



kolosstrum

KOLOSZTRUM LEVÉTELE

PRAKTIKUS INFORMÁCIÓK
KISMAMÁKNAK



Már a terhesség 16. hetétől kezdve elkezd kialakulni a mellekben az úgynevezett **KOLOSZTRUM**. Ez egy olyan életadó folyadék, amely magas minőségében és tápértékében felülmúlja az **anyatejet**.

MIÉRT OLYAN FONTOS A CSECSEMŐ SZÁMÁRA A KOLOSZTRUM?

- » Védő funkciója van, számos antitestet tartalmaz, amelyek segítik a gyermeket a fertőzések leküzdésében, és a bélrendszer érését is elősegítik;
- » elősegíti a mekónium kiválasztását, ezáltal csökkenti az újszülöttkori sárgaság kockázatát;
- » a nagy mennyiségű fehérje segít fenntartani a vércukorszintet;
- » az érett anyatejhez képest sok ásványi anyagot, A- és E-vitamint tartalmaz;
- » növekedési faktorokat tartalmaz;
- » 10-15% őssejtet tartalmaz.

A KOLOSZTRUM LEVÉTELÉNEK ELJÁRÁSA:

- » A kolosztrum mennyisége az anyáknál egyéni, körülbelül 2-4 ml naponta a szüléskor. A baba pocakjának mérete azonban a szülés után nem több, mint egy cseresznyemag, így néhány csepp ebből a csodafolyadékból teljesen elegendő;
- » mivel a kolosztrum mennyisége minimális, nem fog spriccelni, inkább a tej „csöpögéséről” beszélhetünk;
- » levétel előtt alaposan mossa és fertőtlenítsé kezét;
- » szélesebb kémcsőre van szüksége a levételhez;
- » a kolosztrum levétele előtt végezhet stimuláló masszázst, ha a kezei között megfogja a mellet, és egyik oldalról a másikra mozgatja;
- » fogja meg a mellet „ollós” fogással - a hüvelykujj az areola fölött, a többi ujj az areola alatt. Nyomja hátra a mellet, és szorítsa össze az ujjakat, a szabad kezével tartsa a csövet közvetlenül a mellbimbó alatt. Próbálja meg mindkét mellből így kipréselni a tejet;
- » ne legyen csalódott, ha elsőre nem sikerül néhány cseppnél többet kipréselnie. Próbálja meg újra a szülés után, legkésőbb 6 órán belül;
- » rendszeres levétel a szoptatás elősegítése érdekében, naponta 6-8 alkalommal ajánlott végezni, kézi levétel esetén 20-30 percig;
- » A kolosztrum szobahőmérsékleten legfeljebb 12 órán át, hűtőszekrényben pedig 2-3 napig tárolható.

Az oktatási tájékoztató a Penta Hospitals SK, a. s., Digital Park II, Einsteinova 25, Bratislava 851 01, azonosítószám: 35 960 884, valamint a Penta Hospitals SK, a. s. kórházak és rendelőintézetek hálózatahoz tartozó minden olyan vállalatra érvényes, amely egészségügyi létesítményt működtet.

