

Памятка для молодых мам

Кормление грудью хорошо и для малыша и для матери

Можно выделить как минимум 7 ключевых преимуществ кормления грудью

1. Поддержка иммунной системы

Грудное молоко содержит весь набор витаминов и минералов, а так же антитела защищающие малыша от инфекций. Молоко вырабатываемое в первые дни (молозиво) содержит максимальное количество антител

2. Стимуляция пищеварения

Употребление грудного молока помогает в развитии и созревании пищеварительного тракта ребенка. Первые порции молозива обладают послабляющим эффектом, помогая опорожнить кишечник от первородного кала (мекония)

3. Разнообразный уникальный состав

Молоко мамы содержит множество полезных соединений – белков, углеводов, разных типов жиров. Они позитивно влияют на развитие всех систем и органов малыша. В каждом приеме молока малыш получает полный набор необходимых питательных компонентов

4 Состав материнского молока

Состав изменяется по мере роста малыша - состав существенно отличается в первые недели кормления и через полгода

5. Помощь в защите от болезней

При кормлении младенцев грудным молоком снижается риск развития патологий пищеварительной системы и органов дыхания, инфекционных заболеваний и атеросклеротического поражения сосудов во взрослом возрасте

6. Формирование тесной связи и чувства близости

При кормлении малыш осушает тепло тела, запах матери, ее сердцебиение и дыхание. Это позволяет сформировать ощущение близости, защиты и надежности снимает эмоциональное напряжение что позволяет ребенку быть спокойнее.

7. Польза грудного вскармливания для матери

- сокращение времени восстановления после родов, снижает риск послеродовых кровотечений
- длительная лактация снижает риск развития рака груди, яичников. Особенно четко это просматривается для женщин кормящих грудью более года
- кормление уменьшает вероятность формирования послеродовой депрессии,
- общение с малышом и забота о нем улучшает настроение, помогает справляться с депрессивными настроениями, повышает эмоциональный статус.

Врач по гигиеническому воспитанию

БУЗОО «Нововаршавская ЦРБ» Путий А.В.