

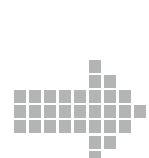
Co jest „normą” w odniesieniu do karmienia piersią?



Jak często i jak długo?

Niemowlęta oceniane w tym badaniu to:

- I dzieci w wieku 1–6 miesięcy
- I całkowicie zdrowe, donoszone dzieci
- I dzieci karmione wyłącznie piersią, na żądanie
- I dzieci rosnące zgodnie z wykresami wzrostu WHO



4–13

Liczba sesji karmienia piersią w ciągu dnia



12–67 minut

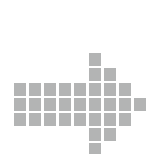
Średni czas trwania sesji karmienia piersią



Ile?

Niemowlęta opróżniają pierś całkowicie tylko raz dziennie, a zazwyczaj pobierają pokarm zależnie od apetytu i kończą karmienie po jego zaspokojeniu, lub chcą przejść na drugą pierś.

- I Z jednej piersi, średnia objętość pokarmu pobierana przez niemowlę wynosi 75 ml (zakres: 30–135 ml)
- I To normalne, że jedna pierś wytwarza więcej mleka niż druga



67 %

Przeciętna sesja karmienia piersią wykorzystuje 67 % mleka z piersi



54–234 ml

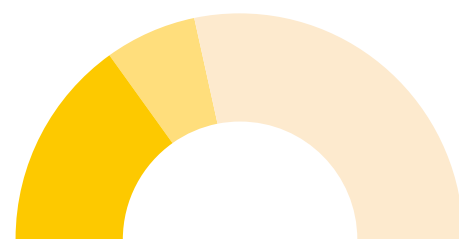
Średnia ilość mleka pobrana w jednej sesji karmienia piersią (1 lub 2 piersi)



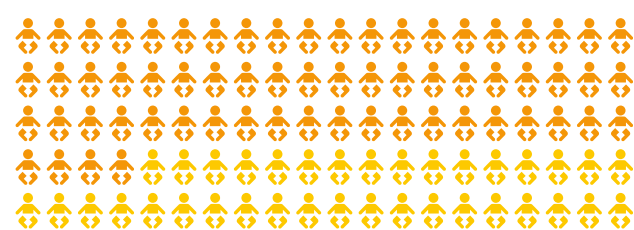
Jedna pierś lub obie?

Niemowlęta mają zróżnicowane wzorce karmienia:

- I 30 % wybiera zawsze tylko jedną pierś
- I 13 % wybiera zawsze obie piersi, a
- I 57 % ma zmienne upodobania!

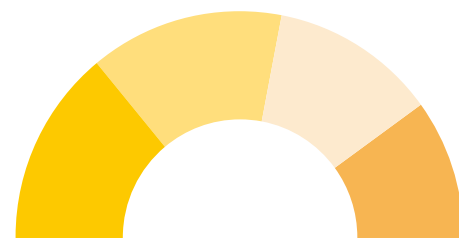


Karmienie w nocy jest normalne



64 % w dzień i w nocy
36 % jedynie w dzień

- I Większość (64 %) niemowląt była karmiona piersią w ciągu dnia oraz w nocy
- I Przyjmowanie mleka przez te niemowlęta rozciągało się na pełne 24 godziny na dobę



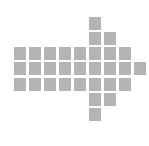
- I Tylko 36 % niemowląt nie wymaga karmienia w nocy (od godziny 22 wieczorem do 4 rano)
- I Niemowlęta te przyjmują dużą objętość pokarmu rano



Czy chłopcy i dziewczynki przyjmują tyle samo pokarmu?

Chłopcy jedzą więcej niż dziewczynki! Niemowlęta płci męskiej spożywają średnio o 76 ml pokarmu więcej niż niemowlęta płci żeńskiej.

W ciągu doby, średnia objętość spożytego mleka wynosi 798 ml. Zakres ten jednak rozciągał się od przyjmowanej przez jedno niemowlę objętości rzędu 478 ml aż do przyjmowanej przez inne objętości pokarmu rzędu 1356 ml dziennie.



831 ml

Średnia dzienna ilość przyjmowana przez chłopców



755 ml

Średnia dzienna ilość przyjmowana przez dziewczynki

Zakres normy...

478–1356 ml

Zakres dziennego spożycia mleka u niemowląt karmionych wyłącznie piersią, które rosną zgodnie z wykresami WHO.

Niemowlęta karmione piersią faktycznie spożywają wystarczającą ilość mleka. W miarę jak niemowlęta rosną, ich sesje przyjmowania pokarmu stają się krótsze, rzadsze, przy czym przyjmują większą objętość pokarmu, ale ich 24-godzinne (dobowe) spożycie pozostaje takie samo.

Między 3 i 6 miesiącem życia niemowlęta rosną wolniej i mają stosunkowo niższe tempo przemiany materii, a więc nie potrzebują więcej mleka.