

Майчината кърма е най-добрия начин за хранене на бебето по време на своите първи шест месеца от живота си и заедно с другите храни, най-малко до своята двегодишна възраст.

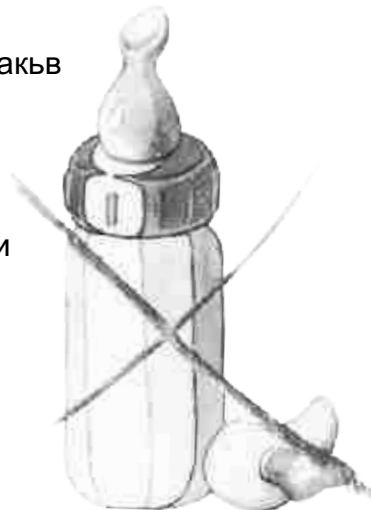
Майчината кърма допринася за доброто физическо и психическо състояние на майката и бебето.

Добре е кърменето да започне още от първия час, след раждането на бебето и майката и бебето да бъдат заедно

Забрави за храненето под определен час и за дозата, която трябва да приеме бебето. Всяко едно бебе притежава свой собствен ритъм и е нормално да бозае и през нощта.

Гърдите не се нуждаят от специално почистване, нито от поставянето на някакъв крем. Достатъчен е ежедневния душ.

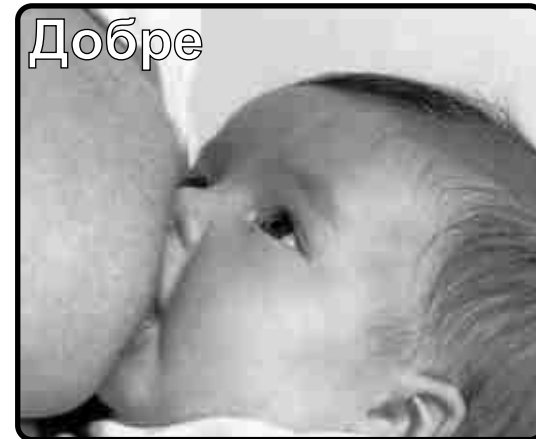
Не използвайте шишета с допълнителни храни и избягвайте биберона, докато имате достатъчно кърма.



Кърменето не причинява болка. Безпокойствието може да се избегне със заемането на правилна позиция.

С устата си бебето обхваща гърдното зърно частта около него.

Добре



Картина от брошура за Майчината кърма на Анбалусийската Здравна организация

Лошо



Бебето обхваща само гърдното зърно

Брошурата е изработена за "VIALACTEA" по случай честването на Световната седмица на Майчината кърма за 2003г. Също така, искаме да кажем своето "Добре дошли!" на всички майки, пристигащи в Арагон от своите държави.

# МАЙЧИНАТА КЪРМА

Idioma: búlgaro

Картина от брошура за Майчината кърма на Андалусийската Здравна организация



Правилно положение на тялото  
Гърбът изправен  
Раменете отпуснати  
Да се приближи бебето към майката, двамата трябва да бъдат едно цяло.

Срещи, беседи и лекции свързани с с Майчината кърма  
Първите дни на бебето  
Какво да правим когато плаче?  
Значението от правилната поза по време на кърмене  
Кърмене и работа  
Справочник на "VIA LACTEA" можеш да намериш в Здравния център

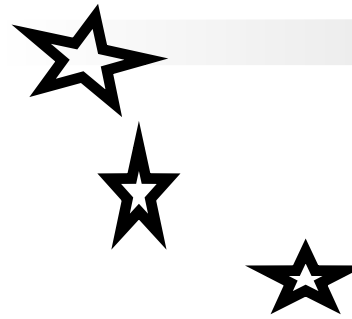
Срещи  
В Сарагоса- Къща на жената  
ул. D. Juan d Aragon 2- всеки  
понеделник от 17:30 до 19ч.  
тел. 976 32 28 03

В Уеска- IAM- Арагонски женски  
институт- всеки четвъртък  
от 17:30 до 18:30ч.  
тел. 974 22 21 44

В Алканис- Районна болница- всеки  
вторник от 15:30 до 17ч.  
тел. 978 87 02 96



<http://www.vialactea.org>



## Vía Láctea

Службна група за  
защита и подкрепа на  
Майчината кърма от 1987г.

Via Lactea предлага безплатни  
дейности обявени в "Санитарния  
интерес" за Губерния Арагон  
Сарагоса, Алканис, Уеска



Перевод Искра Николова



Via Láctea

