

1



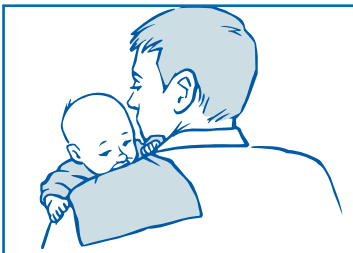
W odbijaniu najbardziej sprawdzają się dwie pozycje. W pierwszej opierasz dziecko na swoim ramieniu i trzymasz je jedną ręką za pupę, a drugą ręką podtrzymujesz główkę.

2



W drugiej pozycji sadzasz dziecko na kolanach i jedną ręką podtrzymujesz jego plecki, a drugą podbródek, by asekurować główkę.

3



Podczas odbijania Twoje dziecko może ulewać, dlatego warto przygotować sobie ściereczkę, którą ochronisz ubranie i wytrzesz zabrudzenia.

4



Kiedy dziecko przyjmie już odpowiednią pozycję, masuj mu plecki (dość intensywnie), aż nastąpi odbicie. Nie spiesz się – to może trochę potrwać.

5



Kiedy dziecku się odbije, może ono chcieć ponownie mleka, mając teraz więcej miejsca w brzuszku.

Jeżeli chcesz pobrać inne darmowe poradniki o podobnej tematyce – odwiedź naszą stronę internetową.

Wielka Brytania

Irlandia

SMA Careline



Bezpłatna infolinia: 0800 0 81 81 80



smanutrition.co.uk/knowhow



Bezpłatna infolinia: 1800 931 832



smanutrition.ie/knowhow