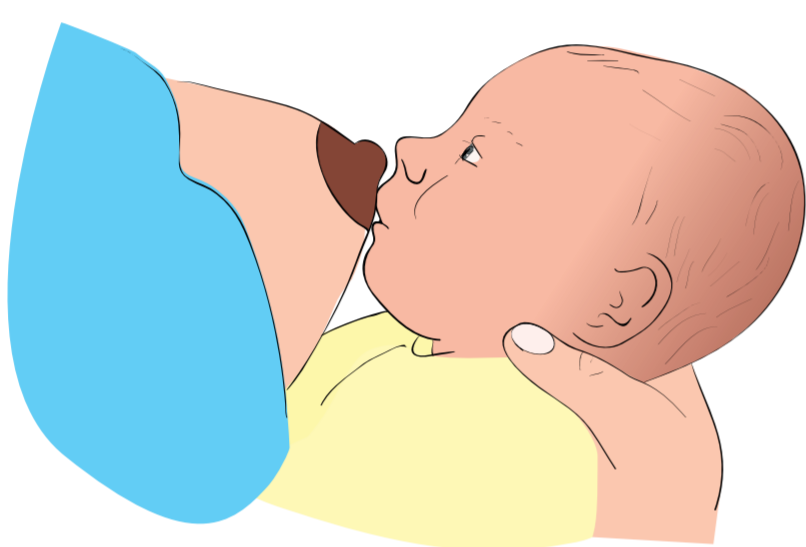


# Прикладання дитини до грудей

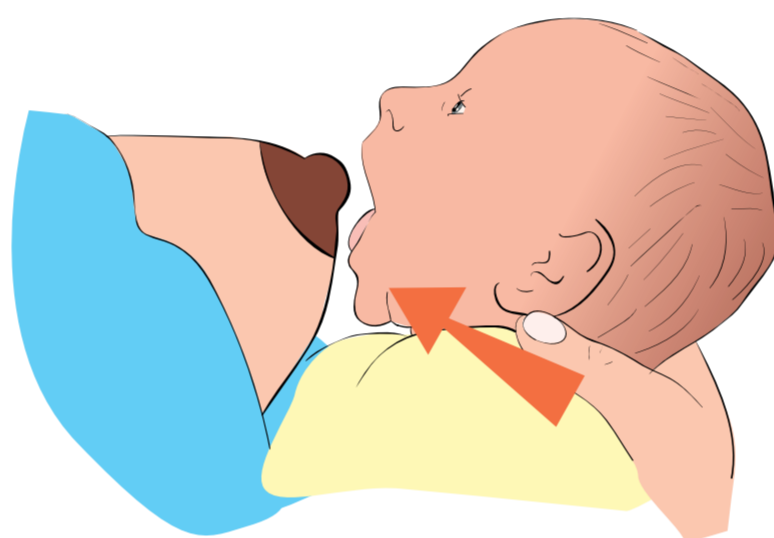
- Час годування — це час Вашого відпочинку! Перш за все, зручно вмотіться для годування. Підкладіть подушки собі під лікті та спину, якщо потрібно.
- Притискайте дитину якомога ближче до себе. Підтримуйте все тіло дитини.
- Потилиця дитини має бути вільною! Не тисніть рукою на головку дитини. Притримуйте маля за спинкою та за лопатками, як на малюнках.
- Дитина може добре взяти груди тільки тоді, коли вона широко розкрила ротик. Не намагайтеся вкласти сосок до напівзакритого ротика.
- Наближайте дитину до себе, а не груди до дитини.



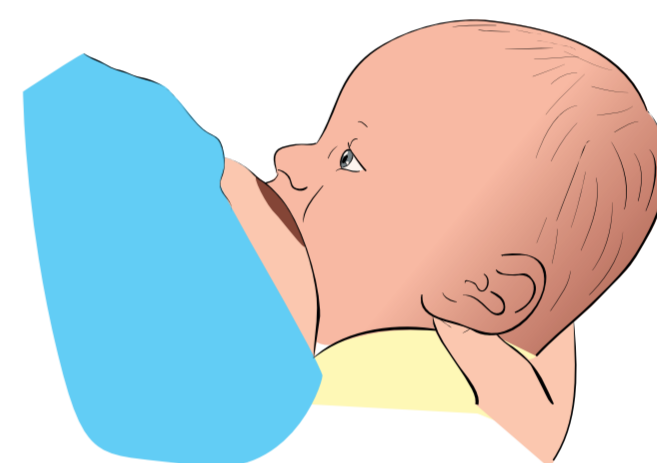
## Прикладання, крок за кроком:



Початок: сосок навпроти носика, дитина близько до мами...

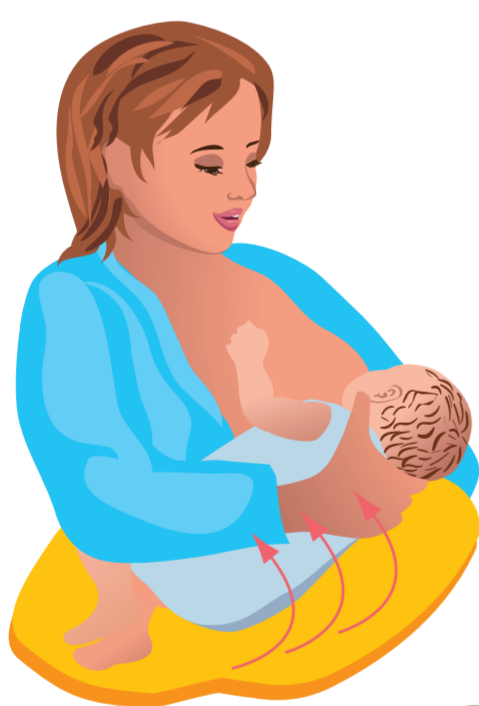


Ротик широко відкрився — дитину до себе ще ближче...



Результат: сосок і ареола глибоко в ротик дитини, маля смоче молоко. Годувати не боляче.

## Деякі зручні положення для годування



## Важливо пам'ятати:

- Чим частіше ви прикладаєте дитину до грудей, тим більше молока у Вас буде.
- До 6 місяців все, що потрібне вашій дитині — це грудне молоко. Дитині старше 6 місяців вводять пригодовування та продовжують годувати її грудьми до 2-х років і більше.



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE

Проект "Здоров'я  
Матері та Дитини"