

# Правила введения прикорма

---

1. Число кормлений не позже чем за одну неделю перед введением прикорма сокращается до 5 раз в сутки (не считая возможного ночного кормления грудным молоком). Это связано с тем, что для переваривания густой пищи необходим интервал (не менее 4 часов).
2. Первый прикорм лучше давать утром, во второе кормление.
3. Прикорм нельзя давать сразу в полном объеме, объем блюда необходимо увеличивать постепенно (в первый день дается 1 чайная ложка, на следующий день 2-3 чайные ложки и т.д.), ребенок постепенно привыкает к новому виду пищи и примерно к 10-му дню уже получает 150 – 180 мл прикорма в кормление (**любой новый вид пищи следует вводить постепенно!**).
4. При введении прикорма его дают в начале кормления и после этого докармливают грудным молоком до необходимого объема питания, таким образом молоко «вытесняют» густой пищей.
5. При заболевании ребенка не рекомендуют начинать введение прикорма; нельзя назначать прикорм при изменении условий жизни ребенка или в ближайшие 1-2 недели после профилактических прививок.
6. Прикорм дают с ложки в теплом, но не в горячем виде; по своей консистенции блюда прикорма должны быть гомогенными (однородными) и не вызывать затруднений при глотании.
7. Каждый последующий прикорм вводят после того, как ребенок адаптировался к предыдущему.
8. Начинают с однокомпонентного прикорма, а затем переходят к многокомпонентным прикормам.