

Нормы прибавки веса у новорожденных

Сколько должен набрать ребенок за первый месяц жизни и какие признаки говорят о нехватке молока



Эксперт:
**Вера Анатольевна
Прохорова**
Врач-неонатолог

Малыш капризничает, «висит» на груди и плохо спит — наверное, он не наедается! Так думают многие мамы. Но есть лишь один достоверный критерий нехватки молока — плохой набор веса. Как правильно взвешивать новорожденного и какими в норме должны быть прибавки?

Прибавки веса в первый месяц жизни

- **1-5 сутки:** транзиторная потеря первоначальной массы тела.

Отмечается почти у всех новорожденных и проявляется в большинстве случаев на 3-4-й день жизни. Максимальная допустимая потеря — 9-10% от массы тела при рождении.

- **7-8 сутки:** восстановление первоначальной массы тела. При позднем восстановлении (к 10-14 дню) ключевой является третья неделя жизни, за которую ребенок должен прибавить не менее 200 граммов, что свидетельствует о формировании достаточной лактации.
- **К 28 суткам:** прибавка больше 500 граммов от веса при рождении.
- ! Ориентировочная недельная прибавка массы тела в первые три месяца жизни — 180-200 гр/нед.

Признаки недостаточной лактации

Объективные

- Через 2 недели после рождения масса тела ребенка меньше, чем при рождении.
- Прибавка менее 500 граммов в первый месяц.
- Симптом «сухих пеленок» (менее 6 мочеиспусканий в сутки), свидетельствующий об уменьшении суточного объема мочи.
- «Голодный» стул (скудный, редкий, плотной консистенции).

Субъективные

- Очень частые и продолжительные кормления грудью.
- Беспокойство или плач ребенка во время или сразу после кормления.
- Тревожный сон ребенка.
- Снижение суточного объема молока (мать не может сцедить молоко).

Как правильно взвешивать ребенка?

Если нормально набирает вес

- 1 раз в неделю в одно и то же время суток.
- Без одежды и подгузника.

! Не стоит ежедневно взвешивать ребенка, а также контролировать вес до и после кормления. Это может вызвать «психологическую зависимость» от количественных данных съеденной пищи и привести к введению искусственных смесей без серьезных показаний.

Если есть подозрение, что ребенок недостаточно набирает вес

- В течение одних суток провести ряд контрольных взвешиваний до и после каждого кормления (включая ночные). По разнице этих показателей определить количество высосанного за сутки молока.
- Рассчитать суточную норму молока по формуле ниже и сравнить с данными, полученными в результате контрольных взвешиваний.



До 10-го дня жизни:

Суточная норма = число дней жизни* 70 (при массе тела при рождении ниже 3200 гр.)

*80 (при массе тела при рождении выше 3200 гр.)

С 10-го дня и до 2-х месяцев жизни:

Суточная норма = 1/5 массы тела.



Нельзя ориентироваться на однократное взвешивание до и после кормления. В каждое кормление ребенок может высасывать различное количество молока.