

KARMIENTE PIERSIĄ CZY BUTELKĄ?

opracowała Dorota Marko-Wonka

Relacja między matką a dzieckiem jest bardzo złożonym i delikatnym obszarem, a karmienie jest ważnym elementem tej relacji. Z tego powodu wiele powstaje pytań i emocji wokół tematu karmienia – jak wpływa na dziecko karmienie piersią i karmienie butelką? Kiedy odstawić dziecko od piersi? Jak to robić?

Dlaczego warto karmić piersią?

W kontakcie z matką (a dokładniej – z jej piersią), dziecko przeżywa dużo intensywnych doznań – może dotykać ciepłego ciała matki, badać je rączkami, czuć jej zapach, ssać i żuć jej sutek, a mleko wypływające z jej piersi ma odpowiednią temperaturę. Takie adekwatne do pragnień dziecka doświadczenie przyczynia się do powstania więzi między dwiema istotami ludzkimi. Te wszystkie elementy kontaktu między piersią matki a ustami dziecka mają pozytywny wpływ na jego rozwój emocjonalny. Psychoanalitycy twierdzą, że w zadawalającym karmieniu piersią fakt czerpania przyjemności z matczynej ciała stanowi jak gdyby „wzór” wszystkich przeżyć, w których do głosu dochodzi popęd.

Dlaczego karmienie piersią może sprawiać kłopoty?

Jeśli zobaczyć karmienie dziecka jako element jego relacji z matką, naturalne wydaje się, że w tej relacji mogą wystąpić różne trudności. Siła uczuć związanych z karmieniem piersią wynika m.in. stąd, że dziecko zaspakaja w tym czasie bardzo ważną potrzebę, a matka karmiąc dziecko piersią, daje mu kawałek siebie. Jest to więc idealne pole do tego, aby ujawniły się różne obawy i lęki matki.

Kłopoty i troski matek, szczególnie na początku karmienia (ssie za mało, za rzadko, za często, nie najada się) są naturalne. Każda matka i każde z nas ma własne doświadczenia w byciu karmionym przez matkę, zaspakajaniu przez nią naszych dziecięcych potrzeb. Nasze doświadczenia mają wpływ na to, jak my potrafimy karmić własne dziecko.

Często można usłyszeć od matek, że nie mają pokarmu lub że dziecko nie chce ssać. I choć istnieją pewne obiektywne przyczyny niemożności karmienia piersią (fizjologiczne wady w budowie piersi, przewlekłe choroby matki, choroba dziecka) lub rzadkie lecz istniejące

przypadki niezdolności niemowlęcia do ssania, często przyczyną kłopotów w tym zakresie są trudności i obawy matki, związane z jej doświadczeniami.

Tak więc gdy decydujemy się, że nie będziemy karmić dziecka piersią lub gdy przerywamy karmienie po pierwszych porażkach warto zastanowić się, na ile nasze własne doświadczenia i rodzące się z nich obawy wpływają na nasze decyzje.

Nawet jeśli zagubienie w obszarze karmienia wynika z obaw i lęków, to przekłada się na techniczne jego aspekty. Dużą rolę może wówczas odegrać porada doradcy laktacyjnego, pomoc rozsądnej położnej czy pielęgniarki, rozmowa z bardziej doświadczoną koleżanką czy refleksja w gabinecie psychologicznym (ta szczególnie wtedy, gdy kłopoty dotyczą całego obszaru relacji z dzieckiem). Trudności w karmieniu piersią pojawiają się częściej w relacji z pierwszym dzieckiem, bo wtedy nasze własne lęki najsilniej wpływają na tę relację.

Podsumowując można uznać, że pewne trudności między matką a dzieckiem w zakresie karmienia są naturalne. Warto i można je rozwiązywać, a matkom należy się pomoc w tym obszarze.

Co z karmieniem butelką?

To co matka może najlepszego zrobić dla swojego dziecka to dać mu bezpieczeństwo i spokój. W czasie karmienia dziecko nie zaspakaja jedynie potrzeby głodu, równie ważne jest to **jak** matka karmi swoje dziecko, jaka jest jej postawa emocjonalna w trakcie karmienia.

Karmione dziecko odbiera uczucia matki.

Matka karmiąca swoje dziecko piersią, lecz przeżywająca niechęć do dawania dziecku piersi, trzymająca je z dala od siebie, nie da dziecku takiego oparcia jak ta matka, która karmi swoje dziecko butelką, trzymając je blisko siebie, głaszcząc i pozwalając się dotykać. Warto próbować pokonywać trudności w karmieniu piersią, ale nie warto robić tego za wszelką cenę.

Tak jak karmienie piersią w naturalny sposób bardziej sprzyja bliskości matki i dziecka – nie można przecież dać piersi i pójść sobie, tak i karmiąc butelką można być blisko fizycznie z dzieckiem, głaskać je i tulić w ramionach. Matka karmiąca butelką może tak samo dobrze wykarmić emocjonalnie swoje dziecko jak matka karmiąca piersią. W obu przypadkach najważniejsze jest, w jaki sposób matka karmi, jak ona czuje się z dzieckiem.

To co może sprawić, że kobiety jeszcze przed urodzeniem dziecka decydują, że chcą karmić dziecko butelką, związane jest często z tematem **zależności** małego dziecka od matki. Nikt inny nie może dać zamiast nas naszej piersi, matka musi być dostępna dla dziecka, gdy ono tego potrzebuje. To może budzić wiele uczuć. Decyzja o karmieniu butelką może wiązać się więc z trudnościami w zaakceptowaniu przez matkę zależności dziecka od niej na początku jego życia. Niewątpliwie karmienie butelką daje większą swobodę i niezależność matce, gdyż nie tylko ona może nakarmić swoje dziecko.

Świadomość swoich własnych trudności, np. związanych z poczuciem zależności, może być pomocna w budowaniu relacji z dzieckiem i w podejmowaniu decyzji, dobrych i dla matki i dla dziecka. Jednak najważniejsze jest, żeby matka **nie czuła się winna**.

Obecnie kobiety przeżywają ogromny nacisk i presję zewnętrzną dotyczącą karmienia piersią. Trzeba wyraźnie powiedzieć, że to nie fakt, czy karmi się piersią czy butelką stanowi podstawę bliskiego kontaktu matki i dziecka, ale to jak matka karmi swoje dziecko. Ważne jest, by karmiła ona dziecko z miłością, zapewniając mu spokój, bezpieczeństwo i nie „zarażając” go własnym napięciem.

Tak więc niezależnie od tego czy karmisz butelką czy piersią pamiętaj, że:

- ❑ dziecko uczy się od ciebie wielu rzeczy w trakcie karmienia
- ❑ postaraj się dać mu wówczas swój spokój i odprężenie, ważne jest również otoczenie, w którym odbywa się karmienie
- ❑ pozwól swojemu dziecku bawić się twoim ciałem, dotykać włosów, twarzy itp.
- ❑ trzymaj je blisko siebie i tul do siebie
- ❑ patrz się na nie, możesz je głaskać
- ❑ jeśli karmisz je butelką nie zostawiaj go samego z butelką w ustach
- ❑ zadbaj o to, by dziurka w smoczku miała odpowiednią wielkość tak, by dziecko nie zalewało się pokarmem, delikatnie wyciągaj mu z buzi smoczek, by ten się odpowiedział
- ❑ pamiętaj, by nie wpychać mu na siłę sutka czy smoczka do buzi, jeśli odwróci się od nich, niebawem powróci do jedzenia