

MANIPULACE S MLÉKEM

Mléko se odstříkává do jednorázového sáčku na MM (možnost zakoupení v lékárně), sterilních plastových nebo skleněných lahviček, které obdržíte od zdravotnického personálu. Lze použít i skleničky, které si sama doma vyvaříte:

- po dobu 20 minut ve vyčleněné nádobě
- 1 mycím cyklem v myčce na nádobí při programu nad 80 °C
- v domácím sterilizátoru

Nádobka na odstříkané mléko musí být vždy označena **jménem a příjmením dítěte, datem jeho narození, datem a hodinou, kdy byla do lahvičky/sáčku odstříkána první dávka mléka.**

Po vychladnutí odstříkaného mléka se lahvička s mlékem uloží do chladničky. Pokud sbíráte mléko postupně a chcete jej poté slít do jedné nádoby, můžete tak učinit do 12 hodin od doby první odstříkané dávky. Takto spojíte jen mléko stejné teploty, tedy ochlazené. Odstříkané mléko uložte v chladničce odděleně od jiných potravin, aby nedošlo k jeho případné kontaminaci.

Pokud nemůžete odstříkané MM dopravit dítěti do 12 hodin, můžete jej zamrazit. Ke zmraženému MM můžete rovněž přilévat odstříkané mléko po předchozím zchlazení. Sklenička musí být také označena datem a hodinou první odstříkané dávky. V případě zmražení mléka je nutné nechat pod víčkem lahvičky prostor alespoň 2,5 cm, sáček naplnit jen do jeho ¾, aby nedošlo k popraskání a znehodnocení MM při zvětšení jeho objemu.

DÉLKA SKLADOVÁNÍ NEPASTEROVANÉHO MATEŘSKÉHO MLÉKA

- při pokojové teplotě - maximálně 4 hodiny
- v chladničce (+4 °C) - maximálně 24 hodin
- v mrazničce (-18 °C) - maximálně 3 měsíce

Po rozmražení musí být mléko spotřebováno do 24 hodin. Mléko se nesmí opakovaně ohřívat!

Rozmražení MM:

- pod studenou tekoucí vodou
- v chladničce při teplotě do +4 °C

Ohřev MM:

- po rozmražení zahřejte ve vodní lázni +37 °C
- nikdy nepoužívejte mikrovlnnou troubu!
- mléko opakovaně neohřívejte
- jednou rozmražené mléko znovu nezmrazujte!

TRANSPORT ODSTŘÍKANÉHO MLÉKA

Pokud převážíte doma odstříkané zchlazené nebo zmražené mléko pro své dítě do zdravotnického zařízení, použijte termotašku.



ODDĚLENÍ
NEONATOLOGIE



Kontakt:

FAKULTNÍ NEMOCNICE OSTRAVA
ODDĚLENÍ NEONATOLOGIE

17. listopadu 1790, 708 52 Ostrava

e-mail: neonatologie@fno.cz

tel.: 597 371 404

ISBN 978-80-88159-24-7

MATEŘSKÉ MLÉKO
- ODSTŘÍKÁVÁNÍ,
SPRÁVNÁ MANIPULACE



MATEŘSKÉ MLÉKO

Mateřské mléko (MM) je pro novorozence nevhodnější přirozenou výživou. Dodává dětem správný poměr živin včetně obranných látek a je pro miminko velmi dobře stravitelné. Obsah mateřského mléka může mít pozitivní vliv i na zdravotní stav předčasně narozených novorozenců. Poté, co se miminko poprvé přisaje, dostane od maminky nejprve mlezivo, velmi cennou tekutinu, která předchází tvorbě samotného mléka. Od 5. až 6. dne po porodu následuje většinou dostatečná tvorba mléka.

KDY ODSTŘÍKÁVAT

- při oddělení matky od dítěte (např. překlad novorozence na jiné pracoviště)
- dítě není schopno samo sát
- pro stimulaci tvorby MM
- pro vytvarování bradavky s dvorcem (vpáčené bradavky)
- při retenci (zadržování) mléka
- při nadměrné tvorbě mléka
- při bolestivých ragádách (= trhlinky na bradavkách)

PŘÍPRAVA PŘED ODSTŘÍKÁVÁNÍM

- sterilní nebo vydezinfikovaná skleněná nebo plastová nádoba k odstříkání mléka, nebo speciální jednorázový sáček na uchovávání MM
- čistě umyté ruce, důsledná osobní hygiena
- zahřátí prsu vlhkým teplým obkladem nebo teplou sprchou
- krouživé masáže prsou od základu prsu směrem k bradavce k povzbuzení spouštěcího reflexu



ZPŮSOBY ODSTŘÍKÁVÁNÍ

Ruční odstříkávání

je vhodné pro maminky donošených dětí s předpokladem brzkého plného kojení.

Postup

1. Špičku palce položit nad dvorec a špičku ukazováku pod dvorec tak, aby prsty tvořily písmeno C. Prsty a bradavka musí být v jedné linii.
2. Celý prs přitisknout zbývajcími prsty a dlaní k hrudníku.
3. Rytmičky stlačovat bradavku, až mléko začne odkapávat.
4. Opakovat tento trojdobý pohyb a měnit pozice prstů na dvorci.
5. Prsty nesmějí bradavku vytahovat dopředu a nesmějí opouštět kůži, aby se neodřela.
6. Velký nebo příliš naltý prs podložit dlaní druhé ruky.
7. Doba odstříkávání je kolem 20 – 30 minut, prsy několikrát vystřídat.



Zdroj obrázků <http://www.babyweb.cz/odstrikavame-mleko>

Odstříkávání pomocí odsávaček

- upřednostňují maminky nedonošených novorozenců, kde se předpokládá nutnost delší doby odstříkávání mateřského mléka, např. z důvodu hospitalizace dítěte v nemocnici.

TYPY ODSÁVAČEK

■ Elektrické dvoufázové stimulační odsávačky

- **fáze stimulační** – jemné rychlé sání v rytmu 120 cyklů/min. (stimuluje spouštěcí reflex)
- **fáze odsávací** – hluboké pomalé sání v rytmu 60 cyklů/min. (mléko vytéká z prsu)

Tyto odsávačky jsou velice účinné a šetrné pro maminky, které odstříkávají MM pro nedonošené děti. Lze odstříkávat z obou prsů najednou. Jsou nejúčinnější pro stimulaci prolaktinu a nastartování tvorby mateřského mléka.

■ Elektrické jednofázové odsávačky k domácímu použití

■ Manuální odsávačky

- úsporné, přenosné, avšak méně efektivní, vhodné k odsávání 2 - 3x denně u kojených dětí.

Údržba jednotlivých typů odsávaček se provádí dle přiložených manuálů od výrobce.

Pokud stav miminka nasvědčuje tomu, že budete odsávat dlouhodobě, je vhodné si již v nemocnici odsávačku zakoupit nebo zapůjčit. Bližší informace a kontakty Vám poskytnou sestry na všech stanicích oddělení neonatologie.

ČETNOST A DOBA ODSÁVÁNÍ/ODSTŘÍKÁVÁNÍ

- **první 2 týdny:** 8 – 10 krát denně (frekvence krmení dítěte), doba odsávání zpočátku 10 – 15 minut
- **později:** dle potřeby, do uvolnění prsou, nejdéle však 30 minut