

# Cách Cho Trẻ Sơ Sinh Bú Sữa

**Việc cho con bú đang tiến triển như thế nào?**

**Bạn thích điều gì khi cho con bú?**

**Bạn không thích điều gì? Có điều gì bạn muốn làm khác hơn không?**

**Bạn cho bé bú gì và cho bú như thế nào?**



Dù bạn cho bé bú sữa mẹ hay sữa bình, khi bạn quan tâm và làm điều bé muốn, bé sẽ ăn ngon, có cảm nhận tốt về bạn, và về cả vấn đề ăn uống. Chú ý các biểu hiện của bé lúc đói, lúc no, lúc ăn, lúc ngủ sẽ giúp hướng dẫn bạn cho bé ăn. Để bé nằm im và tỉnh táo trong suốt giờ ăn. Tuy bạn có thể điều chỉnh lượng sữa khi cho bé bú bình nhưng không nên làm vậy vì sẽ làm bé khó chịu và làm bé ăn mất ngon. Đừng ngại sẽ chịu hư bé – Bạn không thể chịu hư một đứa trẻ sơ sinh.



## Những điều nên làm – và không nên làm – khi cho bé ăn

- **Cho bé ăn khi bé muốn ăn, khi bé thật tỉnh táo và yên lặng.**

Không nên cho bé bú theo một thời biểu định sẵn hoặc là khi bạn chợt nghĩ đến việc cho bú. Không cho bé ăn khi bé đang buồn ngủ hoặc khó chịu.

- **Bảo bé mở miệng bằng cách khều nhẹ má hoặc môi của bé, hoặc đưa đầu vú mẹ hoặc núm vú của bình sữa đến miệng của bé.**

Không nên cạy mở miệng bé. Không đặt đầu vú hoặc núm vú vào miệng bé khi bé đang ngáp, cười, hoặc khóc.

- **Giữ đầu, lưng, và vai của bé cho được thẳng. Giữ cho núm vú của bình được đầy sữa.**

Đừng để người bé vẹo vọ hay rũ xuống. Không để bé ngậm bú núm vú khi bình rỗng. Đừng dựng đứng bình sữa lên khi cho con bú.

- **Ngồi yên khi cho con bú. Giữ cho bữa ăn được nhẹ nhàng và đều đặn.**

Không đong đưa bé hay bình sữa. Không nên ngừng cho bú để lau chùi bé, cho bé ợ hơi, hay chơi đùa với bé.

- **Hãy để bé ăn theo ý của bé : ít hay nhiều, nhanh hay chậm, liên tục hay ngắt quãng.**

Không nên bắt bé phải bú một lượng sữa nào đó. Cũng đừng ép bé phải bú nhanh hơn hay chậm lại.

- **Nói chuyện hoặc vuốt ve bé theo cách mà bé thích vì điều đó sẽ giúp bé tỉnh táo (linh hoạt) trong suốt bữa ăn.**

Không nói lớn tiếng hay nói bằng một giọng khó chịu. Đừng lắc hay cù lét bé.

- **Nói chuyện hay chơi một chút sau khi cho bé bú. Đặt bé vào giường khi bé bắt đầu buồn ngủ.**

Đừng cho bé bú đến lúc bé ngủ thiếp đi. Không nên chờ đến lúc bé tỏ ra khó chịu và la quấy mới đặt bé xuống.