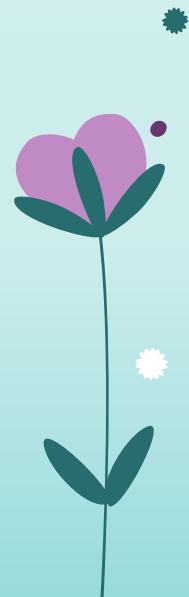
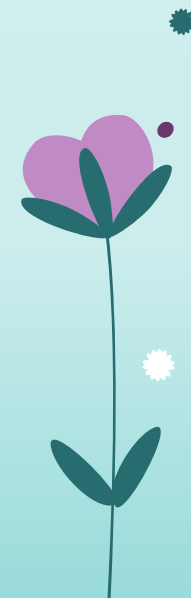


СОДЕРЖАНИЕ

Введение	7
Особенности вскармливания детей грудного возраста	9
Естественное вскармливание	
до введения прикорма	9
Анатомо-физиологические особенности пищеварения детей раннего возраста	9
Грудное молоко	12
Лактация.	25
Определение понятия «естественное вскармливание» и его разновидности	28
10 принципов, или шагов, успешного грудного вскармливания, разработанных юнисеф (1991)	29
Абсолютные противопоказания к кормлению ребенка грудью	30
Противопоказания к раннему прикладыванию ребенка к груди	31
Правила грудного вскармливания	32
Режим кормлений	35
Оценка питания на естественном вскармливании	37
Способы расчета питания	39
Коррекция естественного вскармливания	43
Введение прикорма	45
Правила введения прикорма	49
Потребность ребенка в пищевых ингредиентах при введении прикорма	50
Подготовка к введению прикорма	51
Обучающий прикорм	52



Блюда прикорма промышленного приготовления	53
Первый прикорм	53
Второй прикорм	59
Третий прикорм	60
Диета детей после введения третьего прикорма	63
Блюда коррекции	66
Питание ребенка 1 года	67
Искусственное и смешанное вскармливание	69
Правила перевода ребенка на смешанное вскармливание	69
Примеры решения задач по смешанному вскармливанию	71
Искусственное вскармливание	76
Смеси, используемые для искусственного вскармливания	77
Искусственное вскармливание ребенка адаптированными смесями	82
Искусственное вскармливание ребенка простыми смесями	84
Техника искусственного вскармливания	86
Прикорм и коррекция искусственного вскармливания	88
Варианты решения задач при проведении искусственного вскармливания	89
Организация рационального питания	93
Организация естественного вскармливания	93
Питание беременной	95
Питание кормящей матери	98
Первое прикладывание к груди	100
Техника кормления	102
Кормление близнецов	107
Уход за грудью	110
Первые проблемы матери, возникающие при грудном вскармливании	113



Трещины соска	119
Сцеживание	123
Гипогалактия (недостаток молока у матери)	128
Лактационные кризы и гипогалактия, их коррекция	132
Организация прикорма	134
Правила выбора блюд прикорма промышленного приготовления	134
Приготовление блюд прикорма в домашних условиях	135
Хранение готовых продуктов	137
Переход к самостоятельному питанию	137
Развитие навыка жевания	137
Формирование навыков самостоятельного приема пищи	138
Организация самостоятельного приема пищи ребенком	141
Формирование вкуса ребенка	142
Влияние семейных пищевых привычек на пищевое поведение ребенка	145
Отлучение ребенка от груди	147
Питание и профилактика кариеса у грудных детей и детей раннего возраста	149
Искусственное вскармливание	151
Правила кормления при проведении искусственного вскармливания	151
Правила приготовления смесей для искусственного вскармливания	154
Приложение 1	156
Влияние инфицирования матери в перинатальном периоде на возможность грудного вскармливания	156
Приложение 2	158
Скорости прироста массы тела детей относительно исходной массы (и. М. Воронцов, е. М. Фатеева, 1998)	158

