

Bylinky a léky na zvýšení laktace

Bylinky a léky na zvýšení tvorby mléka nejsou všespásné, nejdůležitější je mít s miminkem co nejvíce tělesného kontaktu a správné asymetrické přisátí!
Kontaktuje šikovnou poradkyni při kojení dětí na www.kojim.cz

Pískavice řecká - Řecké seno, Benedikt lékařský a Moringa olejová mnoho informací najdete také na www.mamila.sk

Užívání bylinek ve formě bylinné:

Benedikt lékařský – 3 polévkové lžíce 3x denně

Pískavice řecká - 3 polévkové lžíce 3x denně pomletého semene – možno sehnat v obchodech s kořením nebo v prodejních zdravé výživy. Pozor, je hodně hořká. Koření se sype do čaje, či míchá do jogurtu, či jiného pokrmu.

Preferuji užívání kapslí! Je to levnější, jednodušší a účinnější!

Kapsle Pískavice řecké, Benediktu lékařského a Moringy olejové, které lze objednat na <http://lekarnalancier.cz/swanson> nebo www.yzop.cz v sekci bylinné kapsle.

Běžně je možno bylinky v kapslích koupit zatím pouze v Brněnských lékárnách

Léčárna ve dvoře Porodnice na Obilním trhu 11, Brno

Kontakt: E-mail: kjungova@fnbrno.cz , tel.: 532 238 484,

Otevírací doba: Po- Čt:8:00 – 16:30, Pá: 7:00 – 15:30, So: 9:00 – 14:00

Zde mají bylinky téměř stále!

Nyní jsou bylinky k dostání také ve **všech lékárnách Lancier, Brno**

na ulici Cejl 105 (roh ulice Cejl a Bratislavská), denně od 7-18hod

Kontakt: E-mail: lancier.cejl@seznam.cz , tel. 533 101 777, 732 177 334

Zde mají bylinky stále!

na ulici Lýskova 2, Brno Bystrc - Po, Út, Pá: 7⁰⁰ - 18⁰⁰ hodin St, Čt: 7⁰⁰ - 19⁰⁰ hodin

Kontakt: lancier.lyskova@seznam.cz +420 543 215 252, +420 777 264 623

Do této léčárny si raději předem zavolejte!

na ulici Hybešova 20 v průchodu - Po - Pá: 7:00 - 18:00 hodin

Kontakt: lancier.hybesova@seznam.cz +420 543 251547, +420 777 264 621

Do této léčárny si raději předem zavolejte!

Bylinky jsou v kapslích jsou také k dostání

v obchůdku Majka, Hybešova 14, www.majka-shop.cz,

Po-Pá 10:00 – 18:00, telefon 774 115 018, **Do obchůdku si raději předem zavolejte!**

Užívání byliny v kapslích

Pískavice a Benediktu v kapslích: 3 kapsle 3xdenně od každé byliny.

Nově také Moringa olejová v kapslích – užívá se 2 kapsle 3x denně, pro maximální účinek se užívají 2 kapsle přesně po 6ti hodinách, tedy 4x denně.

Shrnutí užívání bylinek:

Pískavice **řecká** s Benediktem užívají **společně** v kombinaci. Pokud neseženete Benedikt, užívejte alespoň Pískavici. Nejlépe zabírají na začátku laktace (zvláště dobře v prvních týdnech), to ale neznamená, že později zabírají méně, nebo nezabírají. Účinkují za 12 – 24 hodin. Bylinky nemají žádné nežádoucí účinky a jsou odzkoušeny na tisících maminkách v Kanadě a na Slovensku a nyní také i u nás v ČR. Více informací najdete v dokumentu: „Přesný popis bylin“.

Pokud dobře nezabre Pískavice a Benedikt, nebo je již maminka užívá dlouho a přestávají být dobře účinné lze přidat ještě Moringu.

Účinek se projeví tak, že miminko bude lépe pít, bude spokojenější, nebude se od prsu odtrhávat a maminka bude vnímat, že s více potí a voní jako bylinky – jako Kari koření.

Nepolekejte se informací na etiketě, že bylinky nejsou vhodné pro kojící maminky - nebyly provedeny nákladné studie a výrobce se tímto chrání. Ignorujte návod na užívání na etiketě a řiďte se doporučeným dávkováním podle tohoto dokumentu.

Lék na zvýšení tvorby mléka

Domperidon – je účinná látka, která je obsažena v obchodně nazvaném léku **Motílium**, který se užívá na nevolnost. Nejlépe funguje v situacích, kdy se již mamince tvořilo dost mléka, ale tvorba mléka se nějakého důvodu snížila. Pomáhá ve většině případů. U tohto léku se vlastně využívá jeho vedlejšího účinku, což je zvýšení tvorby prolaktinu.

Motílium: (účinná látka **Domperidon**): 3 tabletky 3x denně, maximální dávka 4 tabletky 4xdenně.

Dostupnost léků v ČR: Lék Motílium je dostupný pouze na lékařský předpis a obsahuje 30tbl doplatek cca 130,- Kč/ doporučené užívání 3x3/ jedno balení vyjde na 3 dny.

O lékařský předpis požádejte svého praktického lékaře, dětského lékaře nebo gynekologa.

Pokud bude mít o vydání předpisu pochybnosti, předejte mu dokument „Informace o medikamentu na zvýšení tvorby mléka“, který také najdete na:

<http://www.poradkyneprikojeni.cz/co-urcite-potrebuje-vedet/pro-maminky-ke-stazeni/domperidon/>

Maminkám, které jsou pár dní po porodu doporučuji užívání bylin.

Domperidon (Motýlium) s výjimkami doporučuji užívat cca od 6. týdnů po porodu.

Nejste-li s užíváním jista, raději mi zvolejte nebo napište email na kallusi@seznam.cz