

Emizishdan chiqarish

Emizishdan chiqarish nima?

Boshqa oziqlanish turlari qo'shilgandan keyin ko'krak suti bilan oziqlangan bola uchun emizishdan chiqish tabiiy sanaladi. Bola ko'krak sutidan boshqa oziq-ovqat turlarini qabul qilishni boshlagandan keyin sut kelishi sekin pasayib boradi.

Faqat sut emadigan bolalar uchun bu jarayon birinchi yoshining ikkinchi yarmida shu qadar sekinlik bilan davom etadiki, ona buni sezmay qolishi mumkin. Bola ko'krakdan uzilmasa, sut ishlab chiqarilishi davom etaveradi. Emizishdan to'liq chiqazishga qaror qilish har bir insonning o'ziga bog'liq.

Emizishdan chiqarish qachon yuz berishidan qat'iy nazar emizishni sekin to'xtatib borish eng yaxshi uslub sanaladi. Agar bolaning yoshi 1 yoshdan kichik bo'sa, ko'krak sutini quruq sut kukuniga almashtirish mumkin. Qaysi quruq sut kukuni mos kelishi borasida farzandingizning shifokori bilan maslahatlashing.

Emizishdan chiqarishda nimalar kutiladi

Kutilmaganda emizishdan chiqarish ko'krakda noxush hissiyotga olib keladi. Emizish kutilmaganda to'xtatilganda xafalik yoki aybdorlik hissi ham uyg'onishi mumkin. Noqulaylik va xafalik hissiyoti vaqt o'tib yo'qoladi. O'zingiz ishonadigan biror inson bilan bu hissiyotlar haqida gaplashish yordam beradi.

Emizishdan chiqarish tez yuz berganda ko'kraklar to'la va qattiq bo'ladi. Ko'krak qizarishi, isitma va grippga o'xshash alomatlar kabi infeksiya belgilarini kuzating. Ko'krakning nasos bilan sog'ilganda yoki emizganda yumshamaydigan qismi kabi toraygan sut kelish kanali (tiqilgan sut kanali) belgilarini kuzating. Bunday holat yuz bersa shifokorga qo'ng'iroq qiling.

Emizishdan chiqarishdagi qiyinchiliklarga oid yechimlar

- Ko'kraklaringiz haddan tashqari to'la bo'lsa, qo'l bilan siqib yoki nasos bilan sog'ib ko'krakdan kam miqdorda sutni chiqarib tashlang. Ko'kraklarni to'liq siqib tashlamang, to'liqlikni yengillatishga yetarli darajada olib tashlasangiz bo'ldi.
- Shishish va noqulaylikni kamaytirish uchun ko'kraklarga sovuq paket qo'ying.
- Agar ko'kraklaringiz og'risa, shifokoringiz tavsiyasiga qarab asetaminofen (acetaminophen) yoki ibuprofen (ibuprofen) kabi reseptsiz beriladigan dorilar iching.
- Qulay, baquvvat siynaband taqing.

Maslahatlar

- Imkoni bo'lsa, sut kelishi sekinlik bilan kamayib borishiga imkon berish uchun bir vaqtda bitta emizish seansini boshqa oziqa berish bilan almashtiring. Yana bir emizish seansini olib tashlash uchun bir necha kun kuting.

- Odatda oxirgi emizish vaqtlari bu ertalab bitta va kechasi bitta emizishdan iborat bo'ladi.
- Kattaroq yoshdagi bolalar boshqa ishlar bilan mashg'ul bo'lishni boshlaydi. Shirinlik berish yoki kitob o'qib berishni sinab ko'ring.
- Chaqaloqlarga oilaning boshqa a'zosi quruq sut kukuni solingan butilkani bersin. Ba'zan, ko'krak emgan bolalar onasi bergan butilkani qabul qilmaydi.
- Bolangizni ko'tarib yurib vaqt o'tkazing. Emizishdan chiqarish quchoqlash kamayishini bildirmaydi.
- Emizishdan chiqargandan keyin bir yoki ikki oy davomida kichik miqdorda sut kelishda davom etadi.
- Agar chaqaloq uchun ko'krak sutini sog'ib bersangiz, nasos bilan sog'ib olish vaqti oraliqlarini sekinlik bilan uzaytiring. Masalan, har uch-to'rt soatda sog'ib olish o'rniga keyingi bir necha kun har to'rt-olti soatda sog'ing, undan keyin har olti-sakkiz soatda sog'ing.
- Ko'p tortib yubormang. To'lgan ko'krakni yengillatish uchun yetarli darajada sut olib tashlash kifoya.

Quyidagi holatlarda shifokorga qo'ng'iroq qiling:

- Ko'kraklaringiz qizigan, qizargan, shishgan yoki qattiqlashgan bo'lsa
- Isitma, titroq va yurakning tez urishi kabi grippga o'xshash alomatlar kuzatilsa

Bunday alomatlar kutilmaganda paydo bo'lishi mumkin.

Biz bilan bog'lanish

Ushbu salomatlik mavzusi bo'yicha qo'shimcha ma'lumot olish uchun 513-636-2326 raqami orqali Ko'krak bilan oziqlantirish tibbiyot markaziga (Center for Breastfeeding Medicine) qo'ng'iroq qiling.

Last Updated: 04/2024, per Olga Tamayo, Lactation Consultant

Faqat marketing maqsadida (faqat ispan tili uchun quyidagi qizil matnни tarjima qiling):

Navigatsiya matni: [Emizishdan chiqarish](#)

Meta nom: [Onalar uchun emizishdan chiqarishga oid maslahatlar | Yangi ota-onalarga maslahat](#)

Meta tavsif: [Cincinnati Children's Hospital Medical Center shifoxonasi tomonidan taqdim etilgan farzandingizni emizishdan chiqarishga oid axborot, davolash va maslahatlar oling.](#)

Kalit so'zlar: [emizishdan chiqarish ko'krak sutidan ajratish to'xtatish tugash emizishni tugatish emizish emizilgan chaqaloqlar og'riq qizargan qattiq infeksiyalar go'daklar ko'kraklar sut oziqlanish go'daklar og'riq og'rigan ko'krak uchlari butilkalar oldini olish profilaktika quruq sut kukuni infeksiyalar antibiotiklar kasal sog'lom salomat ishlab chiqarish qo'yib yuborish yetish ichish qabul qilish Cincinnati children's hospital medical center Ohio Midwest pediatrics](#)