Автор: Administrator
18.06.2008 14:24 - Обновлено 18.06.2008 14:26



Лактостаз – задержка или застой молока в груди женщины при вскармливании. Вызвано это, как правило, либо усиленной выработкой молока и недостаточным опорожнением или же узостью протоков железы.

Проявляется лактостаз болезненными ощущениями в молочной железе, при этом грудь наливается и при прощупывании можно обнаружить уплотнения в некоторых ее частях. При сцеживании этой груди обратите внимание, что молоко льется неравномерно, из какой-то части оно может не литься совсем. Причем болевые ощущения могут не исчезнуть и после опорожнения груди.

Причин развития лактостаза - великое множество.

Вот основные причины его появления:

Отказ от кормления грудью

Нерегулярное и редкое кормление ребенка
Неправильное прикладывание к груди, в результате из определенных частей груди молоко не поступает и железа не опустошается
Сдавливание женщиной определенных частей груди при кормлении
Невозможность полного опорожнения груди из-за провисания нижней части груди (характерно при большой груди)
Ношение тесного бюстгальтера
Сон на животе, в результате чего может произойти закупорка протоков груди
Травмы и ушибы груди
Переохлаждение
Стрессы, переутомления, чрезмерная нагрузка
Вообще, лактостаз может сопровождаться хорошим самочувствием и нормальной

температурой тела. Если ничего не предпринимать, то температура может подняться и привести к неинфицированному маститу.

Лактостаз. Чаще всего, бывает достаточно следить и правильно прикладывать ребенка к груди, кормить его ежечасно и за счет опорожнения железы симптомы исчезнут у Вас в течение суток.

Лечение

Если это не помогает, то помимо регулярного кормления, добавьте сцеживания 1-3 раза в день. Но не сцеживайтесь после кормления, т.к. Ваш организм это воспримет как сигнал о том, что ребенку не хватает молока и будет вырабатывать его еще интенсивнее. Молоко будет оставаться и в результате Вам придется сцеживаться постоянно, либо Вы заработаете себе серию лактостазов, которые будут приходить один за другим.

Лактостаз. Перед сцеживанием сначала накладывайте теплый компресс на грудь, чтобы усилить отток молока. Компресс смочите в теплой воде, приложите к груди и держите до полного остывания. Затем помассируйте грудь, особенно в тех местах, где чувствуются уплотнения, и начинайте сцеживаться. Сцеживайте те области, в которых Вы чувствуете боли, т.е. там, где застой молока.

Лактостаз. После сцеживания обязательно приложите ребенка к груди, чтобы он отсосал остатки и застоявшиеся комочки, т.к. вручную сцедить всё, конечно, сложно. Боль и отечность пройдут не сразу, на восстановление уйдет два-три дня, причем в эти дни сцеживания лучше продолжать.

Также для лечения лактостаза следите за употреблением жидкости, чтобы ограничить выработку молока. Количество жидкости (в том числе супы и фрукты) не должно превышать 800-1000 мл в день.

Зачастую бывает достаточно одного полноценного сцеживания и впоследствии регулярного кормления, чтобы прекратить развитие лактостаза.

Но порой лактостаз может перейти в неинфицированный мастит, которому характерны те же признаки, но в более острой форме. Болезнь сопровождается повышенной температурой от 38 градусов, сильными болями. От высокой температуры можно избавиться при помощи лекарств, а в общем, лечение тоже.

После сцеживания можно прикладывать лед к отечным местам. При кормлении ребенка нужно прикладывать так, чтобы он мог более эффективно опорожнять пострадавшие области груди. Женщина может при этом массировать грудь, чтобы помочь ребенку опустошить застойные протоки.

Лактостаз. Если на второй день улучшение не наступает и симптомы остаются прежними, то болезнь может перерасти в инфицированный мастит. Лечением такого мастита нужно заняться незамедлительно. Женщина должна обратиться за помощью к врачу, только специалист назначит ей правильный курс, совместимый с кормлением ребенка.