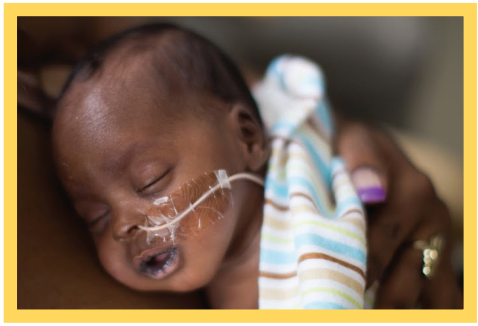
Mabuti Ang Gatas ng Ina Para sa Mga Sanggol na Kulang sa Buwan

Karaniwan nang kailangan ng mga sanggol na ipinanganak nang kulang sa buwan na manatili sa neonatal intensive care unit. Ang pinakamainam na pagkain na maibibigay mo sa iyong anak ay ang iyong gatas. Sa una, maaaring hindi pa kaya ng iyong sanggol na sumuso, ngunit maaari kang gumamit ng pang-pump ng suso upang kunin ang lahat ng gatas na kailangan ng iyong sanggol. Maaaring bigyan ang sanggol ng gatas mula sa cotton swab, feeding tube na dumadaan sa ilong o bibig patungo sa tiyan, o mula sa isang bote.

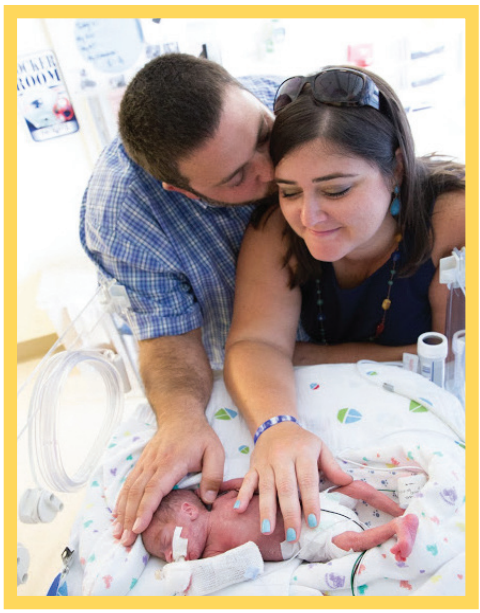
Ang gatas ng ina ang pinakamagandang pagkain para sa mga sanggol na kulang sa buwan dahil ito ay:

- Mas madaling inumin kaysa sa formula
- Tumutulong sa utak na lumaki at ma-develop
- Maaaring makatulong sa pag-iwas sa malulubhang impeksyon
- Ang gatas ng ina ay nagsisilbing pagkain at gamot para sa iyong sanggol na kulang sa buwan!



Paano ako makakagawa ng gatas kung ang aking sanggol ay mahina pa at hindi pa kayang sumuso sa akin?

- Habang nasa ospital ang iyong anak, kakailanganin mong gumamit ng pang-pump ng suso upang makakuha ng gatas mula sa iyong mga suso.
- Gamitin ang pang-pump ng suso 8 beses o higit pa tuwing 24 na oras. Siguruhing gumamit nito sa gabi. Kung mas maraming beses kang magpa-pump sa isang araw, mas marami kang gatas na magagawa para sa iyong sanggol.
- Kapag binisita mo ang iyong sanggol sa ospital, isagawa ang "kangaroo" o "skin-to-skin" na pangangalaga. Ito ay kapag inilalagay mo ang nakahubad mong sanggol na diaper lang ang suot nang direkta sa iyong dibdib (walang damit o kumot). Tutulong ito sa iyong makagawa ng mas maraming gatas at naipapadama pa nito sa iyo at sa iyong sanggol ang pagmamahal.



Sapat ba ang aking gatas upang tumulong sa aking anak sa kanyang paglaki?

- Kapag napakakulang sa buwan ng mga sanggol, maaaring kailangan nila ng mga karagdagang nutrient na idinaragdag sa iyong gatas. Tutulong ang mga doktor at nutritionist sa iyong ospital na magpasya kung kailangan ba at kung kailan kailangan ng iyong sanggol ang higit pang mga nutrient.

Paano ako makakakuha ng tulong may kinalaman sa pagkuha ng gatas para sa aking sanggol?

- Mahirap ang paggawa ng gatas para sa sanggol na kulang sa buwan pero sulit naman!
- Tanungin ang iyong nurse o mga lactation consultant kung nahihirapan ka sa pagpa-pump ng 8 o higit pang beses sa isang araw.
- Humingi ng tulong sa iyong mga kaibigan at pamilya sa pamamagitan ng pagluluto o paghahanda ng pagkain o meryenda, paggawa ng mga gawaing bahay, pag-aalaga sa iba mo pang anak, o kahit magbigay lang ng pampatibay-loob.