulint

Patogiai atsigulk. Sulenk per kelius kojas. Paremk pagalvėmis pečių juostą. Kūdikį pasiguldyk ant šono, atgręžtą į save.

Pilvas liečia mamos pilvą.

Prilaikyk kūdikį per pečių juosta ta ranka, kuria patogiau

Krūties apžiojimas

Prilaikyk krūtį keturiais pirštais iš apačios, nykščiu iš viršaus.

Paspausk nykščiu krūtį taip, kad spenelio kryptis būtų į gomurį

Speneliu paliesk kūdikio lūpas.

Palauk, kol plačiai išsižios ir švelniu judesiu priglausk jį prie krūties

Patikrink, ar apatinė lūpa išsivertusi; smakras remiasi į krūtį, apžiota rudojo laukelio daugiau iš apačios nei iš viršaus. Paklausk, ar girdisi rijimo garsas

Žindyk tol, kol kūdikis krūtį paleis pats. Jei žindymas skausmingas, keisk padėtis, tikrink krūties apžiojimą