

Pokazatelji uspješnog dojenja novorođenčeta

Ove smjernice imaju za cilj olakšati izazovne prve tjedne dojenja i pomoći da promatranjem djeteta prepoznate njegov napredak. **Ako ste nesigurni, trebate informaciju ili podršku u dojenju, obratite se patronažnoj sestri ili Rodinim SOS savjetnicama za dojenje.**

Koliko mlijeka dijete treba?

Želudac novorođenčeta je malen i prvih dana potrebne su mu male količine mlijeka. Ovi krugovi prikazuju približnu veličinu želuca djeteta **prvog, trećeg i desetog dana** života, kako bi lakše dočarali količinu mlijeka dovoljnu u jednom podoju.

Približna veličina želuca djeteta:

DAN 1
6 mL

DAN 2
26 mL

DAN 3
60 mL

Ako imate viška mlijeka koje nije potrebno za prehranu vašeg djeteta, razmislite o darivanju mlijeka Banci humanog mlijeka u KBC Zagreb. Tim nesebičnim činom možete pomoći prijevremeno rođenoj i bolesnoj djeci.



Rodin **SOS telefon za dojenje: 01 61 77 520**
(radni dan i blagdani 17-20h, vikendi 15-20h)
E-pošta: dojenje@roda.hr
Rodina privatna Facebook grupa: [RODA.dojenje](https://www.facebook.com/RODA.dojenje)

Kako mogu znati dobiva li dijete dovoljno mlijeka?

Nakon petog dana očekuje se da novorođenče dnevno ima barem 6 mokrih pelena i najmanje 3 mekane stolice. Jedna stolica je mrlja veličine kovanice od 5 kuna ili veća, zlatnožuta do boje senfa, zrnate strukture. Mokraća djeteta treba biti blijedo žuta ili bistra.

Plač djeteta je snažan, dijete se lagano budi iz sna. U budnom stanju je aktivno, miče udovima, promatra vas. Vaše dojke su nakon podoja mekše i manje pune.

Koliko često dijete treba sisati?

Dovoljna količina mlijeka osigurava se čestim praznjenjem dojke - što češće dijete prazni dojku, više mlijeka će se stvarati. Minimalni broj podoja novorođenčeta tijekom 24 sata je 8 do 12. Nakon trećeg/četvrtog dana dijete siše snažno, polako i ritmično i možete čuti da često guta. Od četvrtog dana djeca obično počnu dobivati na masi i očekuje se da porođajnu masu nadoknade unutar prva dva tjedna.



Središnji državni ured
za demografiju i mlade

Tisak edukativnog materijala financirao je Središnji državni ured za demografiju i mlade. Sadržaj materijala je isključiva odgovornost udruge Roditelji u akciji.