Skin-to-Skin na Pangangalaga para sa Iyong Sanggol na Kulang sa Buwan

Karaniwan nang kailangan ng mga sanggol na ipinanganak nang kulang sa buwan na manatili sa neonatal intensive care unit. Maaari kang manatiling malapit sa iyong sanggol sa pamamagitan ng pagsasagawa ng skin-to-skin o "kangaroo" na pangangalaga. Ang paghawak sa iyong sanggol nang skin-to-skin ay mainam para sa iyong sanggol at sa iyo!

Kailan ko maaaring simulang pasusuhin ang aking sanggol sa ospital?

- Maaari mong pasimulan ang pagpapasuso kapag hinawakan mo ang iyong anak para sa skin-to-skin na pangangalaga. Makakadama na ng pagmamahal ang iyong sanggol, at makakatulong pa ito sa iyo na magkagatas. Sa una, kaunting gatas lang ang kakayanin ng iyong anak na susuhin. Pagkatapos, ibibigay na sa sanggol ang iba pa sa iyong gatas gamit ang isang bote o feeding tube.
- Sa loob ng mga 34 hanggang 36 na linggo, mas magiging malakas na ang karamihan ng mga sanggol at kakayanin na nilang sumuso nang mas marami. Maaaring mas matagal magsimulang sumuso ang mga sanggol na kailangan ng karagdagang tulong sa paghinga habang nasa ospital.
- Masasabi sa iyo ng mga doktor at nurse ng iyong sanggol kung kailan magiging handang magsimulang sumuso ang iyong sanggol.

Paano ko pasususuhin ang aking sanggol sa ospital?

- Mahirap ang matutunang pasusuhin ang iyong anak. Sa una, maaari lang pasusuhin ang iyong anak 1-2 beses sa isang araw. Magpatuloy sa pagpa-practice! Sa paglipas ng panahon, makakayanan din ng iyong sanggol na sumuso nang mas marami.
- Maaaring kailangang sandaling huminto sa pagsuso ng iyong sanggol sa pana-panahon sa unang beses na mag-aaral siya.
- Ang paggamit ng nipple shield ay maaaring makatulong upang mas maging madali para sa iyong sanggol na makakuha ng gatas kapag nag-aaral siyang sumuso. Maaaring gamitin ang mga nipple shield sa ospital at sa loob ng ilang linggo pagka-uwi ng iyong sanggol.
- Tandaang laging gamitin ang breast pump at isagawa ang skin-to-skin na pangangalaga kapag nag-aaral ang iyong sanggol na sumuso upang patuloy na gumawa ng sapat na dami ng gatas.

Mga extra na nutrient:

- Kapag nasa ospital ang iyong sanggol na kulang sa buwan at kahit na pagkauwi ninyo, maaaring kailangan ng iyong sanggol ang mga karagdagang nutrient na idinaragdag sa mga bote ng gatas na mula sa iyong suso upang tulungang lumaki ang iyong sanggol.
- Habang nagiging mas malakas at mas malaki ang iyong sanggol, mas kakaunti nang karagdagang nutrient ang kakailanganin niya.
- Maaari mong itanong sa doktor ng iyong sanggol kung gaano katagal kailangan ang mga karagdagang nutrient na inilalagay sa bote ng iyong gatas.

Pagpapasuso ng iyong sanggol sa bahay:

- Kapag nakauwi na ang iyong sanggol, pasusuhin ang iyong sanggol sa parehong paraan kung paano siya pinasususo sa ospital. Ipakipag-usap sa doktor ng iyong sanggol kung kailan dapat baguhin ang rutina ng iyong pagpapasuso.
- Kung gusto mo, habang lumalaki ang iyong sanggol, maaari ka nang direktang magpasuso nang mas madalas at bawasan na ang paggamit ng pump at bote.
- Ipakipag-usap sa lactation consultant (sila ay mga eksperto na pantanging sinanay upang tulungan kang magpasuso) may kinalaman sa anumang tanong na mayroon ka tungkol sa pagpapasuso.