**Gdy dziecko nie chce ssać piersi… Podpowiadamy, co robić!**

**Ponad 90% kobiet w ciąży deklaruje, że pragnie karmić piersią i zależy im, aby robić to jak najdłużej**[[1]](#footnote-1)**. Jednak mimo chęci, wiele kobiet napotyka trudności w tym sposobie karmienia dziecka. Przykładem jest sytuacja, kiedy niemowlę nie chce ssać piersi. Odmowa ssania zazwyczaj nie jest niczym groźnym, jednak dobrze odnaleźć powód takiego zachowania malucha – dla spokoju mamy i dobra dziecka.**

Wyłączne karmienie piersią przez **6 pierwszych miesięcy życia malucha oraz kontynuacja tego sposobu żywienia dziecka przy jednoczesnym wprowadzaniu do jego diety pokarmów uzupełniających** jest zalecane przez wszystkie najważniejsze organizacje zajmujące się zdrowiem i żywieniem najmłodszych, m.in. Światową Organizację Zdrowia (WHO) czy Amerykańską Akademię Pediatrii (AAP). Ta rekomendacja jest uzasadniona m.in. tym, że **matczyny pokarm dostarcza maleństwu kluczowe składniki odżywcze, ale też wspiera jego odporność**.

**Dlaczego niemowlę nie chce ssać piersi?**

Niemowlę odmawia ssania piersi, mimo że wcześniej nie było z tym problemu? Przyczynami mogą okazać się niewielkie, a jednak znaczące zmiany dla malucha, m.in. inne perfumy mamy, **głośne dźwięki telewizora, ostre światło czy zbyt wysoka lub za niska temperatura w pokoju, w którym dziecko jest zazwyczaj przystawiane do piersi**.

Incydentalna niechęć malucha do ssania piersi mamy nie powinna niepokoić. Jednak gdy taka sytuacja zacznie się regularnie powtarzać, należy bacznie obserwować dziecko, udać się z nim do lekarza pediatry, doradcy laktacyjnego lub poprosić o wizytę położną środowiskową.

**Najpopularniejsze powody, które sprawiają, że niemowlę przejawia niechęć do karmienia go piersią**:

* nieodpowiednia technika przystawienia do piersi,
* niemowlę odczuwa ból (ząbkowanie, kolki, pleśniawki, zaparcia),
* mleko z piersi wypływa zbyt szybko lub nie wypływa w ogóle,
* maleństwo nie jest głodne.

**Jak opanować sytuację?**

Na początek – chociaż może się to okazać niełatwe – trzeba uzbroić się w cierpliwość i stać się oazą spokoju. Często się zdarza, że niemowlę nie chce ssać piersi, ponieważ odczuwa negatywne emocje mamy – stres, niepokój, zniecierpliwienie czy smutek. By uniknąć takiej sytuacji, **przed przystawieniem dziecka do piersi kobieta powinna spróbować się zrelaksować**. Jeśli maluch jest niespokojny, pomóc może tulenie czy kołysanie na rękach. Przed karmieniem należy również **upewnić się, czy niemowlę nie ma podwyższonej temperatury, brudnej pieluszki albo mocno napuchniętych dziąseł**. Dodatkowo warto zadbać o to, aby karmienie odbywało się w miłej atmosferze i w miejscu komfortowym zarówno dla mamy, jak i dla dziecka.

Jeśli mama zobaczy pierwsze oznaki głodu malucha, już wtedy może rozpocząć przygotowania do karmienia. Za sprawą takiego podejścia niemowlę będzie miało czas na oswojenie z piersią i wygodne ułożenie się w objęciach mamy.

**Co zrobić, jeśli dziecko konsekwentnie odmawia ssania piersi?**

Przede wszystkim nie należy zbyt szybko się poddawać – **warto próbować przystawiać dziecko do piersi kilka razy w ciągu dnia oraz karmić go odciągniętym pokarmem,** używając do tego pipetki lub kubeczka. Dzięki temu niemowlę nie przyzwyczai się zbyt szybko tylko do butelki, z której zazwyczaj łatwiej mu pobierać pokarm. Istotne w tym czasie jest również regularne odciąganie pokarmu – to jeden ze sposobów na podtrzymanie laktacji.

Komplikacje przy karmieniu piersią lub choroby powodują, że **40% kobiet we wczesnym okresie życia dziecka karmi lub dokarmia dziecko mlekiem modyfikowanym, a później liczba ta wzrasta nawet do 70%[[2]](#footnote-2)**. Jednym z głównych powodów wprowadzenia karmienia mieszanego jest m.in. niski przyrost masy ciała niemowlęcia. W takiej sytuacji z myślą o wspieraniu rozwoju i potrzebach żywieniowych niemowlęcia mama – **w porozumieniu z lekarzem pediatrą – powinna wybrać odpowiednie mleko następne**. Najlepiej zdecydować się na takie, którego receptura jest inspirowana właściwościami kobiecego pokarmu i dostarczy niemowlęciu (które nie jest karmione wyłącznie piersią) kluczowe składniki odżywcze. Przykładem jest [**Bebilon Profutura 2**](https://www.bebiprogram.pl/produkty/bebilon-profutura-2)**. To najbardziej zaawansowana formuła** wśród mlek następnych Nutricia**, gdy wyłączne karmienie piersią nie jest możliwe.** Łączy unikalną **kompozycję oligosacharydów GOS/FOS**, która odwzorowuje kompozycję krótko- i długołańcuchowych oligosacharydów mleka matki, **z najwyższym poziomem HMO na rynku**[[3]](#footnote-3), czyli naturalnie występujących w mleku matki oligosacharydów: 2’FL, a także 3’GL, który powstaje w wyniku unikalnego procesu[[4]](#footnote-4). Zawiera również **niezbędne witaminy i składniki mineralne** w odpowiednich ilościach, a także posiada **wyjątkowy profil kwasów tłuszczowych**.

**Ważne informacje:** Karmienie piersią jest najwłaściwszym i najtańszym sposobem żywienia niemowląt oraz rekomendowane dla małych dzieci wraz z urozmaiconą dietą. Mleko matki zawiera składniki odżywcze niezbędne do prawidłowego rozwoju dziecka oraz chroni je przed chorobami i infekcjami. Karmienie piersią daje najlepsze efekty, gdy matka prawidłowo odżywia się w ciąży i w czasie laktacji oraz gdy nie ma miejsca nieuzasadnione dokarmianie dziecka. Przed podjęciem decyzji o zmianie sposobu karmienia matka powinna zasięgnąć porady lekarza.

1. „Karmienie Piersią w Polsce Raport 2015”, badanie przeprowadzone przez Centrum Nauk o Laktacji. N = 736 kobiet spodziewających się dziecka oraz kobiet, które są już mamami. [↑](#footnote-ref-1)
2. U&A 2018, Kantar TNS. [↑](#footnote-ref-2)
3. W porównaniu do innych mlek następnych na rynku, na podstawie danych zebranych w lutym 2020 r. [↑](#footnote-ref-3)
4. Opracowanego przez naukowców Nutricia. [↑](#footnote-ref-4)