

Dojite ovoliko često

- kada je vaša beba gladna ili želi sisati
- oko 8 do 12 puta dnevno

www.stillfoerderung.ch/shop

Bosnian/Croatian/Serbian, English, German, French, Italian, Spanish, Portuguese, Albanian, Turkish, Tamil, Arabic, Tigrinya



Ovako se vaša beba osjeća sigurno

Između obroka beba također voli:

- blizinu
- dodir kožom



Pitajte stručnjaka!



Dojenje



beba leži vodoravno u naramku



beba leži vodoravno u naramku

Ovako držite svoju bebu



nazad nagnut položaj



dojenje u ležećem položaju



beba sa strane



Ovako masirate svoju dojku

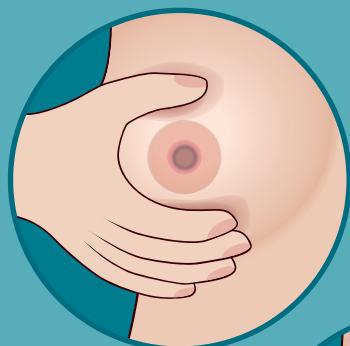


Nježno pomjerajte tkivo dojke prema naprijed i nazad.

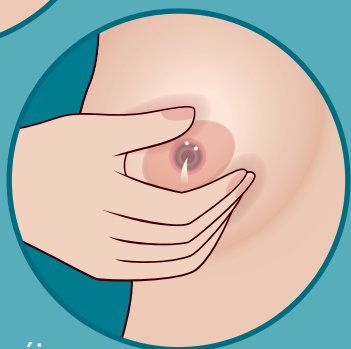


Masirajte od ruba dojki do bradavica.

Ovako ćete izmasirati mlijeko



Stavite palac i kažiprst oko bradavice. Ostali prsti lagano podižu dojku. Pritisnite palac i kažiprst prema prsima.



Gurnite prste prema naprijed potrebnim pritiskom.

Stručna osoba će vam pri tome pomoći.



Beba je gladna kada:

- mljacka
- drži ruke u ustima



Ovako podajate bebu:

- prije nego što zaplače
- široko otvorenih usta
- s njenim stomakom na vašem stomaku
- s njenim uhom, ramenom i kukom u jednoj liniji

Ovako će vaša beba biti sita



Ovako beba pije:

- njena usta su napunjena vašom dojkom
- ispupčila je usne prema vama
- vidite i čujete kako guta

Vaša beba je sita kada je:

- opuštena
- otvorila šakice
- vaša dojka opet mekana

Imate dovoljno mlijeka kada:

- vaša beba ima 5–6 mokrih pelena dnevno
- vaša beba u prvih nekoliko sedmica ima stolicu više puta dnevno