أخطاء شائعة



1- لم تستطع أمي أن ترضعني، لذا لن اتمكن وراثياً من إرضاع أطفالي؟ - القدرة على الرضاعة الطبيعية لا تتم وراثياً. بغض النظر عن تاريخ العائلة، كل امرأة لديها القدرة الكاملة على النجاح في الرضاعة الطبيعية (حتى لو لم تكن هذه الخبرة ناجحة مع طفلها السابق).

2 - جسدي لا ينتج الحليب؟ - عملية إنتاج الحليب تبدأ قبل الولادة، واللبا أو الصمغ (أي الحليب الأول)، موجود في الثديين عند 7-5 أشهر من الحمل (حتى ولو لم تشاهد بقعاً رطبة على صدريتك). نجاح الرضاعة الطبيعية، ومقدار الحليب يعتمد على عدد المرات التي تفرغين فيها ثديك يومياً بعد الولادة. فالرضاعة الطبيعية تعمل على قاعدة "العرض والطلب"، فكلما رضع طفلك أكثر، إزداد در الحليب لديك.

3- ثدياي صغيران جداً، ليس بمقدورهما أن ينتجا كمية كافية من الحليب. - كل امرأة لديها العدد عينه من الخلايا التي تصنع حليب في ثدييها! حتى حجم الثدي أو شكله لا يهمّ على الإطلاق! فالثدي الصغير يعكس قدرته المحدودة في تخزين الحليب، فتضطر الأم أن تفرغ ثدييها مراراً.