

Načini dojenja

Postoji više različitih pozicija koje možete koristiti tokom dojenja, uključujući:



Pozicija držanja u naručju

Ova pozicija se izgleda, najčešće koristi od strane majki koje doje redovno. Pridržite bebu rukom koja je na istoj strani kao i dojka iz koje se beba hrani. Beba treba da bude okrenuta stomakom prema vama.

Poput urođenog refleksa, beba će široko otvoriti usta. U tom trenutku, približite bebu tako da može dohvatiti bradavicu na vašoj dojci.



Pozicija držanja u naručju, suprotnom rukom

To je dobra pozicija ukoliko imate problema prilikom zauzimanja pozicije bebe blizu dojki. Pridržavajte bebu korišćenjem ruke na suprotnoj strani od one na kojoj se nalazi dojka iz koje hranite bebu. Uverite se da vaša beba leži okrenuta stomakom prema vama.

Rukom pridržavajte vrat i ramena bebe, ostavljajući glavu slobodnu u slučaju da beba želi da se zavalj. Koristite slobodnu ruku (na istoj strani kao i dojka iz koje se beba hrani) da pridržite vašu dojku. Kada beba otvori usta, prinesite je bliže vama, tako da može bolje da shvati šta se dešava.



Pozicija ispod ruke

Pridržavajte bebu svojom rukom na istoj strani gde se nalazi dojka iz koje se beba hrani. Ova pozicija je izuzetno korisna za žene sa velikim grudima koje su imale carski rez ili male bebe.



Ležeća pozicija

Probajte da hranite bebu u ležećem položaju. Ležite sa vašom bebom tako da vas gleda u lice. Ova pozicija je izuzetno korisna kada bebu hranite tokom noći ili kada želite da se odmorite tokom dana.



Dojenje blizanaca

U slučaju kada se blizanci doje u različito vreme, tada bilo koja, prethodno pomenuta pozicija će dobro odgovarati. Međutim, ako je dojenje stabilno, možete hraniti vaše bebe istovremeno, korišćenjem sklopčanog ili položaja ispod ruke.

Od izuzetne važnosti je da pronađete udobnu poziciju., zato što će omogućiti vašoj bebi da lakše doji. Bez obzira koju ste poziciju izabrali, uverite se da vaša beba može da osloni glavu unazad i zavalj se dok jede.