A woman with long brown hair, wearing a white long-sleeved dress, is sitting on a light-colored, shaggy rug. She is holding a baby in her arms, looking down at the child with a gentle expression. The background is a bright, softly lit room with white curtains.

# Всемирная неделя грудного вскармливания

Презентация подготовлена фельдшером отделения медицинской профилактики Центра здоровья Криволаповой С.В. на основе материалов ВОЗ

<https://www.who.int/topics/breastfeeding/infographics/ru/>

# ДО РОЖДЕНИЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА



**Ваш медицинский работник  
должен сделать следующее**

Поговорить с вами о том,  
как вы планируете кормить  
вашего ребенка.

Объяснить преимущества  
грудного вскармливания для  
вас и вашего ребенка.

Оказать вам поддержку,  
чтобы вы попытались еще раз,  
если вы не кормили грудью  
вашего первого ребенка.

При правильной поддержке большинство женщин способны кормить ребенка грудью.

# ПОСЛЕ РОЖДЕНИЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА



Ваш медицинский работник  
должен сделать следующее

Побудить вас к контакту кожа  
к коже с вашим ребенком вскоре  
после родов.

Помочь вам распознавать  
признаки того, что ваш ребенок  
готов к кормлению.

Показать вам, как приложить  
ребенка к груди.

Если вы будете спать рядом с вашим ребенком и кормить его грудью, когда он захочет,  
то вы будете стимулировать выработку молока.

# ПЕРЕД ВОЗВРАЩЕНИЕМ ДОМОЙ



Ваш медицинский работник  
должен сделать следующее

Дать вам уверенность и оказать  
поддержку, чтобы вы продолжали  
грудное вскармливание.

Заверить вас в том, что в первые  
6 месяцев жизни вашему ребенку  
ничего не требуется для здорового  
развития, кроме грудного молока.

Помочь вам решить любые проблемы  
и дать ответы на любые вопросы для  
того, чтобы грудное вскармливание  
стало позитивным опытом.

Грудное вскармливание – естественный процесс, но для его освоения может потребоваться время, и постоянная поддержка от медработников или наставниц с таким же опытом может быть очень полезна.

## Что могут сделать матери



До рождения ребенка  
ознакомьтесь с информацией  
о грудном вскармливании

Постарайтесь провести  
первое кормление  
грудью в течение  
часа после рождения ребенка

Вам и вашему ребенку потребуется  
помощь в освоении грудного  
вскармливания. Не бойтесь  
обращаться за помощью!

Позаботьтесь о том,  
чтобы получать достаточно  
здоровой пищи и воды и  
достаточно отдыхать

## Что могут сделать отцы



Помогите по дому, сокращайте стресс вашей супруге и позаботьтесь о том, чтобы она достаточно отдыхала

Помогите ребенку выпустить воздух после кормления - это удобно сделать на груди отца!

Ухаживайте за ребенком вне периодов кормления: купайте его, меняйте пеленки, гуляйте с ним



## Что могут сделать члены семьи и друзья

Оказывайте эмоциональную поддержку и практическую помощь (принесите продукты, готовьте еду, проводите уборку по дому)

Забойтесь о старших братьях и сестрах

• Будьте внимательными слушателями и оказывайте поддержку, помогите матери быть уверенной в пользе грудного вскармливания



## Что можно сделать на рабочем месте



Предоставляйте достаточный отпуск по беременности и родам, чтобы закрепить навык грудного вскармливания

Облегчайте матерям возвращение на работу, предоставляя им время и место для грудного вскармливания или сцеживания и хранения молока

Предоставляйте достаточный отпуск по беременности и родам, чтобы позволить матери проводить грудное вскармливание





# СОЗДАДИМ УСЛОВИЯ ДЛЯ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ НА РАБОТЕ!



Всемирная организация  
здравоохранения



Международная  
организация труда

## ЧТО МОГУТ ДЕЛАТЬ СОТРУДНИКИ?



Соблюдать национальные  
законы об оплачиваемом  
отпуске по беременности  
и родам

Поощрять женщин, недавно  
ставших матерями, своим  
положительным отношением

Признавать тот факт,  
что месяцы после родов  
особые

ПОДДЕРЖКА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ НА РАБОТЕ ИЗМЕНЯЕТ  
СИТУАЦИЮ К ЛУЧШЕМУ ДЛЯ РАБОТАЮЩИХ РОДИТЕЛЕЙ



## ЧТО МОГУТ ДЕЛАТЬ РАБОТОДАТЕЛИ?



Соблюдать национальные законы  
об оплачиваемом отпуске по  
беременности и родам

Место и время для  
сцеживания молока

Предоставлять матерям  
дополнительные возможности:

Место и время для сцеживания  
молока

Гибкий график работы

Надомная работа

Работа на неполный рабочий день

Разрешать матерям приходить  
на работу с детьми

ПОДДЕРЖКА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ НА РАБОЧИХ МЕСТАХ  
ПОЗВОЛЯЕТ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЯМ СЭКОНОМИТЬ ДЕНЬГИ

# СОЗДАДИМ УСЛОВИЯ ДЛЯ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ НА РАБОТЕ!



Всемирная организация  
здравоохранения



Международная  
организация труда

## ЧТО МОГУТ ДЕЛАТЬ ЗАКОНОДАТЕЛИ?



Обеспечить, как минимум,  
4-месячный отпуск по  
беременности и родам

Требовать от работодателей  
предоставления места и  
выделения времени для того,  
чтобы матери могли  
сцеживать молоко на работе

Предотвращать  
дискриминацию женщин и  
матерей на рабочих местах



ПОДДЕРЖКА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ НА РАБОТЕ СПОСОБСТВУЕТ  
ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБЩЕСТВА

СОЗДАДИМ УСЛОВИЯ ДЛЯ ГРУДНОГО  
ВСКАРМЛИВАНИЯ НА РАБОТЕ!



Всемирная организация  
здравоохранения



Международная  
организация труда

## ЧТО МОГУТ ДЕЛАТЬ ПРОФСОЮЗЫ?



Информировать женщин об  
их правах

Обеспечивать, чтобы голос  
кормящих женщин был  
услышан на консультациях  
и переговорах

Продвигать положения по  
охране материнства в  
рамках коллективных  
договоров

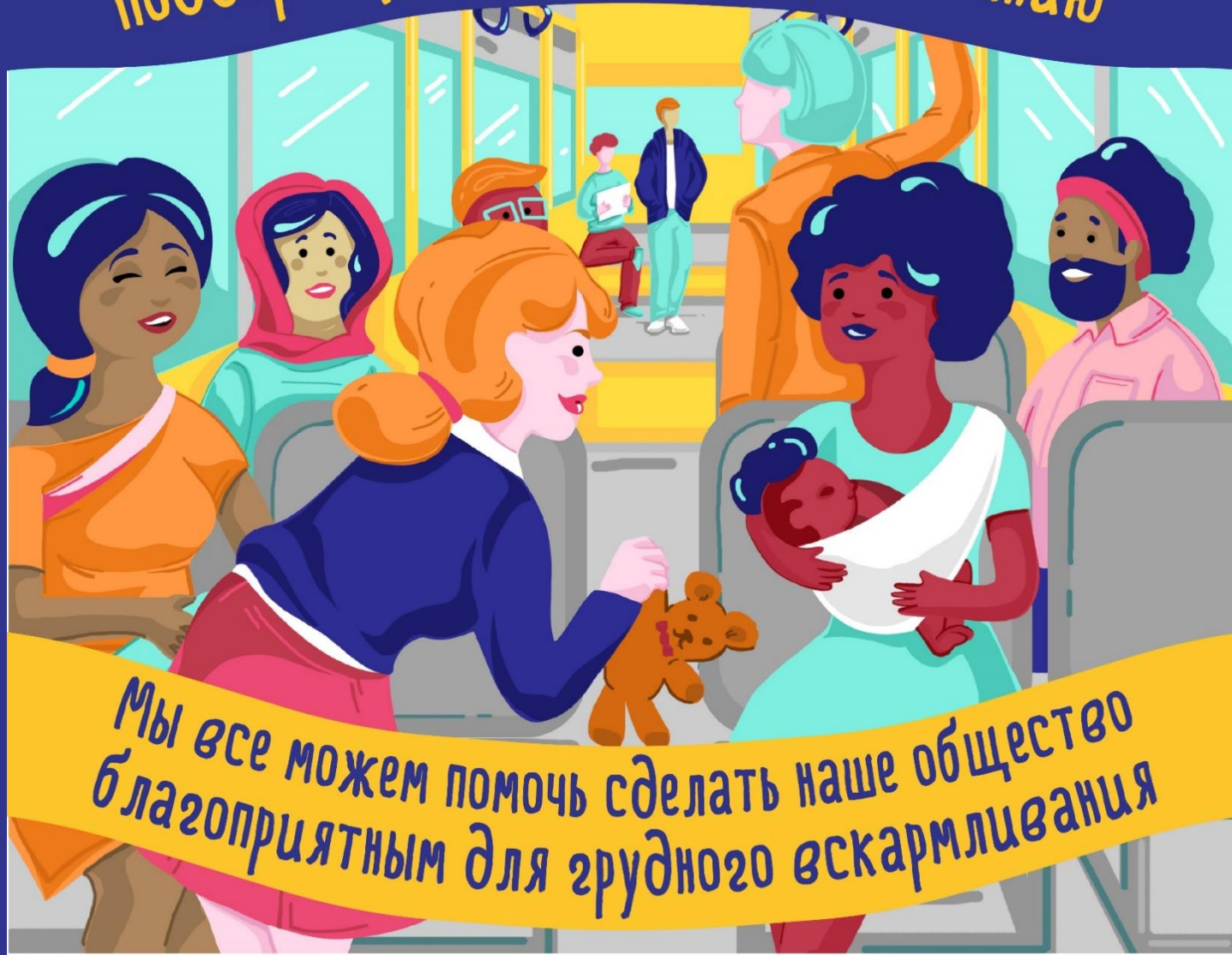
ПОДДЕРЖКА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ НА МЕСТАХ УЛУЧШАЕТ  
АТМОСФЕРУ В КОЛЛЕКТИВЕ



Всемирная организация  
здравоохранения

unicef 

В любое время и в любом месте оказывайте  
поддержку грудному вскармливанию



Мы все можем помочь сделать наше общество  
благоприятным для грудного вскармливания



Всемирная организация  
здравоохранения

unicef 

В любое время и в любом месте оказывайте  
поддержку грудному вскармливанию





Всемирная организация  
здравоохранения

unicef 

В любое время и в любом месте оказывайте  
поддержку грудному вскармливанию



Мы все можем помочь сделать наше общество  
благоприятным для грудного вскармливания



Всемирная организация  
здравоохранения

unicef 

В любое время и в любом месте оказывайте  
поддержку грудному вскармливанию



Мы все можем помочь сделать наше общество  
благоприятным для грудного вскармливания

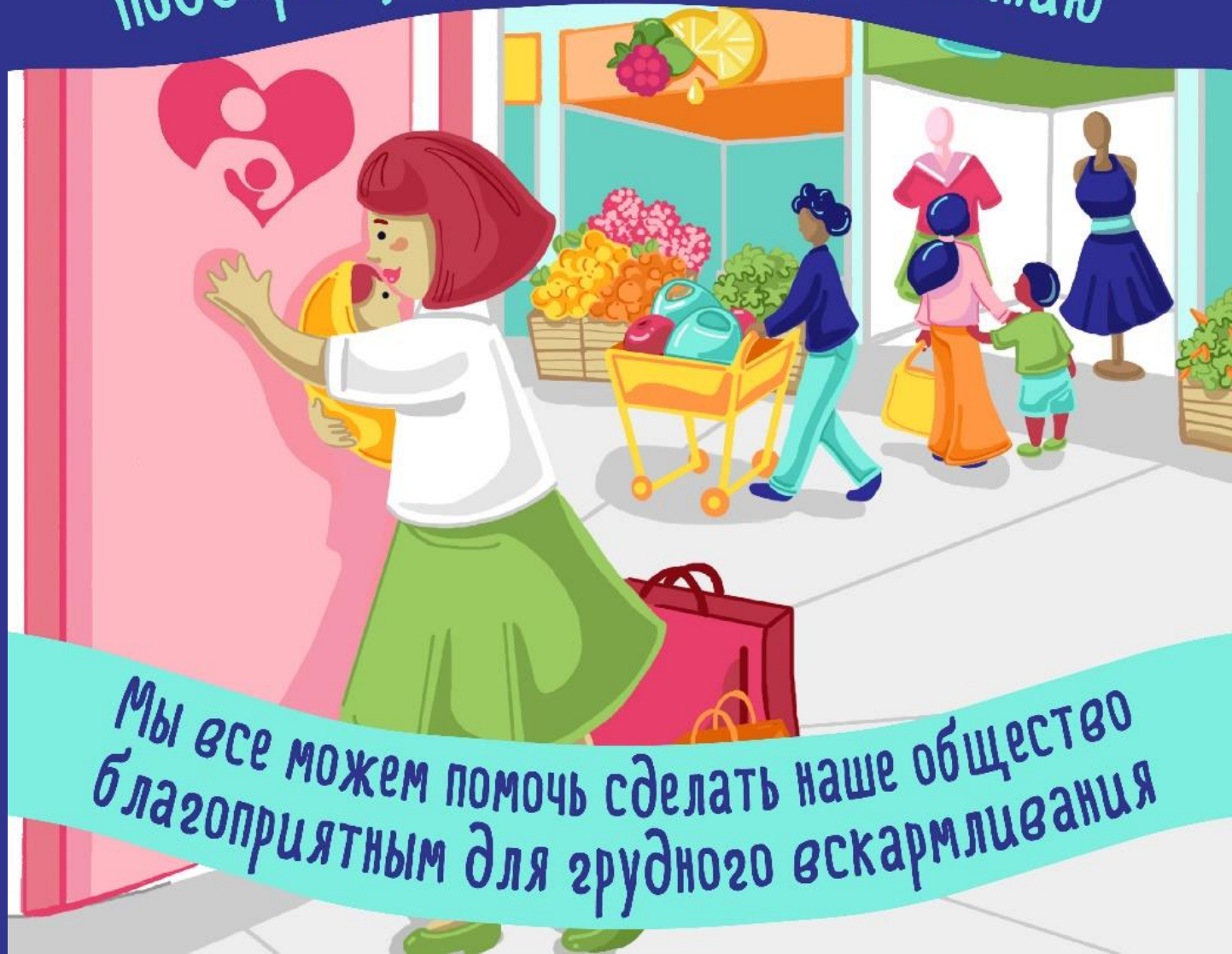




Всемирная организация  
здравоохранения

unicef 

В любое время и в любом месте оказывайте  
поддержку грудному вскармливанию



Мы все можем помочь сделать наше общество  
благоприятным для грудного вскармливания