

# Nestlé NANCARE Mama

Wsparcie dla mam karmiących piersią



**NOWOŚĆ**



## NANCARE® MAMA LACTO+™

**Sprawdź, jak wesprzeć produkcję mleka w czasie karmienia piersią.**

**od 1. dnia po porodzie**

SUPLEMENT DIETY

# Nestlé NANCARE. Mama

Wsparcie dla mam karmiących piersią

## GRATULACJE!

Twoje dziecko przyszło na świat i chcesz zacząć karmić je piersią, bo wiesz, że jest to dla niego najlepszy start w życie.

Mleko mamy to pokarm stworzony przez naturę. Zawiera zarówno składniki, które pozwalają dziecku zdrowo rosnąć i rozwijać się (np. laktoza, zdrowe tłuszcze i wysokiej jakości białko), a także substancje pomagające w budowaniu odporności (oligosacharydy mleka kobiecego – HMO).

Niestety czasami na mlecznej drodze mogą pojawić się wyzwania – na początku np. trudności z przystawieniem dziecka do piersi i z rozwinięciem laktacji, a później kryzysy laktacyjne. Wiele kobiet w takiej sytuacji boi się, że nie ma wystarczającej ilości mleka, a maluszek się nie najada. Może to generować stres i dodatkowo zaburzać proces produkcji pokarmu.

### Aby jak najdłużej utrzymać laktację, staraj się:

- ✓ często podawać maluszkowi pierś (karm na żądanie),
- ✓ karmić piersią w nocy,
- ✓ pić dużo wody (min. 2 litry dziennie),
- ✓ opróżnić pierś podczas każdego karmienia,
- ✓ pilnować, aby maluszek prawidłowo ssał pierś.



### Czy wiesz, że...

W Polsce tylko 3-4% dzieci jest karmionych wyłącznie piersią zgodnie z rekomendacjami, czyli przez pierwsze 6 miesięcy<sup>1</sup>.

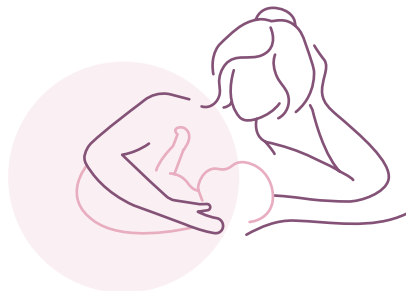
**W pobudzeniu laktacji i zwiększeniu ilości pokarmu może pomóc Ci odciąganie mleka i stymulowanie piersi do jego produkcji. Użyj do tego laktatora.**

### Czujesz, że potrzebujesz wsparcia związanego z laktacją?

Korzystaj z pomocy doświadczonej doradczynie laktacyjnej lub z bezpłatnej konsultacji edukatorki laktacyjnej na stronie

[www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/strefa-eksperta](http://www.zdrowystartwprzyszlosc.pl/strefa-eksperta)

Wsparciem mogą być też galaktogogi, czyli składniki wspomagające laktację, które mogą pomóc zapoczątkować, utrzymać i zwiększyć produkcję mleka. Na świecie w tym celu najpowszechniej stosowanym ziołem jest kozieradka.



<sup>1</sup> Karacz i wsp.: International Breastfeeding Journal (2021) 16:58, <https://doi.org/10.1186/s13006-021-00406-z>



Z myślą o mamach, które zmagają się z problemami laktacji stworzyliśmy **NANCARE® MAMA LACTO+™**, który swoje działanie zawdzięcza kozieradce - roślinie powszechnie znanej i tradycyjnie stosowanej do naturalnego zwiększania produkcji mleka w okresie karmienia piersią.



zawiera kozieradkę, która wspiera produkcję mleka kobiecego



działa już w 3. dobie suplementacji



do stosowania od 1. dnia po porodzie



nie zawiera cukru, żelatyny i glutenu



w każdej kapsułce znajduje się aż 500 mg kozieradki



wygodny sposób przyjmowania

**WAŻNA INFORMACJA: NIE STOSOWAĆ W CZASIE CIĄŻY.** Przechowywać w sposób niedostępny dla małych dzieci. Suplement diety nie może być stosowany jako zamiennik zróżnicowanej diety i zdrowego stylu życia. Przed użyciem należy zasięgnąć porady lekarza lub położnej. Nie przekraczać zalecanej dziennej porcji do spożycia bez konsultacji z lekarzem lub położną. W rzadkich przypadkach osoby uczulone na orzeszki ziemne, soię lub inne rośliny strączkowe mogą odczuwać objawy alergii.

**NANCARE® MAMA LACTO+™** nie jest lekiem, a suplementem diety. W przypadku problemów ze zdrowiem lub jednoczesnego przyjmowania innych preparatów, skonsultuj stosowanie produktu z lekarzem. Jeśli wystąpią skutki uboczne, zrezygnuj ze stosowania **NANCARE® MAMA LACTO+™**.

# Poznaj suplementy diety NANCARE®

NIEZWYKŁE WSPARCIE OD 1. DNIA ŻYCIA

## NANCARE® WITAMINA D



od 1. dnia życia

witamina D wspomaga odporność  
oraz rozwój kości

jedynie wit. D rozpuszczona w oleju  
słonecznikowym, nie zawiera cukru

kropelki ułatwiają dobór dawki do wieku Dziecka

**Twój Maluszek zbyt rzadko się wypróżnia?  
Kupka jest twarda, a jej wydalenie wymaga  
dużego wysiłku?**

Najczęściej taki stan jest spowodowany niedojrzałością układu pokarmowego, niewłaściwą kolonizacją jelit przez bakterie lub zmianami w nawykach żywieniowych (takimi jak okres wprowadzania nowych pokarmów czy różnicowanie diety). Aby poradzić sobie z tym problemem dość częstym u niemowląt i małych dzieci możesz skonsultować z lekarzem stosowanie **NANCARE® FLORA-EQUILIBRIUM** z błonikiem pokarmowym GOS/FOS.

**Witamina D odgrywa ważną rolę w funkcjonowaniu układu odpornościowego Twojego Maluszka.**

Zgodnie z aktualnym stanowiskiem ekspertów<sup>1</sup> u noworodków i niemowląt witamina D powinna być suplementowana przez cały rok. **NANCARE® WITAMINA D** powstała, by zapewnić Twojemu Dziecku wsparcie każdego dnia. Jedno opakowanie to nawet 100 porcji witaminy D, która jest rekomendowana od 1. dnia życia.

## NANCARE® FLORA-EQUILIBRIUM



od 1. dnia życia

aż 10 porcji  
w opakowaniu

nie zawiera glutenu

neutralny smak

<sup>1</sup> Rusińska A. i wsp.: Zasady suplementacji i leczenia witaminą D – nowelizacja 2018 r., Postępy neonatologii 2018; 24(1)

## Chcesz dowiedzieć się więcej?

Zapytaj w aptece  
lub kup online

[www.nestlebabyandme.pl](http://www.nestlebabyandme.pl)



NANCARE



NANCARE  
Mama

Dołącz do nas  
w social mediach

- /zdrowystartwprzyszlosc
- /nestle\_babyandme\_pl
- /zdrowystartwprzyszlosc