



ГБУЗ «Оренбургский областной центр
медицинской профилактики»
Адрес: 460040, г. Оренбург,
ул. Алтайская, д. 12 «А»
god42@mail.orb.ru

АНО «ЦСИ «Развитие»
Адрес: 460044, г. Оренбург,
ул. Березка, д. 26, офис 2
socialinfo@yandex.ru

ПРЕИМУЩЕСТВА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

(ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ)

ЕСТЕСТВЕННОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ МАТЕРИНСКИМ МОЛОКОМ ЯВЛЯЕТСЯ НАИЛУЧШИМ СПОСОБОМ ПИТАНИЯ МЛАДЕНЦА

Почему же некоторые мамы принимают решение не кормить грудью? Или они считают, что молочная смесь вполне может заменить грудное молоко?

На самом деле детские молочные смеси лишь приближены по составу к грудному молоку, а не равны ему.

Грудное молоко – это свежая, натуральная, днем и ночью доступная, стерильная и правильно подогретая пища для малыша, обеспечивающая его всеми необходимыми питательными компонентами. Помимо этого, грудное молоко обладает еще необыкновенно активными биологическими свойствами, которые отсутствуют даже у самых совершенных молочных смесей, предназначенных для искусственного вскармливания.

Материнское молоко – живое, с ним передаются ферменты, гормоны и антитела, защищающие от инфекций. Кормление грудью – это бесценный духовный контакт матери и ребенка. Он оказывает уникальное биологическое воздействие на здоровье малыша.

Раннее прикладывание к груди способствует более быстрому приспособлению новорожденного к условиям вне утробного существования.

Грудное молоко наилучшим образом удовлетворяет потребности растущего организма в белках, жирах, углеводах, большинстве витаминов и микроэлементов, и ребенок до 4-6 месяцев не нуждается в других продуктах, кроме материнского молока.

Грудное молоко способствует заселению желудочно-кишечного тракта «полезными» микроорганизмами и препятствует размножению болезнетворных бактерий. Вскармливание ребенка грудным молоком предотвращает развитие пищевой аллергии, хронических заболеваний органов пищеварения.

Дети, вскармливаемые грудью, реже болеют не только кишечными, но и острыми респираторными инфекциями за счет того, что в грудном молоке содержатся лимфоциты, макрофаги, а также антитела к тем инфекционным заболеваниям, которые перенесла мать.

При вскармливании материнским молоком дети более спокойны и уравновешены, приветливы и доброжелательны. Они более привязаны к матери, чем дети, находящиеся на искусственном вскармливании.

Формирование челюстно-лицевого скелета у детей всех возрастных групп во многом определяется длительностью естественного вскармливания. Развитие «сосательного насоса» в процессе грудного кормления в большей мере определяет и становление аппарата артикуляции (произношение звуков).

Многие мамы не знают, как полезно для них самих кормить ребенка грудным молоком.

В первые дни после родов кормление грудью способствует быстрому сокращению матки, уменьшению кровотечений, защищает от послеродовых заболеваний, мастита, рака молочной железы и яичников. Регулярное кормление грудью задерживает возобновление менструаций и является естественным фактором, предупреждающим новую беременность. Только необходимо, чтобы перерывы между кормлениями не превышали трех часов.

ВОЗМОЖНЫЕ ТРУДНОСТИ ПРИ ГРУДНОМ ВСКАРМЛИВАНИИ:

● Когда молоко только прибывает, иногда происходит нагрубание груди: появляется уплотнение, она становится твердой, тяжелой. Но если температура не повысилась, общее самочувствие не ухудшилось, грудь не покраснела – не тревожьтесь! Вам поможет малыш – почаще давайте ему грудь, он отсосет застоявшееся молоко.

● Сложнее справиться с трещинами сосков. Если они появились на одной груди, начинайте кормить со здоровой, докормить из больной будет легче. Если трещины на обеих, можно кормить через накладку или день-два сцеживать молоко. Для профилактики трещин после кормления смазывать соски своим молоком и оставлять грудь открытой на 15-20 минут.

● Количество и качество молока зависят от общего состояния мамы, от того, как она питается. Ей необходимы молочные продукты, мясо, фрукты, овощи. Нельзя употреблять в пищу шоколад, апельсины, мандарины. Необходимо избегать пахнущих приправ, а также косметики с сильным запахом.

**ПОМНИТЕ, ЧТО НАШИ
РЕКОМЕНДАЦИИ
ПОМОГУТ ВАМ СОХРАНИТЬ
СВОЕ ЗДОРОВЬЕ**

