

# Obsah

<b>Předmluva</b> . . . . .	<b>8</b>
<b>1 Význam kojení</b> ( <i>A. Klimová</i> ) . . . . .	<b>9</b>
Výhody kojení pro dítě . . . . .	9
Ideální výživa . . . . .	9
Ochrana před infekcemi . . . . .	9
Prevence neinfekčních onemocnění . . . . .	9
Psychický a citový vývoj . . . . .	10
Výhody kojení pro matku . . . . .	10
<b>2 Faktory ovlivňující kojení</b> ( <i>A. Mydlilová</i> ) . . . . .	<b>12</b>
Faktory podporující kojení . . . . .	12
Hlavní zásady na jednotlivých úsecích zdravotnické péče . . . . .	12
Faktory negativně ovlivňující kojení . . . . .	13
<b>3 Psychologie kojení</b> ( <i>E. Šulcová</i> ) . . . . .	<b>15</b>
Příprava obou partnerů na rodičovství . . . . .	15
Působení negativní zpětné vazby . . . . .	18
Působení pozitivní zpětné vazby . . . . .	18
Pomoc zdravotníků matce . . . . .	20
Psychika ženy v graviditě a šestinedělí . . . . .	21
Příprava matek na kojení v období gravidity . . . . .	23
Připravenost novorozence k zahájení kojení ihned po porodu . . . . .	24
Zahájení kojení . . . . .	25
Význam zahájení kojení ihned po porodu pro novorozence . . . . .	27
Význam zahájení kojení ihned po porodu pro matku . . . . .	29
Jednotný postup zdravotníků při podpoře kojení . . . . .	29
Psychologické předpoklady zdravotníků pro úspěšnou podporu kojení . . . . .	31
Co je třeba dále vzít v úvahu . . . . .	32
Jak lze pozitivně ovlivňovat postoje široké veřejnosti ke kojení . . . . .	33
<b>4 Anatomie mléčné žlázy a fyziologie laktace</b> ( <i>M. Paulová</i> ) . . . . .	<b>35</b>
Anatomické uspořádání a vývoj mléčné žlázy . . . . .	35
Tvorba mateřského mléka . . . . .	35
<b>5 Složení mateřského mléka</b> ( <i>M. Paulová</i> ) . . . . .	<b>39</b>
Imunologické složky mateřského mléka . . . . .	39
Živiny v mateřském mléce . . . . .	40
Bílkoviny . . . . .	40
Tuky . . . . .	41
Sacharidy . . . . .	41
Vitaminy . . . . .	42
Minerální látky a stopové prvky . . . . .	42
<b>6 Technika kojení</b> ( <i>A. Mydlilová</i> ) . . . . .	<b>44</b>
Hlavní zásady správné techniky kojení . . . . .	44

Polohy při kojení . . . . .	47
Zásady správného přiložení dítěte k prsu . . . . .	51
<b>Úloha zdravotní sestry v podpoře kojení (A. Mydlilová) . . . . .</b>	<b>54</b>
Prenatální péče . . . . .	54
Pomoc při kojení v porodnici . . . . .	54
Pomoc při propouštění domů . . . . .	55
<b>Problémy a překážky kojení (A. Mydlilová, M. Paulová) . . . . .</b>	<b>56</b>
Problémy s množstvím mléka . . . . .	56
Nástup laktace . . . . .	56
Dostatečně kojené dítě . . . . .	56
Nedostatek mléka . . . . .	57
Nedostatečně kojené dítě . . . . .	57
Nadbytek mléka . . . . .	58
Problémy s uvolňováním mléka („let-down-reflex“) . . . . .	58
Problémy s bradavkami . . . . .	59
Vpáčené, krátké a ploché bradavky . . . . .	59
Bolestivé a popraskané bradavky, ragády . . . . .	60
Problémy s prsy . . . . .	62
Bolestivé nalití prsů . . . . .	62
Ucpané mlékovody a retence mléka . . . . .	62
Mastitida . . . . .	63
Absces . . . . .	64
Přidatná žláza . . . . .	64
Nemocná matka . . . . .	64
Problémy u dítěte . . . . .	64
Špatně se přisávající dítě . . . . .	64
Dítě pouštějící prs . . . . .	65
Dítě odmítající jeden prs . . . . .	65
<b>9 Odstříkávání mateřského mléka (A. Mydlilová) . . . . .</b>	<b>66</b>
Kdy odstříkávat . . . . .	66
Odstříkávání rukou . . . . .	66
Odstříkávání odsávačkou . . . . .	68
Uchovávání odstříkaného mléka . . . . .	68
Krmení dítěte odstříkaným mlékem . . . . .	69
Alternativní způsoby krmení . . . . .	69
Krmení lžičkou . . . . .	70
Krmení kapátkem či stříkačkou . . . . .	70
Krmení po prstu . . . . .	70
Krmení z kádinky či hrníčku . . . . .	70
Krmení pomocí cévky (ze suplementoru) . . . . .	71
Udržení laktace při oddělení matky od dítěte . . . . .	71
<b>10 Kojení ve zvláštních situacích (M. Paulová) . . . . .</b>	<b>73</b>
Kojení po porodu císařským řezem . . . . .	73
Kojení při novorozenecké žloutence . . . . .	73
Kojení novorozence s nízkou porodní hmotností . . . . .	73