

REZIME KLAS #7: Mit ki genyen sou bay tete

Mit sou fason pou gen plis lèt:

- **Te:** pa gen okenn etid ki montre te yo ogmante pwodiksyon lèt la. Anplis, genyen nan pwodui sa yo ki ka toksik (danjre) pou ti bebe a. Pa egzanp: te anis etwale ka lakòz domaj nan sèvo tibebe.
- **Bye:** alkòl ka diminye pwodiksyon lèt matènèl la, anplis, ka lakòz sedasyon, pèt sante, iritabilite ak reta devlopman sikomotè kay tibebe a. *Bay tete pa mache ak konsomasyon alkòl.*
- **Dlo:** Lè yon manman ap bay tete, li nòmal pou l bezwen bwè dlo plis. Se pou li bwe lè l swaf.
- **Manje:** pa gen okenn prèv ke manje tankou pitimi oswa milriton ede fè plis lèt, men yo se manje ki bon pou sante e ki ede manman an byen nourri, kidonk li pozitif ke yo konsome yo.

Pi bon galaktogog (sa ki fè pwodwi plis lèt) la ap toujou bay tete sou demann e souvan, ak yon teknik kouplaj kòrèk, ak yon manman ki gen sipò ak konfyans nan tèt li ak nan sa l ap fè a.

Mit sou konpozisyon lèt la

- **Sipleman dlo?:** yon mit trè komen sèke ti bebe yo bezwen bwè dlo anplis lèt tete pou kenbe yo idrate, sitou si li fè cho anpil. Men reyalyte a se ke lèt tete gen tout sa tibebe a bezwen jiska apeprè 6 mwa nan lavi. Lèt moun konpoze a prèske 90% dlo, kidonk li pa nesèsè oswa rekòmande pou bay ti bebe dlo pandan etap sa a, paske dlo a ta ka kontamine epi pran espas nan ti vant yo, e anpeche yo bwè kantite adekwat lèt manman.
- **Aprè kèk tan tete a pa sifi pou timoun nan?:** sa se pa vre. Lèt tete adapte ak bezwen chak ti bebe epi pandan l ap grandi li chanje tou, kidonk pa janm sispann nourri timoun nan.
- **Eske Kolostwòm nan pa bon pou tibebe a?** Kolostwòm pa sèlman nourisan, men li enpòtan espesyalman paske li bay tibebe a iminite, pwoteje li kont enfeksyon ak alèji. Li se tankou yon vaksen epi yo pa ta dwe janm neglije bay tibebe ki fèk fèt la li, sitou pou bebe piti yo.
- **Lèt manman an ka sale?** e reprezante yon danje pou tibebe a? Sa a tou se yon mit.

Tout lèt manman gen egzakteman sa tibebe a bezwen e lèt la adapte selon bezwen tibebe a.

Mit pwofesyonèl lasante ap kore

- **Manman ki p ap byen manje oswa li malad, li paka bay pitit li tete?:** se yon lòt pawòl ki pa vre. Lèt manman an pral toujou pran sa ki pi bon nan sa manman an manje nan resèv alimantè l e se pou sa l ap toujou pi bon chwa a pou yon tibebe. Sa p ap afekte ni kantite, ni kalite lèt la e l pa janm reprezante yon danje pou tibebe a. Okontrè, tout etid montre lèt manman an kèlkeswa fason manman an ap manje toujou gen yon bon valè nitrisyonèl ak iminolojik (ki ranfòse kò a kont maladi). *Sel eksepsyon se si manman an gen VIH oswa SIDA*
- **Manje ki ka bay manman an gaz, tankou chou ka pase nan lèt la?:** gaz yo se nan vant manman an yo ye, kidonk yo pa gen rapò ak lèt ki nan tete manman an. *Manman an ka manje tout sa li renmen.*
- **Manje ki pike oswa ki gen anpil epis?:** pa gen anyen manman an manje ki pase dirèkteman nan lèt li san transfòmasyon pou vin yon danje pou tibebe a. Pa fwa sa manman an manje ka fè lèt la varye gu li genyen. Kidonk, si bebe pa vle tete aprè manman manje kèk manje oswa epis, sa vle di bebe a pa renmen gou sa a, epi se se pou li evite. Men, sa pral varye nan chak timoun.
- **Bay tete a yon moman presi?:** anpil moun renmen di fòk tete a bay chak 3-4èdtan, e pa avan, e bay tete a dwe dire yon tan fiks, sa a tou se yon mit. Nan premye mwa lavi timoun nan, bay tete a dwe fèt ak yon ritm frekan e manman an padwe kite 3zèdtan pas ant chak moman bay tete yo. Yon tibebe ki an sante pral mande tete souvan chak 1èdtan a 3zèdtan e gen lè bay tete a ap dire 10 minit gen lè l p dore 40 minit, se yon bagay nòmal. Apre premye mwa a, si ti bebe a pa gen konplikasyon, nou ka pale de bay tete sou demann san nou pa nan gade kantite tan kip ase ant chak fwa manman an bay tete.

Nou menm kòm monitriz ak monitè gen yon wol ki fundamental pou edike, sipote ak ankouraje manman yo pou yo bay tete ak tout konesans de sa ki bon pou tèt yo e pou timoun yo tou.

