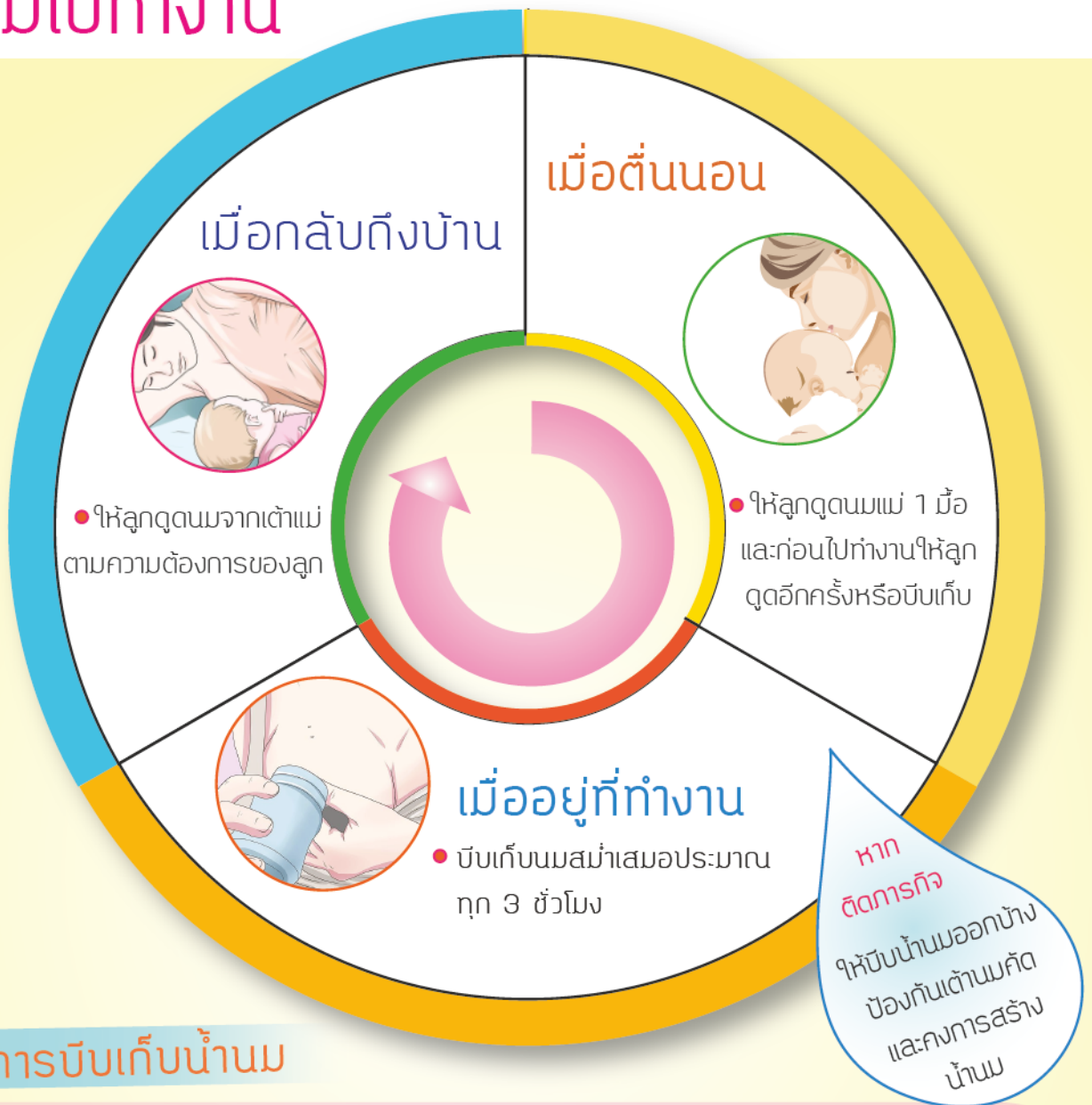


เมื่อแม่ไปทำงาน

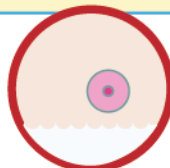
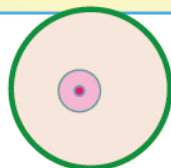


เทคนิคการบีบเก็บน้ำนม

1. นวดและคลึงหัวนมเพื่อกระตุ้นการหลั่งน้ำนม
2. วางนิ้วมือห่างจากหัวนม 3 - 4 ซม.
3. กดเข้าหาหน้าอก
4. บีบเข้าหากัน
5. น้ำนมไหลออกจากท่อน้ำนม

คุณแม่ที่ใช้เครื่องบีบนม ควรบีบนมด้วยมือตามหลัง เพื่อเอาน้ำนมส่วนที่ค้างออก

ระบายนมออกได้มากและสม่ำเสมอ
น้ำนมจะสร้างมาก



ระบายนมออกได้น้อย นมค้างอยู่ในเต้า
เต้านมคัด น้ำนมสร้างน้อยลงหรือหยุดสร้าง