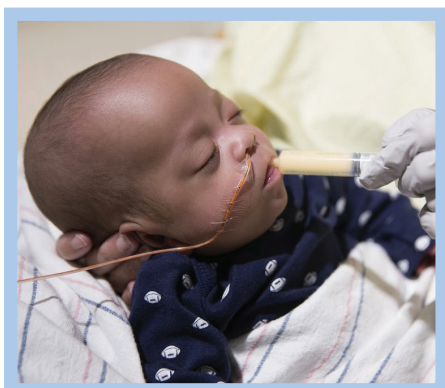


Tạo ra Sữa Mẹ Khi Khi Bạn Sinh Con Thiếu Tháng

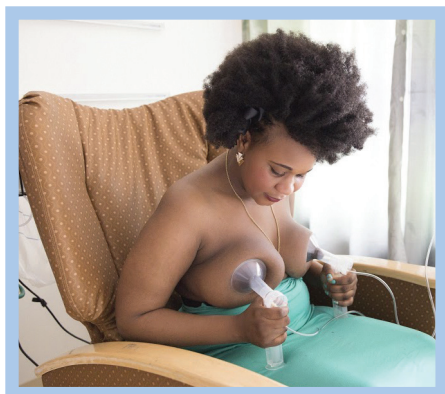
Trẻ sinh non thường cần ở trong phòng chăm sóc trẻ sơ sinh đặc biệt. Sữa mẹ là một loại thuốc và thức ăn cho con bạn. Điều quan trọng là bắt đầu tạo ra sữa mẹ càng sớm càng tốt. Bạn bắt đầu càng sớm, thì bạn càng tạo ra càng nhiều sữa cho con bạn.



Bơm tiêm đầy sữa non



Một em bé nhận được sữa non qua một bơm tiêm



Sữa mẹ được bơm



Vắt sữa bằng tay

Những giọt sữa đầu tiên được gọi là “sữa non”

- Sữa non là những giọt sữa nhỏ xíu có thể có màu vàng. Sữa non có các chất dinh dưỡng đặc biệt có thể giúp ngăn ngừa nhiễm trùng.
- Nhiều người gọi sữa non là “vàng dạng lỏng” vì nó quá đặc biệt.
- Bạn có thể dùng bơm và tay để lấy sữa non. Cố gắng lấy sữa non càng sớm càng tốt sau khi sinh để sữa đó có sẵn cho con bạn ngay khi bé cần. Bạn càng cố gắng càng sớm, thì bạn càng tạo ra nhiều sữa hơn.
- Y tá có thể cho con bạn uống sữa non của bạn, cho dù chưa đủ lớn để có thể bú bình

Tạo ra sữa nhiều hơn nhiều lần

- Sau một vài ngày, sữa của bạn sẽ thay đổi. Nó trong trắng hơn và bạn sẽ tạo ra được nhiều lượng sữa hơn.
- Sữa này thường có từ 3 đến 5 ngày sau khi con bạn ra đời, hoặc đôi lúc muộn hơn sau khi bạn sinh con thiếu tháng, sinh mổ, hoặc do bạn dùng một số loại thuốc trước khi hoặc trong khi sinh.
- Đây là sữa con bạn cần để phát triển

Tôi phải dùng bơm sữa thường xuyên như thế nào?

- Bơm ít nhất từ 8 lần trở lên trong 24 giờ.
- Phải chắc là bơm cả vào ban đêm. Đặt chuông báo giờ để đánh thức bạn dậy bơm có thể giúp ích.
- Nếu những ngày đầu chỉ có thể bơm được một ít giọt sữa non là điều bình thường. Thậm chí nếu ban đầu bạn không nhìn thấy sữa, bơm nhiều từ lúc đầu sẽ giúp bạn tạo được nhiều sữa hơn sau này.

Vắt sữa bằng tay

- Bạn cũng có thể tạo ra sữa mẹ bằng cách vắt tay xịt sữa trực tiếp vào một tách nhỏ.
- Vắt sữa bằng tay có thể được thực hiện ngay sau khi hay thậm chí là trước khi bạn sinh con.
- Vắt sữa bằng tay có thể được thực hiện cùng lúc hay ngay sau khi bơm sữa mẹ để có thể tạo được nhiều sữa hơn.

Làm thế nào tôi có thể giúp bơm hay vắt sữa bằng tay?

- Các tư vấn viên về sữa (đây là những chuyên gia được đào tạo đặc biệt để giúp bạn về sữa mẹ) hay y tá có thể giúp bạn dùng bơm sữa mẹ và học cách vắt sữa bằng tay.
- Bạn cũng có thể nhận được giúp đỡ và hỗ trợ từ gia đình và bạn bè.