

## ***Kedves Édesanya!***

Az első gyereknél még nincs felkészülve a mell a szopás igen erőteljes fizikai igénybevételére. Szopás közben a baba nyelve úgy súrolhatja a mellbimbót, akár egy finom kis smirgli, és ez bizony néhány nap múlva komolyan fájhat. Az a legfontosabb, hogy kezdettől fogva helyesen tegye mellre a babát. Ha jól kapja be a mellbimbót, kicsi a veszélye annak, hogy sérülést okozzon. Szopás után hagyja csupaszon a mellét. A baba nyálát és az anyatejet ne törölje le róla, hanem hagyja rászáradni, mert mindkettő tartalmaz sebgyógyító összetevőket. Az egész nap melltartóba és szoptató betétekbe csomagolt mellek nem levegőznek kellőképpen, elhúzódik a gyógyulás, a sérülések pedig felülfertőződhetnek.

A kezdeti mellbimbó-érzékenység csupán átmeneti jellegű (három nap, két hét), ám amíg fáj, esetleg vérzik a mellbimbó, addig nagyon kellemetlen. A pici seb vérezhet, beleragadhat a melltartóba, a nedvszívó melltartóbetétbe, és fájdalmas, ha bármi hozzáér, ami súrolhatja. Ilyen esetben segítséget jelent a két részből álló, a kellő szellőzés érdekében lyukacsos mellkagyló, amely megakadályozza, hogy bármihez is hozzáérjen a bimbó. Csak akkor viselje átmenetileg, ha muszáj felöltöznie. A sebgyógyulást akkor segítheti az anya, ha a mellét szabadon hagyja és anyatejjel keni be a bimbót.

A sebes mellbimbót nem szabad és egyébként sem kell szappannal mosni és fertőtleníteni, mert ez szinte lehetetlenné teszi a gyógyulást. A szappanos lemosás ugyanis eltávolítja a mellbimbó Montgomery-mirigyének váladékát, azt a természetes balzsamot, amely a mellbimbót puhán tartja, óvja a felázástól, és segíti a kisebb sérülések gyógyulását. A szoptatás előtti langyos vizes lemosás, sőt, a későbbiekben a rendes napi tisztálkodás bőven elegendő. A sebes mellbimbók áztatására, lemosására ajánlott még a sós vizes oldat használata. (Elkészítése: 1 liter felforralt majd lehűtött vízhez adjunk 3 teáskanál sót). Az így elkészített oldattal napi 2x elegendő a mellet kezelni.

Ha a babának szájpenészfertőzése van, a mellbimbót is kezelni kell, mert sebes állapotban könnyen behatolhatnak a kórokozók, és csúnya mellgyulladást vagy elhúzódó sebgyulladást, gombás fertőzést okoznak. A legfontosabb, hogy minél előbb kérje védőnője segítségét.

Amíg a sebek begyógyulnak, szoptasson viszonylag rövidebb ideig, mindkét mellből. Csak a komfortszopást korlátozza egy ideig, ha muszáj.

**A tájékoztató anyagot készítette:**

**Dr. Szalayné Halász Orsolya**  
**Megyei vezető védőnő**

