

ВОЛОГОДСКИЙ ИНСТИТУТ ЭПИДЕМИОЛОГИИ
И МИКРОБИОЛОГИИ

6182

Л 33

207443



ПАМЯТКА МАТЕРИ

ПО УХОДУ ЗА ГРУДНЫМ РЕБЕНКОМ

ТОТЬМА

1948

6184 + K.M.U. + Kp.

133

12.08.13 В.ОКБ
15.05.2023 03P



ПАМЯТКА МАТЕРИ

по уходу за грудным ребенком

Пигде в мире нет такой заботы о матери и о ребенке, как у нас в СССР.

Здоровый ребенок—радость родителей, гордость и надежда нашей Родины.

Каждая советская мать должна понимать, что воспитание ребенка—ответственное и важное государственное дело.

Материнское молоко — самая здоровая, самая лучшая пища для маленького ребенка.

До 5—6 месяцев ему никакой другой пищи не требуется.

На первом году жизни заболевают и часто погибают главным образом те дети, которых не кормят матери грудью или начинают рано прикармливать кашей, хлебом, жовкой и тому подобной вредной пищей. От этого у детей возникает раса, понос, от которых они и умирают (диспепсия). При загрязненности рук у лиц, производящих такой ручной прикарм, дети заражаются дизентерией—болезнью чрезвычайно опасной для маленьких детей.

Срытное вскармливание грудного ребенка материнским молоком—лучшая защита от дизентерии.

Как кормить грудного ребенка

В первые 3 месяца надо кормить днем 6—7 раз, через каждые 3 часа. Не приучать к еде по ночам.

ЧАСЫ КОРМЛЕНИЯ: 6 час. утра, 9 часов утра, 12 часов дня, 3 часа дня, 6 часов вечера, 9 часов вечера и 12 часов ночи.

Чем старше становится ребенок, тем больше он высасывает молока, значит и кормить его надо тогда реже.

После трех месяцев до 6 месяцев надо кормить через три споловинной, через четыре часа, т.е. шесть раз в сутки. Если днем ребенок спит подряд четыре часа, его надо разбудить и накормить. Ночью ребенка для кормления будить нельзя.

Грудь надо давать поочередно: в одно кормление правую, в другое левую.

Перед кормлением надо хорошо вымыть руки с мылом, обмыть грудной сосок остуженной кипяченой водой. Сесть спокойно, подставить под ноги скамейку и приложить ребенка к груди. Следить, чтобы грудь не закрывала нос ребенка и не мешала ему дышать.

Кормить ребенка следует 20—25 минут. Если ребенок плохой сосун и он быстро засыпает у груди, его надо тревожить и докормить.

Качать и трясти ребенка вредно, особенно после кормления—он будет срыгивать и голодать.

Обтирать внутри ротик ребенку как до кормления, так и после него опасно, можно занести заразу.

Если ротик у ребенка не в порядке, его следует немедленно показать врачу и точно исполнять совет врача.

И так, с рождения до 6 месяцев ребенка надо кормить только грудью.

Материнское молоко в этот период жизни предохраняет ребенка от многих опасных заболеваний.

Лишать ребенка материнского молока возможно только в случае тяжелой болезни матери—после совета с врачом.

Прикорм грудного ребенка следует начинать не ранее 5—6 месяцев, посоветовавшись подробно о порядке прикорма с врачом консультации. С 5—6 месяцев ребенок нуждается в получении прикорма.

Первый прикорм вводится в виде 5% манной каши на половинном молоке. Через неделю 5% каша заменяется 10% манной каши на половинном молоке.

Когда ребенок привыкнет к 10% каше, можно добавлять клюквенный кисель.

С 6,5—7 месяцев можно давать картофельное или морковное пюре. Летом при наличии яблок можно овощное пюре иногда заменять яблочным.

С 8—9 месяцев можно ввести в питание ребенка сахар, печенье, тогда же можно разрешить яичный желток.

Мясной фарш разрешается с 8—10 месяцев.

Мясные котлеты даются после года при наличии достаточного количества зубов.

Цельное молоко можно давать после 8 месяцев.

Грудное вскармливание заменяется прикормом в следующем порядке:

первый прикорм начинать с 5—6 месяцев,

второй прикорм вводится с 6—7 месяцев,

третий прикорм—с 8 месяцев,

четвертый прикорм—с 9—10 месяцев.

Отнятие от груди производится к году жизни ребенка.

О введении каждого нового прикорма надо советоваться с врачом консультации.

Прикорм летом следует производить с особой осторожностью, по указанию врача консультации. Неправильный прикорм может вызвать у ребенка понос, а летние поносы протекают очень тяжело.

Не следует отнимать ребенка от груди в летнюю жару и во время болезни ребенка.

Мать, желая улучшить питание ребенка, может это с успехом выполнять, улучшая собственное питание.

Улучшенное питание матеря, потребление молока, свежих овощей, богатых витаминами—делает материнское молоко более питательным. Здоровая мать может принимать все виды пищи.

Уход за ребенком

Чистота тела ребенка, чистота обстановки и хороший воздух, тепло, имеют решающее значение в правильном росте, развитии и сохранении от заболеваний маленького ребенка.



Ребенка надо ежедневно купать в чистой ванне или корыте, которые ни для каких других целей не использовать (в ванне или корыте нельзя производить стирку или мыть что-нибудь). Рекомендуется воду брать кипяченую.

Купать ребенка надо перед последним кормлением на ночь

Лицо и глаза промывать не из корыта, а кипяченой водой из отдельной чашки.

Воздух и свет необходимы ребенку не менее чем пища.

Необходимо ежедневно выносить ребенка на воздух, если нет обильного мороза ($10-15^{\circ} \text{C}$), сильного ветра и дождя.

Летом можно выносить на воздух ребенка в первые же дни после рождения. Зимой через 3-4 недели после рождения.

Ребенка, родившегося зимой или осенью, надо приучать к прогулкам постепенно. Выносить 1-2 раза в день на 5-10 минут, постепенно увеличивая время гулянья на воздухе и довести его до 2 часов в день (с перерывами).

Развитие ребенка хорошо наблюдать, производя систематически взвешивание.

В среднем нарастание в весе в граммах имеет следующий вид:

Новорожденный	1 мес.	2 мес.	3 мес.	4 мес.	5 мес.	6 мес.	7 мес.
3.300	4.000	4.600	5.200	5.800	6.400	7.000	7.500

8 мес.	9 мес.	10 мес.	11 мес.	12 мес.	2 года	3 года
8.000	8.400	8.800	9.200	9.600	10.000	10.400

В случае задержки в нарастании веса, необходимо обращаться в детскую консультацию за советом к врачу.

В сохранении здоровья грудного ребенка имеет огромное значение личная гигиена матери.

Чистота тела матери, поддерживаемая частым посещением бани, ежедневное пребывание на свежем воздухе. Хороший сон, правильное питание употребление молока, све-

щей, обильное питье, желание вскармливать грудью ребенка—много способствуют накоплению молока у матери.

Чистота рук матери и всех кто соприкасается с ребенком, имеет решающее значение в предохранении его от заболевания дезинтерией.

Прежде чем прикоснуться к грудному ребенку следует тщательно вымыть руки с мылом.

Материнская ласка, тщательная чистота при уходе за ребенком, постоянная забота о чистом воздухе для ребенка, правильное, исключительно грудное вскармливание до 5—6 месяцев, разумно проводимый прикорм после 6 месяцев обеспечивают нормальное развитие ребенка и дают защиту от заболеваний.

Директор Института Заслуженный врач РСФСР
В. ЛЕБЕДЕВ.



п. 53 г.

07

100

58

89