

# РУКОВОДСТВО ДЛЯ КОРМЯЩИХ МАТЕРЕЙ

Возраст вашего младенца	1 НЕДЕЛЯ							2 НЕДЕЛИ	3 НЕДЕЛИ	
	1 ДЕНЬ	2 ДНЯ	3 ДНЯ	4 ДНЯ	5 ДНЕЙ	6 ДНЕЙ	7 ДНЕЙ			
<b>Как часто следует кормить грудью?</b> За сутки, в среднем в течение 24 часов	       							Как минимум, 8 кормлений в сутки (через каждые 1 - 3 часа). Ваш ребенок сосет сильно, медленно, постоянно и часто глотает.		
<b>Размер желудка вашего младенца</b>	 Размером с вишню		 Размером с грецкий орех		 Размером с абрикос		 Размером с яйцом			
<b>Мокрые подгузники: Количество, насколько мокрые</b> За сутки, в среднем в течение 24 часов	 Минимум 1 МОКРЫЙ		 Минимум 2 МОКРЫХ		 Минимум 3 МОКРЫХ		 Минимум 4 МОКРЫХ		 Минимум 6 ТЯЖЕЛЫХ, МОКРЫХ, С БЛЕДНО-ЖЕЛТОЙ ИЛИ ПРОЗРАЧНОЙ МОЧОЙ	
<b>Грязные подгузники: количество и цвет стула</b> За сутки, в среднем в течение 24 часов	 Минимум от 1 до 2 ЧЕРНЫЙ ИЛИ ТЕМНО-ЗЕЛЕНЫЙ		 Минимум 3 ЧЕРНЫЙ, ЗЕЛЕНый ИЛИ ЖЕЛТЫЙ		 Как минимум 3 объемный, мягкий и зернистый ЖЕЛТЫЙ					
<b>Вес вашего младенца</b>	В течение первых 3 дней жизни младенцы теряют в среднем 7% от их массы тела при рождении				Начиная с 4-го дня и далее, ваш младенец должен набирать от 20 до 35 г в сутки (от 2/3 до 1 1/3 унций) и восстановить его или ее вес при рождении к сроку от 10 до 14 дней.					
<b>Прочие признаки</b>	Ваш ребенок должен сильно кричать, активно двигаться и легко просыпаться. Ваши груди чувствуются более мягкими и менее полными после грудного вскармливания.									

best start  
meilleur départ

by/par health nexUS santé

Грудное молоко - это единственное питание, необходимое младенцу в течение первых шести месяцев: в возрасте шести месяцев начинайте вводить в рацион твердую пищу, продолжая кормление грудью до возраста двух лет и старше (ВОЗ, ЮНИСЕФ, Канадское общество педиатров).

Если вам необходима помощь, обратитесь к нашему врачу, медсестре или акушерке. Адрес ближайшего к вам отдела здравоохранения можно узнать, позвонив в информационную службу: 1-800-268-1154. За взаимопомощью среди кормящих матерей обращайтесь в справочную службу «La Leche League Canada» по телефону 1-800-665-4324