

Ardo Belly-Balls

1 Pieni marmorikuula

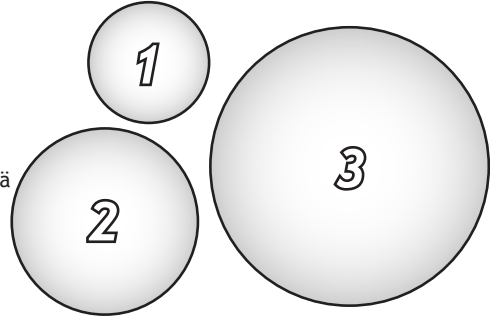
Päivän vanhan vauvan vatsan tilavuus

2 Marmorikuula

Vatsan tilavuus kolmen päivän ikäisellä

3 Pingispallo

Vatsan tilavuus 10 päivän ikäisellä



”Vatsapallot” on työkalu, joka helpottaa uusia vanhempia visualisoimaan vastasyntyneen vatsan kokoa ja sitä, kuinka paljon maitoa vauvan vatsaan mahtuu. Pallojen avulla ymmärtää, ettei lisäruokaa tarvita ja rintamaito on enemmän kuin tarpeeksi vastaamaan vastasyntyneen tarpeita.

Tutkimuksissa on selvinnyt, että ensimmäisenä päivänä vastasyntyneen pieni vatsa ei veny, kuten se tekee jo päivän tai kahden kuluttua. Tutkimustulos selittää lukemattomien kättilöiden kantapään kautta oppiman kokemuksen, että kun vastasyntynyttä syötetään parikymmentä grammaa ensimmäisenä päivänä, suurin osa maidosta tulee samantien takaisin ulos. Vastasyntyneen vatsan seinämät pysyvät kiinteinä työntäen liian maidon ulos eivätkä seinämät veny pitäen ylimääräisen maidon sisällä.

Ensimmäisenä vuorokautena vastasyntyneen vatsan tilavuus on noin 5-7 ml ruokailua kohden. Luonnollisestikin,

juuri tämän verran maitoa on äidin rinnassa valmiina odottamassa. Kolmena ensimmäisenä päivänä vauva tarvitsee useita pieniä ruokailuja ja hänen vatsansa laajenee marmorikuulan kokoiseksi. Kymmenenteen ikäpäivään mennessä vauvan vatsa on kasvanut pingispallon kokoiseksi.

Voiko vastasyntyneelle antaa enemmän maitoa joka ruokinnassa, jotta vatsa laajenisi aiemmin?

Vastaus on ei. Pienet usein toistuvat ruokinnat saavat aikaan terveellisen ruokailutavan heti alusta alkaen. Nykyään ohjeistetaan ammattilaisten toimesta aikuisiakin, että on terveellisempää syödä pieniä määriä, mutta useasti. Sama totuus pätee lapsiin ja vauvoihin.

Vauvan taivuttelu syömään enemmän maitoa johtaa liikaruokintaan. Jos vauva tottuu yltykälläisyyden tunteeseen, se voi johtaa epäterveellisiin ruokailutapoihin, joka myöhemmin johtaa liikalihavuuteen lapsena.

