LA ROCHE POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

ЧТО ПИТЬ ПРИ ГРУДНОМ ВСКАРМЛИВАНИИ

МОЖНО:



Чистая вода
Основа питьевого режима: в достаточном количестве



Газированная вода



Молочные и кисломолочные напитки
Возможны индивидуальные реакции у ребенка

С ОГРАНИЧЕНИЕМ:

Кофе
До 200 мг по кофеину, что примерно составляет 3-4 кружки кофе в день



Фруктовые соки
Из-за сахара в составе



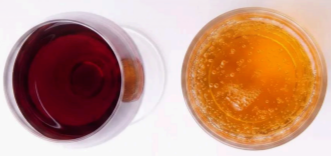


Травяные чаи
Смотреть по совместимости препарата с грудным вскармливанием (ромашка, чабрец разрешены)



Чай черный или зеленый

НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ:



Алкоголь
Беспрепятственно проникает в грудное молоко

Энергетические напитки
Содержат высокие дозы кофеина и сахара

* Основано на материалах ВОЗ и клинических рекомендациях Минздрав РФ.
Изображения несут иллюстративный характер.