

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ О.О.БОГОМОЛЬЦЯ**

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
до практичних занять для студентів**

Вибіркова дисципліна: «Основи догляду за здоровою дитиною»

Тема заняття: Успішне грудне вигодовування – практичні поради

Галузь знань: 22 «Охорона здоров'я»

Спеціальність: 222 «Медицина»

Кафедра педіатрії № 2

Затверджено на засіданні кафедри педіатрії №2 від 29 серпня 2025 р.,
протокол № 1

Завідувач кафедри,

член-кореспондент НАМН України,

професор

Волосовець О.П.

Розглянуто та затверджено:

ЦМК з педіатричних дисциплін від 29 серпня 2025 р., протокол № 1

Голова ЦМК, професор

Починок Т.В.

Конкретні цілі:

1. Знати переваги грудного вигодовування (ГВ) для матері та дитини
2. Знати принципи ГВ
3. Знати протипоказання для ГВ
4. Володіти технікою прикладання дитини до грудей матері

Результати навчання

Інтегральні компетентності: здатність забезпечити ГВ для дитини

Загальні компетентності:

- Здатність реалізувати право дитини на ГВ
- Оволодіння принципами ГВ
- Здатність застосовувати ГВ у практиці
- Здатність до довірчої комунікації з матір'ю дитини
- Здатність працювати у взаємодії з батьками дитини
- Здатність використовувати сучасні інформаційні технології
- Усвідомлення рівних можливостей у питаннях ГВ

Спеціальні фахові компетентності:

- Здатність збирати медичну інформацію про пацієнта
- Здатність до оцінювання впливу навколишнього середовища, та біологічних детермінант на стан здоров'я дитини та сім'ї
- Дотримання етичних принципів при роботі з пацієнтами
- Дотримання професійної та академічної доброчесності

Практичні навички:

- Вміти проводити консультування вагітної жінки та матері щодо ГВ
- Заохочувати батьків до ГВ
- Вміти правильно налагодити ГВ
- Вміти визначити проблеми дитини під час консультування щодо ГВ
- Вміти розпізнавати і вирішувати проблеми матері, що зв'язані з ГВ
- Вміти давати пояснення на поширені питання батьків щодо ГВ

Методи навчання:

- словесні (пояснення, бесіда, дискусія)
- наочні (демонстрація)
- практичні (практична робота)
- метод клінічних кейсів
- проблемно-орієнтований метод

Методи контролю:

- тестовий контроль початкового рівня знань
- усне індивідуальне опитування
- співбесіда в групах
- контроль виконання практичних завдань (спілкування)
- заключний контроль рівня знань (тести, ситуаційні завдання)

Базовий рівень підготовки:

Вивчення дисципліни не потребує базової спеціальної підготовки. Шкільні знання з предметів анатомія, біологія, основи безпеки життєдіяльності

Питання до заняття:

1. Визначення ГВ.
2. Переваги ГВ
3. Значення ГВ для здоров'я дитини.
4. Значення ГВ для здоров'я матері.
5. Рекомендації ВООЗ та ЮНІСЕФ щодо ГВ
6. Принципи ГВ
7. Протипоказання до годування грудьми
8. Техніка ГВ

Практичні завдання:

1. Здійснювати консультування вагітної жінки та матері дитини щодо підтримки ГВ.
2. Забезпечувати проведення ГВ згідно рекомендаціям ВООЗ та ЮНІСЕФ щодо ГВ
3. Здійснити оцінку готовності дитини ГВ
4. Розуміти необхідність раннього початку ГВ
5. Визначити методи ГВ для конкретної дитини
6. Засвоїти основні техніки прикладання дитини до грудей
7. Визначити проблеми матері при проведенні ГВ
8. Визначити проблеми дитини при проведенні ГВ
9. Відповідати на поширені питання батьків щодо ГВ
10. Розбирати ситуаційні задачі при проведенні ГВ у дітей

Зміст теми та матеріали для користування на практичному занятті

Грудне або природне вигодовування (лат. *nutritio mammalis*) — складна динамічна система відносин між жінкою та дитиною, яка складається, коли мати прикладає дитину до грудей та дитина смокче груди.

Переваги грудного вигодовування для дитини:

Грудне молоко матері є унікальним натуральним продуктом харчування для новонароджених та дітей першого півріччя життя.

Грудне молоко повністю покриває потреби дитини в поживних речовинах протягом перших 6 місяців життя, з 6 до 12 місяців продовжує задовольняти щонайменше половину потреб дитини в поживних речовинах, а протягом другого року життя – покриває третину цих потреб. Ранній початок грудного вигодовування – протягом години після народження дитини – забезпечує високий рівень захисту немовляти від інфекційних захворювань, зокрема – від шлунково-кишкових інфекцій. Згідно з даними ВООЗ, виключно грудне вигодовування значно знижує ризик смерті внаслідок діареї, пневмонії та інших інфекційних захворювань, а у разі хвороби діти швидше одужують. Грудне вигодовування може дати імунітет дитині на майбутнє від таких небезпечних хвороб як астма та діабет. Крім того, діти й підлітки, які в грудному віці отримували молоко матері, рідше страждають від надлишкової ваги або ожиріння у старшому віці.

Грудне вигодовування сприяє сенсорному та пізнавальному розвитку немовляти, а також закладає основу для подальшого інтелектуального розвитку. Дослідження доводять, що діти, яких годували грудьми, демонструють вищі результати академічної успішності та інтелектуального розвитку.

Крім цього, грудне вигодовування для дитини - це також відчуття безпеки.

Переваги грудного вигодовування для матері:

Грудне вигодовування сприяє зниженню ризику розвитку серцево-судинних захворювань, діабету 2 типу, раку яєчників та раку молочної залози.

Грудне вигодовування знижує ризик розвитку післяродової депресії.

Грудне вигодовування посилює зв'язок матері з дитиною, сприяє покращенню та зміцненню сімейних відносин.

Грудне вигодовування – це найнадійніший, найбезпечніший та найдоступніший спосіб годування немовляти.

Грудне вигодовування дозволяє робити перерви між вагітностями – гормональний вплив часто викликає відсутність менструацій. Це природний (хоча і не 100% надійний) метод попередження вагітності, відомий як метод лактаційної аменореї (до 90% у перші шість місяців з обов'язковим дотриманням усіх рекомендацій).

Коли не можна годувати грудьми: *протипоказання*.

Грудне вигодовування не рекомендується або протипоказане у рідкісних випадках. У кожному конкретному випадку лікар повинен провести відповідне обстеження дитини та матері, щоб визначити, чи матиме грудне вигодовування негативний вплив на стан здоров'я жінки або новонародженої дитини, щоб зрозуміти, чи варто починати, переривати або зупиняти грудне вигодовування у конкретному випадку.

Основні протипоказання:

- у немовляти класична галактоземія - спадкове порушення метаболізму галактози, яка міститься в грудному молоці;
- мати інфікована Т-лімфотропним вірусом людини I або II типу;
- ВІЛ-інфекція у матері .

Рекомендовано *тимчасово* припинити грудне вигодовування, якщо:

- у матері бруцельоз, який попередньо не лікували;
- мати приймає певні лікарські засоби, які не рекомендовані при грудному вигодовуванні;
- у матері активна форма вірусу простого герпесу (ВПГ) з ураженнями в області грудей (матір може продовжувати грудне вигодовувати, якщо при цьому можливо повністю прикрити уражену частина грудей, щоб попередити передачу вірусу немовляті).

Матері можуть відновити грудне вигодовування після консультації з лікарем, який визначить, коли це знову стане безпечним для немовляти. Цим матерям необхідно забезпечити підтримку лактації, дізнатися, як стимулювати та підтримувати виробництво молока та годувати своїх немовлят пастеризованим донорським грудним молоком або сумішшю під час тимчасового припинення грудного вигодовування.

Рекомендовано тимчасово припинити грудне вигодовування, але дозволено годувати немовля зцідженим молоком матері:

- у матері активна форма туберкульозу і жінка попередньо не проходила відповідного курсу лікування (Примітка: матір може відновити грудне вигодовування після того, як пройде відповідне лікування і лікар підтвердить, що більше немає ризику передачі ТБ немовляті під час ГВ);
- протягом від 5 днів до пологів до 2 днів після пологів, у матері виявлені симптоми вітряної віспи (вітрянки).

Грудне молоко забезпечує захист від багатьох респіраторних захворювань, у тому числі і від грипу. Якщо у матері є підозра або підтверджений діагноз на грип, її варто вжити всіх можливих заходів для запобігання передачі вірусу немовляті, однак рекомендовано продовжувати грудне вигодовування.

Паління звичайних або електронних сигарет під час грудного вигодовування варто припинити. Внаслідок паління шкідливі хімічні речовини передаються через грудне молоко від матері до немовляти. Крім цього, можливе і мимовільне вдихання дитиною вторинного диму. Однак, матерям слід пам'ятати, що грудне вигодовування потрібно продовжувати, незалежно від того, чи вона зможе відмовитися від цієї шкідливої звички, чи ні. Грудне вигодовування забезпечує численні переваги для здоров'я, а грудне молоко матері є найкращим продуктом харчування для немовляти.

У «Декларації ВООЗ-ЮНІСЕФ про охорону, сприяння та підтримку грудного вигодовування» сформульовані 10 принципів успішного грудного вигодовування:

1. Суворо дотримуватися встановлених правил грудного вигодовування та регулярно доносити ці правила медичному персоналу та породіллям.
2. Навчати медичний персонал необхідним навичкам для здійснення практики грудного вигодовування.
3. Інформувати вагітних жінок про переваги та техніку грудного вигодовування.
4. Допомогати матерям розпочинати грудне вигодовування упродовж першої години після пологів.
5. Показувати матерям, як годувати груддю, навіть якщо вони тимчасово відокремлені від своїх дітей.
6. Не давати новонародженим ніякої іншої їжі або пиття, окрім грудного молока, за винятком випадків, зумовлених медичними приписами.
7. Практикувати цілодобове знаходження матері та новонародженої дитини поруч в одній палаті.
8. Сприяти грудному вигодовуванню за вимогою немовляти, а не за розкладом.
9. Не давати новонародженим, які знаходяться на грудному вигодовуванні, заспокійливих засобів або приладів, що імітують материнські груди (соски та ін.).
10. Сприяти організації груп підтримки грудного вигодовування та спрямовувати матерів до цих груп після виписки з пологового будинку або лікарні.

У 1995 році Україна приєдналася до Міжнародного співробітництва з питань підтримки, охорони успішного та тривалого природного вигодовування немовлят. На основі положень Декларації в Україні розроблена «Програма підтримки грудного вигодовування дітей України на 2000—2005 рр.»

До 2010 р. в Україні було впроваджено ще дві Програми підтримки грудного вигодовування. 2011 р. — затверджено Наказ МОЗ України №715 «Про подальше впровадження Розширеної Ініціативи «Лікарня, доброзичлива до дитини» в Україні». Наказ № 715 регламентує діяльність закладів охорони здоров'я, що спрямована на підтримку грудного вигодовування дітей. Даним наказом додатково до десяти Глобальних кроків (Принципів) було затверджено ще два Принципи підтримки грудного вигодовування, перераховані вище:

11. Дотримання Міжнародного зведення правил збуту заміників грудного молока.

12. Практика партнерських пологів (підготовка партнерів і допомога жінці під час пологів, вибір вільної позиції в пологах). Вільне відвідування породіллі (матері) і дитини у відділенні спільного перебування»

«Лікарня, доброзичлива до дитини» — таке звання надається пологовому закладу, в якому діти з перших хвилин після народження потрапляють в обійми мами і більше не розлучаються. Починають смоктати груди в першу годину після пологів і отримують тільки грудне молоко.

Перше прикладання немовляти до грудей потрібно проводити ще в пологовому залі. Новонароджена дитина відразу після народження голою вкладається на живіт матері, обсушується підігрітою пелюшкою, там же їй вдягають шапочку і шкарпетки для запобігання втрати тепла. Мати і дитину разом вкривають підігрітою сухою пелюшкою і ковдрою.

В контакті шкіра до шкіри в пологовій залі вони мають провести 2 години.

Через 20-60 хв. після пологів більшість новонароджених спроможні знайти і захопити сосок матері без допомоги.

До віку 6 місяців дитині не потрібно нічого, окрім грудного молока (ніякої іншої їжі, води, чаїв, соків тощо). Грудне молоко повністю забезпечує потреби дитини першого півріччя життя в рідині та поживних речовинах. З другого півріччя життя дитину починають знайомити з тим, що їдять дорослі: вводять пригодовування, але грудне годування не переривають і прикладають дитину до грудей так часто, як вона попросить.

Всесвітньою Організацією Охорони Здоров'я рекомендовано продовжувати грудне вигодовування до двох років та більше.

Як годувати дитину грудьми?

Процес годування дитини грудним молоком є природним та фізіологічним процесом, утім часто супроводжується низкою запитань.

Чи потрібна спеціальна дієта мамі, яка годує дитину грудьми?

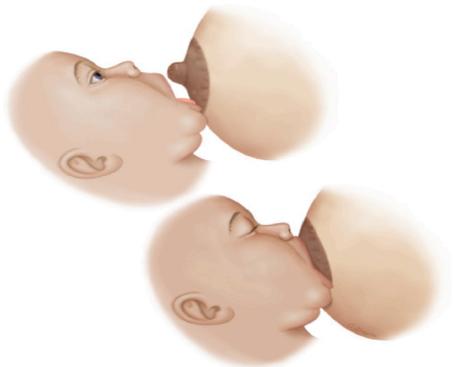
Ні. Під час грудного вигодовування мама не потребує спеціального харчування — достатньо, аби воно було раціональним та збалансованим. Харчування мами в період лактації має бути різноманітним та збалансованим. До раціону матері мають бути включені всі ті продукти, які вона вживала під час вагітності, на які у жінки немає алергії. Немає потреби “їсти за двох” — мама їсть за своїм власним апетитом. Рідину слід вживати тоді, коли відчувається спрага. Основний принцип харчування жінки, що лактує, — це споживання якісних продуктів із достатньою енергетичною цінністю та збалансованим вмістом макро- та мікронутрієнтів, а також уникнення вживання алкоголю, адже безпечної дози алкоголю не існує. Наголошуємо також на необхідності відмови від куріння та інших шкідливих звичок.

Годувати за графіком чи на вимогу? Як годувати дитину і зрозуміти, що вона наїдається?

Фахівці Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) рекомендують годувати дитину «на вимогу». Дотримуватися графіку не потрібно. У перші місяці життя дитини кількість прикладань може досягати 20 на день. Режим годування врегулюється поступово.

Як зрозуміти, що маляті достатньо маминого молока? Дитя, яке втамувало голод, — активне, спокійне, системно набирає вагу. Якщо мамі здається, що молока мало чи лактація не врегульована, варто спробувати частіше прикладати дитину до грудей — це покращує лактацію. Як правильно прикладати дитину до грудей?

Правильне прикладання допоможе уникнути низки проблем: травмування сосків (виникнення тріщин), застою молока (лактостазу) і запалення молочної залози (мастити). Крім того, якщо малюк правильно бере груди, це стимулює лактацію.



Правильне захоплення соска під час ГВ

- Рот дитини має бути широко відкритим, нижня губа — вивернута назовні. Рекомендовано спершу доторкнутися соском до губ дитини, зачекати щоби вона сама широко відкрила ротик.
- Підборіддя — торкається грудей. Носик дихає вільно.
- Дитина має захопити разом із соском більшу частину нижньої ділянки ареоли.
- Правильне прикладання – асиметричне. Це означає, що згори ми бачимо частину ареоли, тоді як нижня частина ареоли не видна.
- Якщо процес годування для матері безболісний, а дитина смочче повільно, тривало та ковтає молоко — значить, прикладання правильне

Перш ніж коригувати прикладання, варто прийняти зручну для мами й малюка позу, адже іноді процес годування може тривати довго.

Основні пози при грудному вигодовуванні

Колиска. Голова малюка лежить на ліктьовому згині матері з боку того соска, який він смокче, в той час як її рука підтримує дитину вздовж спини і шиї. Живіт малюка притиснутий до живота матері.

Перехресна колиска. Положення тіла малюка таке саме, як і в позі “колиска”, але мати перехоплює дитину іншою рукою, підтримуючи її під спиною і фіксує потилицю. Вільною рукою мама може керувати процесом і допомагати дитині вхопити сосок.

Лежачи на боці. Мама лежить на боці, обличчям до малюка. Рот малюка знаходиться на одному рівні з соском. Можна підкласти подушку, щоб підтримувати спину та шию малюка. Ця поза може бути оптимальною для тих, хто переніс кесарів розтин, оскільки в такому положенні немає жодного тиску на груди і живіт, або такий тиск є мінімальним.

З-під руки (футбольна). Малюк розташований збоку від матері, його тіло і ніжки знаходяться у неї під рукою. Голівку дитини мати тримає рукою. В такому положенні можна також покласти руку на подушку.

Напівлежачи. Іноді виникає необхідність годувати у такій позі: малюк лежить на мамі, животом до живота, голівка злегка повернута на бік. Така поза зручна в перші місяці життя дитини, оскільки в цей період лактація тільки налаштовується, і тому бувають припливи молока, під час яких молоко йде в такій кількості, що дитина неспроможна з ним впоратися й може захлинутися. Коли ж дитина знаходитиметься зверху, їй буде простіше опанувати цей процес і впоратися з потоком молока.



Положення дитини біля грудей матері

<https://www.google.com/url>

Чи припиняти грудне вигодовування, якщо мама захворіла?

У більшості випадків — ні. Однак, усе залежить від захворювання. Якщо мама захворіла на застуду чи навіть гостру респіраторну хворобу COVID-19, у її організмі виробляються антитіла, які з молоком отримує немовля. Тому можна навіть збільшити кількість прикладань дитини до грудей. Це посилить захист дитини. Рекомендовано одягати маску та використовувати засоби індивідуального захисту, щоби зменшити ймовірність інфікування дитини та вірусне навантаження на малюка, мити руки перед годуванням та після нього, регулярно прибирати та провітрювати приміщення.

Якою є роль чоловіка у грудному вигодовуванні?

Жінка потребує підтримки чоловіка під час грудного вигодовування. Батько має знати про особливості грудного вигодовування, вагу дитини. Під час вагітності дружини чоловік може сприяти перерозподілу навантаження, звільнивши частину часу для відпочинку дружини; разом гуляти й піклуватися про її харчування. Дослідження доводять, що підтримка грудного вигодовування з боку батька/партнера покращує стосунки, чоловіки стають ближче до дітей, а малюки розвиваються швидше.

А які дії можуть зашкодити налагодженню ГВ?

Не давати дитині пустушок. Всі діти народжуються з високою потребою у смоктанні. Так задумано природою, щоб малюк задля задоволення цієї потреби смоктав материнські груди, стимулюючи вироблення молока. Якщо він смоктатиме пустушку, він недоотримає молока внаслідок зменшення лактації у матері. До того ж механізми смоктання грудей і пустушки є абсолютно різними, а, відтак, це може призвести до травмування сосків у матері і виникненню на них тріщин.

Не варто допоювати і догодовувати дитину до 6 місяців. Грудне молоко на 88% складається з води, тому навіть в найспекотніші літні місяці немає необхідності пропонувати малюкові віком до 6 місяців воду — просто частіше треба прикладати його до грудей.

Не слід мити соски до і після годування, оскільки на шкірі сосків міститься корисна мікрофлора, яка при частому митті змивається. Достатньо приймати душ не частіше двох разів на день.

Немає потреби в додатковому зціджуванні після кожного годування. При правильній організації грудного вигодовування молока виробляється рівно стільки, скільки його необхідно для вашої дитини. Правильне і часте прикладання дитини до грудей — це найкращий спосіб уникнути маститу та лактостазу.

Зберігання зцідженого молока

Якщо мамі треба ненадовго відлучитися з дому, або якщо у мами багато молока, його можна зціджувати та зберігати в холодильнику або в морозильній камері, дотримуючись, в цілому, правила “7” — сім годин на

столі, сім днів – в холодильнику, сім місяців в морозильній камері (при глибокому заморожуванні молоко можна зберігати до 12 місяців).

<i>Місце зберігання</i>	<i>Температура</i>	<i>Максимально рекомендований проміжок зберігання</i>
Кімнатна температура	16–29°C (60–85°F)	Оптимально 4 години Допускається 6-8 год в дуже чистих умовах
Холодильник	~4°C (39,2°F)	Оптимально 4 дні Допускається 5-8 днів в дуже чистих умовах
Морозильна камера	-4°C (24,8°F)	Оптимально 6 місяців Допускається 12 місяців

Зберігання зцідженого молока

<https://www.bfmed.org/assets/uk%20UA%208%20Human%20Milk%20Storage%20for%20Home%20Use.pdf>

Якщо в холодильнику стоїть порція молока, а мама зцідила нову, то вона може їх змішувати. Проте молоко, що залишилось у пляшечці після годування дитини, повторно використовувати не можна.

Розморозити молоко можна при кімнатній температурі, залишивши його в холодильнику, або під струменем теплої води, або використовуючи спеціальне пристосування для підігріву пляшечок.

На плиті, або в мікрохвильовій печі розморозувати або розігрівати грудне молоко неправильно, оскільки при цьому руйнуються корисні речовини цінного для вашого малюка продукту.

Всесвітній та Всеукраїнський тиждень підтримки грудного вигодовування



За ініціативою Всесвітньої організації охорони здоров'я, Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ), а також неурядової міжнародної організації «Всесвітній Альянс за грудне вигодовування» (WABA) щороку у перший

тиждень серпня відзначається *Всесвітній тиждень підтримки грудного вигодовування*, головною метою якого є стимулювання годування груддю і поліпшення здоров'я дітей на планеті. Така акція проводиться у 170 країнах світу, у тому числі в Україні починаючи з 1995 року.

Всесвітня акція «Тижня підтримки грудного вигодовування» була задумана як один із стратегічних методів популяризації та підтримки природного вигодовування дітей, для пожвавлення і відновлення, в умовах втраченої традиції — годувати дітей грудьми.

Різні організації, що підтримують традиційне природне грудне вигодовування проводять різні заходи для привернення уваги широкої громадськості до даної проблеми. Проводяться роз'яснювальні лекції для вагітних жінок, матерів-годувальниць, для персоналу пологових будинків та ін. За участю засобів масової інформації з'являються репортажі, замітки про користь і необхідність природного вигодовування.

Залучення України до проведення Всесвітнього тижня грудного вигодовування дає можливість кожному з нас брати участь у захисті та підтримці матерів, які годують грудьми. Адже годування грудьми є колосальним чинником підтримки здоров'я нації, а відповідно, її добробуту і успіху.

Ситуаційні завдання для самостійної роботи

Завдання 1. На прийомі мати з дитиною віком 8 днів. Жінка скаржиться, що дитина кожні 2 години прикладається до грудей і в неї при смоктанні відчувається біль в грудях. Ваші дії в цій ситуації?

Відповідь: Заспокоїти жінку, пояснити важливість прикладання дитини до грудей за потребою, перевірити правильність прикладання дитини до грудей.

Завдання 2. На прийомі мати з дитиною віком 1 місяць. Жінці здається, що в неї мало молока і її дитина голодна. Ваші дії в цій ситуації?

Відповідь: Заспокоїти жінку, провести зважування дитини, оцінити набір ваги за місяць, перевірити техніку прикладання до грудей. В разі достатнього набору ваги поради продовжувати прикладання до грудей за потребою.

Завдання 3. На прийомі мати з дитиною віком 5 місяців. Жінка думає завершувати грудне вигодовування, вона хвилюється тому, що у дитини з'явилися перші зуби. Ваша порада в цій ситуації?

Відповідь: Заспокоїти жінку, пояснити, що зуби дитини не будуть заважати смоктанню груди, рекомендувати жінці продовжувати виключно грудне вигодовування до 6 місяців, а надалі з введенням прикорму бажано продовжувати грудне вигодовування до 2 років життя дитини.

Завдання 4. На прийомі мати з дитиною віком 1 рік. Дитина розвивається згідно віку, почала ходити, їсть гарно із ложки. Мама запитує, чи потрібно завершувати грудне вигодовування. Ваші рекомендації в цій ситуації?

Відповідь: Заспокоїти мати, похвалити її, що продовжує годувати дитину грудьми. Ознайомити мати в сучасними рекомендаціями ВООЗ та ЮНІСЕФ та рекомендувати продовжити грудне вигодовування до 2 років, а за бажання матері і надалі.

Завдання 5. На прийомі мати з дитиною віком 3 місяці. У жінки герпетичні висипання на грудях, в ділянці ареоли. Мати запитує, чи може вона продовжувати грудне вигодовування. Ваші рекомендації в цій ситуації?

Відповідь: Рекомендовано тимчасово припинити прикладання до грудей, але розпочати зціджувати молоко та годувати немовля зцідженим молоком матері. Після одужання та загоєння висипу відновити годування грудьми.

Тести

1. Правильне прикладання до грудей включає:

- a) Рот дитини має бути широко відкритим, нижня губа — вивернута назовні.
- b) Підборіддя — торкається грудей. Носик дихає вільно.
- c) Дитина має захопити разом із соском більшу частину нижньої ділянки ареоли.

d) Все перераховане вище

Правильна відповідь: d)

2. Які дії не можуть зашкодити налагодженню ГВ:

a) Давати дитині пустушку

b) Давати дитині воду до 6 місяців життя

c) Прикладати дитину до грудей через кожні 3 години

d) Годувати дитину за потребою

Правильна відповідь: d)

3. Всесвітній тиждень підтримки грудного вигодовування відмічається:

a) 1-7 серпня

b) 1-7 вересня

c) Не відмічається в Україні

d) 11-17 березня

Правильна відповідь: a)

4. Зціджене грудне молоко можна розморожувати:

a) У мікрохвильовій печі

b) Розбавляти кип'яченою водою 80°C

c) Розігрівати на плиті

d) Під струменем теплої води

Правильна відповідь: d)

5. Грудне вигодовування протипоказане, якщо у матері:

a) Лактостаз

b) Інфекція сечових шляхів

c) ВІЛ інфекція

d) Грип

Правильна відповідь: c)

Рекомендована література.

Основна:

1. Харчування дітей перших років життя (0–23 місяців) : клінічна настанова / Катілов О. В., Варзарь А. В., Белоусова О. Ю. – Вінниця : Нова Книга, 2019. – 64 с.

Допоміжна:

2. Матеріали МОЗ України/ Грудне вигодовування: основні рекомендації, користь для дитини і матері
<https://moz.gov.ua/uk/grudne-vigodovuvannja-osnovni-rekomendacii-korist-dlja-ditini-i-materi>
3. Посібник для персоналу Ініціатива ВООЗ/ЮНІСЕФ BABY- FRIENDLY
https://www.babyfreundlich.org/fileadmin/BFHI/Dokumente/Fachinformationen/leitfaden-mitarbeitende/Leitfaden_f%C3%BCr_Mitarbeitende_uk.pdf
4. Настанова МОЗ України: Грудне вигодовування: поради та труднощі.
<http://guidelines.moz.gov.ua/documents/2918?id=ebm00566&format=pdf>
5. Українська Академія медицини грудного вигодовування, Позиційний документ No2: Харчування жінки в період лактації. Вплив харчування на склад грудного молока, стан матері та дитини.
<https://drive.google.com/file/d/1WGRhkTsumriJXdfGWGtEpK6QyhRLEfA/view>

Укладач: доцент Шевцова Т.І.