

Mon bébé tète toutes les heures, est-ce normal ?

Мой ребёнок ребёнок просит грудь каждый час – нормально ли это?

C'est normal et c'est bien pour l'allaitement.
Нормально и очень хорошо для кормления грудью.

Cela ne veut pas dire que votre bébé a besoin de lait en poudre. Un bébé qui boit assez de lait mouille 5 couches par jour et a plusieurs selles par jour les premières semaines.

И это не значит, что ребёнку уже требуется подкармливать сухим молочком. Ребёнок, который ест нормально, 5 раз в день мочит памперсы и несколько раз в день какает в течение первых недель.

Comment recueillir mon lait et le faire donner à mon bébé en mon absence ?

Как цедить молоко, чтобы можно было ему дать в моё отсутствие?

Il est possible de recueillir le lait par massage manuel ou avec un tire-lait et de le faire donner au bébé à la tasse, à la pipette ou à la cuillère.

Можно нацедить молоко вручную или специальным приспособлением для выцеживания грудного молока и затем его дать ребёнку в чашечке, пипеткой или ложечкой.

Le lait maternel se conserve :

10 h à 20°C/10
2 jours à 6°C dans le réfrigérateur
3 mois au congélateur

Материнское молоко сохраняется :

10 час при 20°C
2 дня при 6°C в холодильнике
3 месяца в морозильнике

Comment le père ou l'entourage peut aider la mère à allaiter ?

Как папа или окружающие могут помочь матери кормить грудью ?

Une maman qui allaite a besoin du soutien de son entourage pour se sentir en confiance. Le papa du bébé devrait être informé des bénéfices du lait maternel pour son bébé et soutenir la mère surtout pendant les six premiers mois d'allaitement.

Мать которая кормит грудью нуждается в поддержке окружающих, чтобы чувствовать себя более уверенной в себе. Отец ребёнка должен быть информирован о преимуществах материнского молока для ребёнка и поддерживать мать, особенно в первые шесть месяцев кормления грудью.

C'est bien pour la maman de pouvoir compter sur le papa ou quelqu'un d'autre pour faire le bain, ou une promenade, ou juste des câlins avec le bébé...

Было бы хорошо, если бы мать могла положиться на отца или на кого-то другого, при купании ребёнка, прогулке, или хотя бы ласковом общении с ним ...

Après six mois, le bébé pourra commencer à manger d'autres aliments mais le lait de sa mère est ce qu'il y a de mieux pour lui jusqu'à au moins deux ans.

После шести месяцев, ребёнка можно начать прикармливать другими продуктами питания, но самое лучшее питание для ребёнка – это грудное молоко, по крайней мере до двух летнего возраста.

www.info-allaitement.org

Repères pour allaier



Français / Russe



association
Information
Pour
l'Allaitement

Pourquoi c'est bon d'allaiter ?

Почему надо кормить грудью?

Allaiter son bébé c'est bon pour la santé.

Кормить своего ребёнка грудью – это хорошо для здоровья.

Le lait maternel permet au bébé de bien grandir, d'être moins souvent malade, d'être moins allergique.

Материнское молоко даёт ребёнку хорошо расти, меньше болеть и больше шансов не иметь аллергий.

L'allaitement au sein c'est aussi de l'amour et du plaisir pour la mère et pour le bébé

Кормление грудью – это выражение любви и удовольствия как для матери так и для ребёнка.

Pour la maman, allaiter diminue le risque de cancer (du sein, des ovaires) et peut permettre d'espacer les naissances.

Для матери- кормление грудью уменьшает для неё риск заболевания раком (груди или яичников) а также может дать возможность удлинить

Comment faire ?

Как кормить грудью?

Toutes les femmes peuvent allaiter, quelles que soient la forme et la taille de leurs seins. La grossesse prépare les seins à l'allaitement.

Все женщины способны кормить грудью, при любой форме и величине груди. Беременность подготавливает грудь к кормлению

C'est le bébé qui, dès la naissance, règle la quantité de lait : plus le bébé tète, plus il y a de lait.

Сам ребёнок в состоянии регулировать количество требуемого ему молока. Чем больше ребёнок сосёт грудь тем больше прибывает молока.

Un bébé devrait téter 8 à 12 fois par 24 heures les trois premiers mois, y compris la nuit. Plus il tète et mieux c'est pour les seins.

В первые три месяца ребёнок кормится грудью от 8 до 12 раз в сутки.

Чем больше ребёнок сосёт грудь, тем лучше для груди.

Le bébé prend une large bouchée de sein, son ventre contre le corps de sa mère ; son nez et son menton touchent le sein.

Ребёнок прикладывается ко всей поверхности соска, животиком вдоль тела матери упираясь носиком и подбородком в грудь

Pour que ce soit plus simple

Чтобы Вам было проще

Gardez votre bébé près de vous jour et nuit : vous reconnaîtrez plus facilement son besoin de téter (n'attendez pas que le bébé pleure).

Оставляйте ребёнка возле себя днём и ночью, чтобы почувствовать когда ребёнок хочет есть (не ждите до тех пор пока ребёнок не заплачет).

Portez souvent votre bébés et vous pourrez vous occuper des autres enfants (ou faire des courses).

В первые три месяца ребёнок кормится грудью от 8 до 12 раз в сутки. Чем больше ребёнок сосёт грудь, тем лучше для груди.

Pas de tétines de biberon ni de sucettes qui trompent le bébé. Il risque de ne plus savoir téter. En prenant moins souvent le sein il ne recevra peut être plus assez de lait.

Ребёнок прикладывается ко всей поверхности соска, животиком вдоль тела матери упираясь носиком и подбородком в грудь.

Mon bébé pleure que faire ?

Мой ребёнок плачет– что делать ?

Donnez le sein à votre bébé : téter lui permet de se calmer, de se rassurer à votre contact.

Дайте грудь Вашему ребёнку, это позволит ему успокоиться, контакт с Вами его обнадеживает.

Portez ou bercez votre bébé. Il n'en deviendra pas pour cela capricieux : il a juste besoin de sa maman.

Носите и укачивайте Вашего ребёнка, он от этого не станет капризнее. Он просто нуждается в маме.

Allaiter, est-ce fatigant ?

Утомительно ли кормить грудью?

S'occuper d'un bébé est fatigant, lui fabriquer du lait avec les seins, non.

Заниматься ребёнком забирает много сил, зато вырабатывать молоко в груди не требует от Вас никаких усилий.

Vous pouvez vous reposer en donnant le sein allongée, votre bébé contre vous.

Вы можете отдыхать, лёжа давая ему грудь, прижав ребёнка к своему телу.

Dormir auprès de votre bébé facilitera les tétées la nuit. Attention à ne pas couvrir la tête du bébé ; si vous fumez, c'est plus prudent de faire dormir le bébé dans son berceau à coté de votre lit.

Спать возле ребёнка облегчит ночные кормления грудью. Только не закрывайте голову ребёнку. Если Вы курите, то предпочтительнее, чтобы ребёнок спал в своей люльке, рядом с Вашей кроватью.

Allaiter est aussi un gain de temps car il n'y a pas de biberon à préparer ni à stériliser.

Кормить грудью – означает также выигрывать во времени. Вам не нужно готовить бутылочки, стерилизовать их.