



เทคนิค การนำลูกเข้าเต้า

หมดกังวลกับปัญหาห้วนนม
สิ้น บอด บุ่ม

“ไม่ต้องกังวล เรื่องปัญหาห้วนนมผิดปกติอีกต่อไป เพราะโดยปกติเด็กจะสามารถดูดนมจากเต้าได้ด้วยการอมลึกถึงลานนม เพียงคุณแม่ฝึกเทคนิคง่ายๆตามตัวอย่างนี้ ”

1 | ฝึกให้ลูกเข้าเต้าให้ถูกวิธีตั้งแต่แรก



2 | ใช้วิธี Hoffman's คือใช้นิ้วชี้และนิ้วหัวแม่มือวางด้านข้างของห้วนนม แล้วดึงแยกออกจากกัน ทำซ้ำวันละ 2 ครั้ง เช้าเย็น



3 | ใช้อุปกรณ์ช่วยดึงห้วนนม (ลูกยางแดง) ทุกวัน วันละ 2 ครั้ง หลังอาบน้ำข้างละ 10 นาที หรือใช้เครื่องปั๊มช่วยปั๊ม เพื่อให้ห้วนนมยื่นออกมา ก่อนจะให้น้องเข้าเต้า



4 | ใช้ปั๊มแก้วสวมในระหว่างให้นม หรือก่อนให้นมราวครึ่งชั่วโมง เพื่อให้ผิวหนังบริเวณรอบลานนมนุ่ม ช่วยให้ห้วนนมยื่นออกมา

