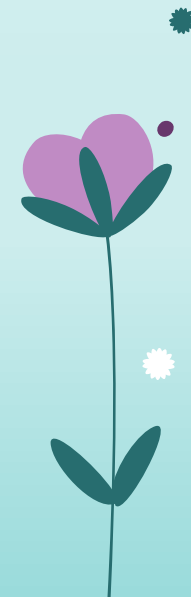


# Содержание

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
<b>ГЛАВА 1. КЛАССИФИКАЦИЯ ВСКАРМЛИВАНИЯ РЕБЕНКА ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ</b> .....	5
1.1. Виды вскармливания .....	5
1.2. Классификация грудного вскармливания .....	6
1.3. Режимы вскармливания .....	6
1.4. Периоды грудного вскармливания .....	7
<b>ГЛАВА 2. ЛАКТАЦИЯ И ЛАКТОГЕНЕЗ</b> .....	8
2.1. Строение и функции грудной железы .....	8
2.2. Подготовка к лактации и уход за грудью .....	12
2.3. Гипогалактия, ее профилактика и лечение .....	13
2.3.1. Гипогалактия .....	14
2.3.2. Критерии постановки диагноза гипогалактии .....	15
2.3.3. Тактика ведения женщин с гипогалактией в родильном доме .....	18
2.3.4. Психологическая поддержка грудного вскармливания .....	22
2.4. Десять принципов, обеспечивающих успешное грудное вскармливание .....	24
2.5. Содержание и формы гигиенического обучения женщин по вопросам грудного вскармливания в дородовой, родовой и послеродовой периоды .....	25
2.5.1. Психологическая подготовка .....	25
2.5.2. Индивидуальные беседы .....	26
2.5.3. Советы женщинам в предродовой период .....	27



2.5.4. Как меняется образ жизни беременной женщины .....	28
2.5.5. Советы по питанию новорожденного в родильном доме .....	28
2.5.6. Советы женщинам сразу после родов .....	29
2.5.7. Послеродовое посещение врача .....	30
2.5.8. Советы кормящей женщине в послеродовый период .....	30
<b>ГЛАВА 3. ПИТАНИЕ БЕРЕМЕННЫХ И КОРМЯЩИХ ЖЕНЩИН .....</b>	<b>32</b>
<b>ГЛАВА 4. ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ .....</b>	<b>44</b>
4.1. Преимущества грудного вскармливания младенца .....	44
4.1.1. Изменения состава женского молока в процессе лактации .....	44
4.1.2. Состав и значение для ребенка молозива .....	44
4.1.3. Состав женского молока .....	45
4.1.4. Иммунобиологические свойства грудного молока .....	53
4.1.5. Социально-психологические аспекты грудного вскармливания .....	56
4.2. Положительное влияние грудного вскармливания на здоровье матери .....	57
4.3. Подготовительный этап к грудному вскармливанию .....	58
4.4. Вскармливание новорожденного и ребенка первого года жизни .....	60
4.4.1. Роль раннего прикладывания младенца к груди матери .....	60
4.4.2. Свободное вскармливание .....	62
4.4.3. Противопоказания к раннему прикладыванию к груди .....	64
4.5. Возможные противопоказания для вскармливания грудью .....	65

4.6. Техника кормления ребенка грудью .....	66
4.7. Сцеживание молока .....	73
4.8. Возможные затруднения при кормлении .....	75
4.8.1. Нагрубание грудных желез и лактостаз .....	78
4.8.2. Профилактика и лечение трещин на соске .....	81
4.8.3. Мастит .....	82
<b>ГЛАВА 5. ОЦЕНКА ДОСТАТОЧНОСТИ И СБАЛАНСИРОВАННОСТИ ПИТАНИЯ РЕБЕНКА .....</b>	<b>84</b>
5.1. Критерии достаточности материнского молока .....	85
5.2. Показатели недостаточности молока .....	85
5.3. Причины временного уменьшения лактации .....	86
5.4. Контрольные кормления ребенка .....	86
5.5. Способы расчета необходимого количества пищи .....	87
5.5.1. Расчет количества пищи в первые 10–14 дней жизни .....	87
5.5.2. Расчет количества пищи для детей старше 10–14 дней .....	88
5.6. Режимы кормлений .....	89
5.7. Прикорм .....	89
5.8. Основной прикорм .....	93
5.8.1. Критерии начала введения основного прикорма ..	93
5.8.2. Правила введения прикорма .....	94
5.8.3. Пищевое воспитание ребенка .....	95
5.8.4. Оптимальная схема прикорма .....	95
5.9. Отлучение ребенка от груди .....	101
5.10. Использование готовых продуктов прикорма .....	102
<b>ГЛАВА 6. СМЕШАННОЕ И ИСКУССТВЕННОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ .....</b>	<b>104</b>
6.1. Вскармливание донорским молоком .....	104

6.2. Смешанное вскармливание .....	105
6.3. Правила и техника искусственного вскармливания ....	108
6.4. Классификация заменителей женского молока, применяемых для смешанного и искусственного вскармливания .....	109
6.5. Характеристика современных адаптированных заменителей женского молока .....	112
6.6. Кисломолочные смеси .....	124
6.7. Лечебные смеси .....	127
6.7.1. Антирефлюксные смеси .....	127
6.7.2. Смеси на основе белковых гидролизатов .....	130
6.7.3. Смеси на основе белков сои .....	132
6.7.4. Смеси для вскармливания детей с особыми диетическими потребностями .....	133
6.7.5. Смеси, не содержащие фенилаланина .....	134
6.8. Введение прикорма при смешанном и искусственном вскармливании .....	135
6.9. Наиболее частые ошибки в повседневной практике смешанного и искусственного вскармливания .....	138
6.10. Новая страница в нутритивной поддержке больных .....	139
<b>ГЛАВА 7. ВСКАРМЛИВАНИЕ НЕДОНОШЕННЫХ ДЕТЕЙ .....</b>	<b>144</b>
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ .....</b>	<b>154</b>
<b>ЗАДАЧИ .....</b>	<b>162</b>
<b>ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ .....</b>	<b>174</b>
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....</b>	<b>182</b>