



PODPORA KOJENÍ DVOJČAT

S laskavým svolením **Andrey Polokové**
použity také podklady slovenského sdružení na podporu kojení **Mamila**,
které čerpá

z profesních zkušeností **Dr. Jacka Newmana**

www.drjacknewman.com a z výzkumů a studií **Dr. Nilse Bergmana**,
světového propagátora a iniciátora

Kangaroo Mother Care, www.kangaroomothercare.com

Pavčina Kallusová

Aby se kojení mohlo rozvíjet...

...musíme zajistit:

- co nejčasnější a nejčastější kontakt obou dětí s maminkou „kůže na kůži“,
- inicializaci samopřisátí dětí.

**Inicializace samopřisátí dětí je možná
kdykoliv po porodu – za několik dní,
týdnů i měsíců!**

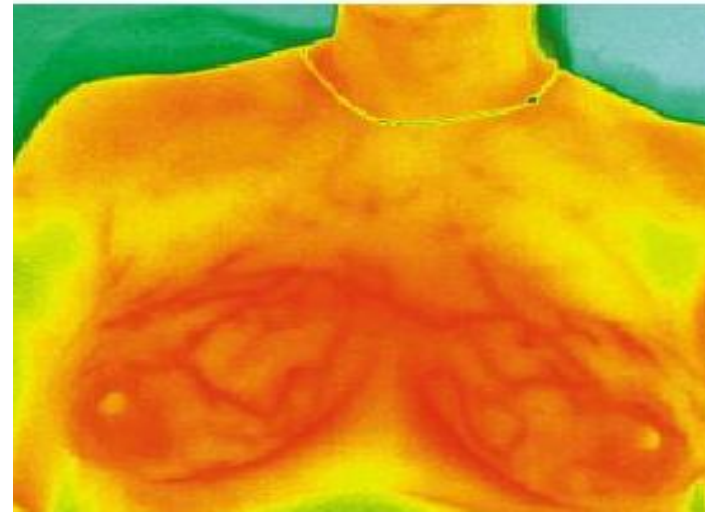
Inicializace samopřisátí

Děti co nejdříve po porodu položíme na hrud' maminky, která je nejlepším místem pro děti – správný habitat.

Děti se aktivují k sání.

<http://www.youtube.com/watch?v=B2p6T8ewu9I>

Lactating Breasts



Autor fotografie: Peter Hartmann

At' byl porod dvojčat veden
jakkoliv...

... vždy je možno provést podporu
bondingu –
podpořit kontakt dětí s maminkou
kůže na kůži
a umožnit dětem samopřisátí.

Samopřisátí dvojčat

Tím, že se děti přisávají samy (bez pomoci), se vlastně přisávají nejlépe a získávají pozitivní zkušenost ze sání – naplňuje se jejich základní potřeba vztahové vazby.

Upevňuje se jejich správné přisávání k prsu.

Co nejtěsnějším a nejčastějším
kontaktem se
posilují mateřské kompetence
maminky dvojčat,
obzvláště narodila-li se dvojčata
předčasně.

Co nejtěsnější a nejčastější kontakt dětí s maminkou...

...je nesmírně důležitý, protože....

- maminka může stejnou pozornost věnovat oběma dětem současně,
- maminka může kojit jedno dvojče, zatímco druhé spí v její těsné blízkosti,
- pokud se druhé dvojče probudí, maminka se mu může hned aktivně věnovat,
- může druhé dítě přiložit k prsu a tak podporovat...

...kojení dvojčat zároveň,

...které může být pro maminku i její děti výhodné, protože

- maminka u kojení může skutečně relaxovat, odpočívat a nabírat sílu.
- díky kojení dvojčat zároveň dochází k **synchronizaci spánkových cyklů dětí i matky!**

Díky synchronizaci spánkových cyklů se děti na kojení budí častěji společně.

K synchronizaci spánkových cyklů

může dojít jen díky:

- těsnému, co nejméně přerušovanému kontaktu dětí s maminkou - tedy díky kontaktu kůže na kůži,
- spaní maminky společně s dětmi v posteli.

Kojení dvojčat...

...podporuje a upevňuje
vztahovou vazbu dětí a matky
a to je klíč k **radostnému**
„dvojčecímu“ **rodičovství!**