

## **Рекомендации по грудному вскармливанию во время вспышки**

### **COVID-19**

*(Информация Всемирной Организации Здравоохранения)*

Грудное вскармливание защищает новорожденных от болезней, а также помогает защитить их в течение всего младенчества и детства. Грудное вскармливание особенно эффективно против инфекционных заболеваний, потому что оно укрепляет иммунную систему путем прямой передачи антител от матери. Как и во всех подтвержденных или подозреваемых случаях COVID-19, матери с любыми симптомами, которые кормят грудью или практикуют контакт кожа-к-коже, должны принимать меры предосторожности.

#### **Акции для кормящих мам**

Соблюдайте дыхательную гигиену, в том числе во время кормления. Если у вас есть респираторные симптомы, такие как одышка, используйте медицинскую маску рядом с ребенком.

Тщательно мойте руки с мылом или дезинфицирующим средством до и после контакта с ребенком.

Регулярно очищайте и дезинфицируйте любые поверхности, к которым вы прикасаетесь.

Если вы серьезно болеете COVID-19 или страдаете от других осложнений, мешающих вам ухаживать за младенцем или продолжать прямое грудное вскармливание, сцеживайте молоко, чтобы безопасно давать грудное молоко ребенку.

Если вы слишком плохо себя чувствуете, чтобы кормить грудью или сцеживать грудное молоко, вам следует изучить возможность повторного грудного вскармливания (возобновления грудного вскармливания после перерыва), кормления грудью (другая женщина кормит грудью или ухаживает за ребенком) или использует донорское грудное молоко. Какой подход использовать, будет зависеть от культурного контекста, приемлемости для вас и доступности услуг.

#### **Действия для медицинских учреждений и их персонала**

Если вы предоставляете услуги по уходу за матерью и новорожденным, вы не должны рекламировать заменители грудного молока, бутылочки для кормления, соски, пустышки или пустышки в любой части вашего учреждения или у любого из ваших сотрудников.

Позволить матерям и младенцам оставаться вместе и практиковать контакт кожа-к-коже и совместное проживание в течение дня и ночи, особенно сразу после рождения во время кормления грудью, вне зависимости

от того, подозревал ли мать или ребенок, вероятен или подтвержден COVID - 19.

### **Консультирование и психосоциальная поддержка**

Если вы, ваши дети или маленькие дети подозревали или подтвердили наличие COVID-19, обратитесь за консультацией по грудному вскармливанию, базовой психосоциальной поддержкой или практической поддержкой по кормлению. Вы можете получить поддержку от надлежащим образом подготовленных специалистов в области здравоохранения, а также от общественных консультантов по вопросам грудного вскармливания.

### **Стандартные рекомендации по кормлению детей грудного возраста**

Начать кормление грудью в течение 1 часа после рождения.

Продолжайте исключительно грудное вскармливание в течение 6 месяцев, затем добавьте адекватное и безопасное дополнительное питание в возрасте 6 месяцев.

Продолжать грудное вскармливание до 2 лет и старше.

---

*Информация подготовлена  
Координационным советом по охране,  
поддержке и поощрению грудного  
вскармливания министерства  
здравоохранения Архангельской области  
по данным официального сайта ВОЗ*

<http://www.emro.who.int/nutrition/nutrition-infocus/breastfeeding-advice-during-covid-19-outbreak.html>