Starostlivosť o bradavky počas dojčenia, odsávačky mlieka, cievky

Zverejnené: 15. marca 2022 | Autor: Ing. Mária Lamparská



Dojčenie je veľmi dôležité pre zdravie dieťaťa i matky. Dieťa dostáva správny pomer živín, imunitných látok a taktiež má zníženú možnosť vzniku civilizačných ochorení. Matke sa rýchlejšie stiahne brucho po pôrode, taktiež sa zníži riziko karcinómu prsníkov, vaječníkov a vzniku osteoporózy. Dojčenie prebieha vďaka svalu na bradavke a dvorci (okolie bradavky). Hormón oxytocín spôsobuje vypudenie mlieka z 15 – 20 drobných otvorov na bradavke (area cribriformis papillae). Tvorba mlieka začína po 2 až 3 dňoch po pôrode. Čím dlhšie dieťa pije z prsníka, tým sa tvorí viac mlieka. Následkom toho sa prsia prekrvujú a napínajú, čo môže byť bolestivé.

Na začiatku je dôležité správne prisatie dieťaťa. Ak nemá matka s dieťaťom vhodnú techniku, prejavuje sa to bolesťou a vznikom ragád (trhlín) na bradavke. Tento problém býva častokrát dôvodom, prečo sa matky

rozhodnú dojčenie ukončiť. Dôvody poškodenia bradavky sú nevhodná poloha pri dojčení, príliš plné prsia, zlé prisatie dieťaťa alebo nesprávne priloženie.

Ako môžeme matke pomôcť?

- Pred dojčením si môže matka prikladať na bradavky teplé obklady.
- Ak sú bradavky príliš bolestivé, je vhodné si časť mlieka odstriekať (najlepšie ručne, ak jej to nejde, môže použiť odsávačku na mlieko). Keď sú prsia menej plné, dieťaťu sa ľahšie saje mlieko.
- Ak sa dieťa zle prisaje a matka má bolesti, môže mu vložiť malíček do pusy, aby sa pustilo a môže to skúsiť opäť (prevencia).
- Tiež je vhodné, aby boli bradavky po dojčení suché. Vhodné je použitie regeneračných mastí s obsahom lanolínu. Masti s prídavkami olejov či liečiv je vhodné pred dojčením zmyť. Oleje, ktoré majú charakteristický zápach môžu dieťa odpudzovať od dojčenia.
- Ak má matka natoľko poškodené bradavky, že rozmýšľa nad odstavením dieťaťa, je vhodné na 2 až 3 dni mlieko odsávať a následne mlieko podávať dieťaťu fľašou. Poprípade môže dojčenie striedať takouto formou cez deň.
- V prípade kvasinkovej infekcie je nutné preliečiť bradavky krémom s antimykotickým účinkom (klotrimazol), ktorý je však nutné pred dojčením dôkladne umyť. Dieťaťu je tiež potrebné nasadiť liečbu proti kvasinkám (genciánová violeť). Pri kvasinkovej infekcii bradaviek nie je nutné ukončiť dojčenie.
- Problémy s prisatím a následne poranenie bradaviek spôsobujú aj cumle a fľaše, ktoré spôsobujú, že dieťa nadobúda inú techniku satia ako pri dojčení, preto je vhodné na to matku upozorniť.
- Ak má matka zatvrdnuté prsia, vhodné je pred dojčením prikladať teplé obklady a po dojčení studené obklady. Tiež je vhodné pred dojčením stvrdnuté miesto premasírovať a odstriekať mlieko.

Odsávačka mlieka

Odsávať mlieko je nutné len pri komplikáciách spomenutých vyššie, príp. ak matka užíva lieky, pri ktorých nemôže dojčiť. V tomto prípade je dôležité zachovať laktáciu odsávaním mlieka. Vhodné je odstriekavanie rukou, avšak mnoho matiek to nevie, preto je lepšie siahnuť po odsávačkách mlieka.

Sú 2 druhy odsávačiek mlieka

1. Manuálna odsávačka mlieka – pri krátkodobom používaní. Vhodné sú dvojfázové odsávačky, ktoré najprv stimulujú tvorbu mlieka, a potom odsávajú mlieko. Táto technika je podobná technike pri dojčení.
2. Elektrické odsávačky mlieka – lepšie stimulujú tvorbu mlieka. Je vhodná na dlhodobé odsávanie mlieka. V tomto prípade sa odporúča odsávať 8 – 10x za deň v 10 až 15 minútových intervaloch.

Správna dispenzácia odsávačiek mlieka:

Pred použitím treba odsávačku vysterilizovať. Vhodné je, aby si žena pred odsávaním nahriala prsia teplým obkladom a čistými prstami si prsia rozmasírovať. Následne by sa mala usadiť do mierneho predklonu, aby mlieko správne odtekalo.

Uskladňovanie materského mlieka:

- 3 hodiny pri izbovej teplote,
- pasterizované mlieko môže byť v chladničke po dobu 24 hodín,
- v mrazničke môže byť mlieko pri teplote -18 °C po dobu 3 mesiacov (ozmraziť sa môže buď cez noc

v chladničke, alebo vo vlažnej vode; následne sa musí spotrebovať do 24 hodín od rozmrazenia).

Použitie cievky na mlieko

Cievka sa používa na dokŕmenie materským mliekom (CN-01), ak nie je schopné sa prisať na prsníky alebo ak dieťa saje príliš málo. Väčšinou sa používa pri predčasne narodených deťoch. Vtedy sa cievka napojí buď na striekačku s materským mliekom a druhá časť cievky sa priloží k prsníku alebo k prstu. Lepšia možnosť je k prsníku, pretože sa aj u mamičky stimuluje tvorba mlieka a dieťatko si tak odsaje mlieko aj od matky. Cievka sa vkladá do kútika úst dieťatka. Cievka sa čistí pomocou 5 ml striekačky pomocou teplej vody. Jedna cievka sa môže používať 1 týždeň.

Pri niektorých prípadoch sa používa aj na dokŕmenie umelou mliečnou formulu (CV-01).

Ing. Mária Lamparská