

При грудном вскармливании увеличивается продолжительность жизни человека. Благоприятно влияет на развитие ребенка и его психический статус сам процесс кормления грудью. Единение матери и ребенка при кормлении грудью оказывает глубокое взаимное эмоциональное воздействие. Ни один заменитель грудного молока не несет в себе информацию о любви и нежности. Отмечено, что дети, которые длительно вскармливались материнским молоком, отличаются гармоничным физическим развитием. Они более спокойны, уравновешенны, приветливы и доброжелательны по сравнению с детьми, находившимися на искусственном вскармливании, а впоследствии сами становятся внимательными и заботливыми родителями.

НАряду с уникальными свойствами грудного молока, обеспечивающими оптимальный рост и развитие ребенка, доказана исключительная польза грудного кормления и для мамы.

Так, на фоне грудного вскармливания быстрее отмечается нормализация гормонального фона. Во время сосания малышом материнской груди в организме женщины вырабатывается гормон окситоцин. Он усиливает сокращение матки, поэтому малышей прикладывают к груди сразу после рождения. У женщин, кормящих грудью, матка сокращается и восстанавливается быстрее.

Грудное вскармливание обеспечивает подавление роста раковых клеток. Медицинская статистика свидетельствует, что грудное кормление снижает риск возникновения рака груди на 50% и рака яичников на 25%. Во время вскармливания ребенка значительно уменьшается или даже бесследно проходит мастопатия молочных желез.

Начиная с момента зачатия и в течение шести

месяцев после прекращения лактации в женском организме активизируются механизмы усвоения кальция, так необходимого маме и ребенку. Считается, что при кормлении грудным молоком каждого ребенка на 25% снижается риск возникновения остеопороза у женщины в пожилом возрасте.

Во время кормления грудью в женском организме вырабатывается гормон эндорфин. Он является природным транквилизатором, обеспечивает приподнятое настроение, ощущение счастья, радости, умиротворения. Женщину меньше тревожат различные бытовые трудности, все свое внимание она сосредотачивает на ребенке, наслаждаясь каждой минутой общения с ним.

Таким образом, грудное вскармливание – это больше, чем просто питание! Пусть ваш малыш получит все преимущества грудного вскармливания для здорового начала жизни и правильного развития!



Информация предоставлена
Управлением здравоохранения г. Хабаровска
680000, г. Хабаровск, ул. Нагишкина, д. 7
Тел.: (4212) 40-90-60, факс: (4212) 40-90-61
E-mail: gorzdrav@khabarovskadm.ru
www.здоровыйхабаровск.рф



Сохрани своё здоровье!



**НЕОСПОРИМАЯ
ПОЛЬЗА ГРУДНОГО
ВСКАРМЛИВАНИЯ**

Грудное молоко – это идеальное питание для малыша. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендует мамам кормить детей в первые шесть месяцев исключительно грудным молоком.



В целом в России за последние 15 лет наметилась тенденция к улучшению показателей грудного вскармливания. Доля детей, находящихся на естественном вскармливании, увеличилась с 27,6% до 40,1%.

В ЧЕМ ЖЕ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ ПРЕИМУЩЕСТВО ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ, И ПОЧЕМУ ВРАЧИ РЕКОМЕНДУЮТ КОРМИТЬ РЕБЕНКА ГРУДЬЮ ТАК ДОЛГО, НАСКОЛЬКО ЭТО ВОЗМОЖНО.

Вскармливание ребенка материнским молоком с момента его рождения позволяет ему оптимально преодолеть период адаптации новорожденности. В составе материнского молока ребенок получает макро- и микронутриенты, предназначенные именно ему в соответствующий период его жизни. Недостаток хотя бы одного из важных элементов питания на первом году жизни может привести к негативным последствиям в будущем.

В грудном молоке содержится большое количество полезных полиненасыщенных жирных кислот.

Высокое содержание холестерина в грудном молоке снижает темпы выработки собственного и, как следствие, снижается риск развития атеро-

склероза и гипертонической болезни. Многочисленными авторами доказано, что влияние грудного вскармливания на уровень артериального давления и холестерина у взрослых оказалось гораздо более сильным, чем все профилактические меры, предпринимаемые впоследствии для контроля факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний (помимо приёма лекарств).

Доказано, что сокращение длительности грудного вскармливания, а также докорм искусственными смесями в течение первых 8 суток жизни представляет собой фактор риска развития сахарного диабета 1 типа. Если кормить ребенка грудью хотя бы до 3-х месяцев – риск сахарного диабета снижается на 25%.

Женское молоко полностью лишено антигенных, т.е. есть аллергенных свойств, в то время как белки коровьего молока обладают резко выраженной антигенной активностью. Практически все современные молочные смеси содержат почти в 1,5 раза больше белка, чем грудное молоко. При искусственном вскармливании неизбежно возникают белковые перегрузки, что приводит к нарушению работы мочевыделительной системы ребенка.

Лактоза, содержащаяся в грудном молоке, способствует росту нормальной микрофлоры



кишечника, является пластическим материалом для развития нервных волокон.

Дети, находящиеся на естественном вскармливании, интеллектуально более развитые и успешны в жизни.

Женское молоко, особенно молозиво, богато защитными иммуноглобулинами (антителами), различными биологически активными веществами, что повышает защитные функции детского организма.

В грудном молоке обнаружены бифидо- и лактобактерии, **определяющие становление иммунитета**, поэтому дети, находящиеся на естественном вскармливании, в 4 раза реже болеют острыми респираторными инфекциями, в 10 раз реже – острыми кишечными инфекциями.

Усвоение кальция и фосфора из грудного молока в несколько раз лучше, чем из коровьего молока, поэтому дети на естественном вскармливании редко болеют рахитом.

