



## ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

# Как сцеживать и хранить грудное молоко, пока вы находитесь в больнице

Эта информация поможет вам понять, как сцеживать и хранить грудное молоко в центре MSK.

Сцеживание молока означает выделение молока из молочных желез. Оно может быть выполнено с помощью молокоотсоса или вручную.

## Что сделать перед госпитализацией

Если вам назначена операция или процедура, ознакомьтесь с материалом *Подготовка к операции или процедуре во время грудного вскармливания или лактации* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery-breastfeeding](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery-breastfeeding)).

## Поговорите с сотрудниками лечащей команды

Если вы кормите грудью (ваш организм вырабатывает молоко), проконсультируйтесь со специалистом лечащей команды. Сообщите ему, хотите ли вы

продолжить кормление после выписки из больницы. Если да, он поможет вам сохранить запас молока на протяжении всего периода лечения.

### **Храните запас своего молока**

Постарайтесь создать запас молока до госпитализации. Так вы будете уверены в том, что ребенок получает ваше грудное молоко, даже если вы не рядом с ним.

### **Спросите о ваших лекарствах**

Поговорите со своей лечащей командой о том, какие лекарства вам будут давать в больнице. Большинство лекарств можно принимать во время грудного вскармливания, но есть и такие, которые могут повлиять на грудное молоко.

Если вы принимаете лекарство, которое влияет на молоко, ваша лечащая команда даст вам указания. Разные лекарства остаются в организме в течение разного времени. Возможно, вам придется выливать молоко до тех пор, пока лекарство не выйдет из организма и не перестанет влиять на молоко, или выдерживать его некоторое время, прежде чем давать его ребенку.

Если у вас есть вопросы, задайте их своей лечащей команде. Вы также можете найти информацию на этих ресурсах.

**Центр Infant Risk Center**

[www.infantrisk.com](http://www.infantrisk.com)

806-352-2519

Центр Infant Risk Center предоставляет информацию об использовании лекарств во время беременности и грудного вскармливания.

**База данных о лекарствах и лактации LactMed**

[www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501922](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK501922)

LactMed предоставляет информацию о лекарствах и других химических веществах, которые могут попасть в организм ребенка из грудного молока.

**Поговорите с врачом вашего ребенка**

Сообщите врачу вашего ребенка, что вы будете госпитализированы. Скажите ему, что вам может понадобиться анестезия (лекарство, под действием которого вы уснете) или другие лекарства. При необходимости он поможет вам спланировать уход за ребенком.

**Как сохранить запас молока, пока вы находитесь в больнице**

Лучший способ сохранить запас молока — это сцеживать его вручную или с помощью молокоотсоса, пока вы находитесь в больнице. Это также предотвратит боль и нагрубание молочных желез,

когда молочные железы переполняются молоком и становятся твердыми и набухшими.

- **Если вам предстоит операция или медицинская процедура:** запланируйте сцеживание вручную или с помощью молокоотсоса непосредственно перед операцией или процедурой. Вы можете сделать это в центре предоперационной подготовки перед тем, как отправиться в операционную. Не забудьте ознакомиться с материалом *Подготовка к операции или процедуре во время грудного вскармливания или лактации* ([www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery-breastfeeding](http://www.mskcc.org/ru/cancer-care/patient-education/getting-ready-surgery-breastfeeding)).
- **Если вы остаетесь в больнице на ночь или на несколько дней:** запланируйте сцеживание вручную или с помощью молокоотсоса на протяжении всего периода пребывания в больнице. Лучше всего делать это по тому же графику, по которому вы обычно кормите ребенка. Это позволит сохранить выработку молока в нужном количестве.

Возможно, вы сможете кормить ребенка в больнице. В этом случае ваша лечащая команда поможет составить план кормления. Поговорите со специалистами лечащей команды перед госпитализацией.

## Сцеживание грудного молока в центре MSK

## **Скажите медсестре/медбрату, что вам нужен молокоотсос**

Когда вы приедете в больницу, скажите медсестре/медбррату, что вы кормите грудью и планируете сцеживать молоко вручную или с помощью молокоотсоса. Ваша медсестра/медбррат проследит за тем, чтобы это было зафиксировано в вашей медицинской карте. Она/он также поможет вам получить принадлежности, необходимые для хранения молока в центре MSK.

Во время пребывания в больнице вас могут перевести в другую палату или в другое отделение. Скажите медсестре/медбррату, что вы кормите грудью и планируете сцеживать молоко вручную или с помощью молокоотсоса.

**Принесите свой молокоотсос и принадлежности**  
Мы рекомендуем вам взять с собой принадлежности для сцеживания, пока вы находитесь в больнице.

**Не забудьте взять с собой:**

- Ваш молокоотсос с источником питания
- Все необходимое для сцеживания молока
- Контейнеры для хранения молока
- Сумку-термос с пакетами льда для хранения

сцеженного грудного молока

Технический специалист проверит безопасность вашего молокоотсоса, чтобы убедиться, что он безопасен для использования в больнице. Обычно это можно сделать прямо в палате, но иногда техническому специалисту приходится проверять молокоотсос в другом месте.

**Использование молокоотсоса, выданного в центре MSK**  
Если ваш молокоотсос перестанет работать или не пройдет проверку, вы сможете воспользоваться одним из наших портативных электрических молокоотсосов Medela Symphony®. Для получения дополнительной информации обратитесь к сотрудникам своей лечащей команды. Молокоотсосы доступны в следующих клиниках центра MSK:

- **Memorial Hospital (основная больница центра MSK)**  
1275 York Ave. (между East 67<sup>th</sup> street и East 68<sup>th</sup> street)  
New York, NY 10065
- **Центр Дэвида Х. Коха по лечению рака (David H. Koch Center for Cancer Care)**  
530 East 74<sup>th</sup> St.  
New York, NY 10021
- **Josie Robertson Surgery Center**  
1133 York Ave.

New York, NY 10065

## Очистка принадлежностей для молокоотсоса

### Очищайте принадлежности для молокоотсоса после каждого использования

После сцеживания вымойте все принадлежности для молокоотсоса, которые контактировали с вашим молоком или кожей. Это могут быть контейнеры для хранения молока и воронка (часть молокоотсоса, которая надевается на сосок). Мытье уничтожает микробы и бактерии.

Попросите у своей лечащей команды контейнер для очистки и средство для мытья посуды. Вымойте принадлежности горячей водой с мылом в контейнере в ванной комнате. Ополосните их теплой водой. Высушите все детали на открытом воздухе. Не мойте и не мочите трубку. При необходимости обратитесь за помощью к своей лечащей команде.

### Дезинфицируйте принадлежности для молокоотсоса ежедневно

Раз в день дезинфицируйте принадлежности для молокоотсоса, которые контактируют с вашим молоком или кожей. Это поможет уничтожить микробы и бактерии, которые могут находиться на

принадлежностях. Попросите у медицинского сотрудника вашего ребенка пакет для микроволновой печи Quick Clean™.

**Использование пакета для микроволновой печи Quick Clean™:**

1. Положите вымытые принадлежности для молокоотсоса, за исключением трубок, в пакет для микроволновой печи.
2. Добавьте в пакет 2 унции (60 мл) воды (отмерьте с помощью мерного стакана).
3. Спросите у сотрудника, где находится микроволновая печь. Положите пакет в микроволновую печь на 3 минуты при высокой температуре.
4. Достаньте пакет из микроволновой печи. Будьте осторожны, чтобы не обжечься. Пакет может быть горячим.
5. Над раковиной откройте отверстие для выхода пара на боковой стороне пакета. Слейте воду и высушите принадлежности бумажным полотенцем.

При необходимости обратитесь за помощью к своей лечащей команде.

# **Хранение молока**

Возможно, вы пробудете в больнице более 24 часов (1 дня). В этом случае позаботьтесь о том, чтобы кто-то из родственников или друзей ежедневно отвозил молоко домой и сразу же кормил им ребенка. Молоко можно хранить в холодильнике или заморозить.

Если вам необходимо хранить молоко в больнице в течение ночи, храните его в отдельной сумке-термосе с пакетами льда. Пакеты со льдом должны всегда находиться на контейнерах с молоком. Открывайте сумку-термос как можно реже, чтобы молоко оставалось холодным.

**Не храните молоко в общем холодильнике.**

## **Хранение в холодильнике для грудного молока в центре MSK**

Если вас нет возможности передавать молоко домой ежедневно, вы можете хранить его в холодильнике для грудного молока в центре MSK. Оно может находиться в холодильнике до 3 дней. Этот холодильник запирается и контролируется медперсоналом.

**Молоко нельзя хранить в холодильнике для грудного молока в центре MSK дольше 3 дней. Если вы находитесь в больнице дольше 3 дней, попросите друга**

или члена семьи отвезти его домой. Молоко, не отправленное домой через 3 дня, должно быть утилизировано.

Используйте «Журнал данных о хранении молока» в конце этого ресурса, чтобы следить за тем, как долго хранится ваше молоко.

Вы можете хранить свое молоко в одной из этих клиник центра MSK:

- **Memorial Hospital** (основная больница центра MSK)  
1275 York Ave. (между East 67<sup>th</sup> street и East 68<sup>th</sup> street)  
New York, NY 10065
- **Центр Дэвида Х. Коха по лечению рака** (David H. Koch Center for Cancer Care)  
530 East 74<sup>th</sup> St.  
New York, NY 10021
- **Josie Robertson Surgery Center**  
1133 York Ave.  
New York, NY 10065

**Сцедите молоко в бутылки для хранения, предусмотренные в центре MSK**

Вам нужно будет перелить молоко в бутылку для хранения, предусмотренную в центре MSK, чтобы хранить его в холодильнике для грудного молока MSK. Попросите ее у медсестры/медбрата.

Перед отправкой в холодильник молоко может оставаться при комнатной температуре до 4 часов.

Перед тем, как отправить его в холодильник, медсестра/медбратья вместе с вами убедится, что:

1. Ваше молоко сцежено в бутылки для хранения, предусмотренные в центре MSK.
2. На каждую бутылку наклеен стикер с идентификатором пациента. На нем должна быть указана дата, время и ваши инициалы. Это позволит контролировать дату сцеживания вручную или с помощью молокоотсоса.

## Перед выпиской из больницы

Попросите медсестру/медбрата забрать ваше сцеженное молоко перед выпиской из больницы. Молоко, которое вы оставите, будет утилизировано.

Грудное молоко можно хранить в сумке-термосе с пакетами льда в течение 24 часов. Пакеты со льдом должны всегда находиться на контейнерах с молоком. Открывайте сумку-термос как можно реже, чтобы молоко оставалось холодным.

Как только вы принесете молоко домой, сразу же используйте его, храните в холодильнике или

заморозьте.

Для получения дополнительной информации о безопасном хранении грудного молока дома или во время путешествия перейдите на сайт Центров по контролю и профилактике заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) по ссылке [www.cdc.gov/breastfeeding/breast-milk-preparation-and-storage/handling-...](http://www.cdc.gov/breastfeeding/breast-milk-preparation-and-storage/handling-...)

## Журнал данных о хранении молока

Запишите дату сцеживания молока, чтобы знать, когда передать его домой.

Помните, что молоко нельзя хранить в центре MSK дольше 3 дней. Молоко, которое вы оставите после выписки из больницы, будет утилизировано.

Дата сцеживания молока	Место его хранения (сумка-термос или холодильник)	Дата, когда молоко необходимо передать домой


Дополнительную информацию см. в нашей  
виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

How To Express and Store Your Breast or Chest Milk While You're in  
the Hospital - Last updated on October 17, 2024

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering  
Cancer Center