Грудное вскармливание – закладывает основы здоровья малыша

Грудное вскармливание является обязательным основным условием формирования здоровья ребенка, оно оказывает влияние на последующее становление очень важных физиологических и социальных функций, связанных с интеллектуальным потенциалом человека, физической работоспособностью, его воспроизводством.

Среди молодых женщин распространены неверные представления о старомодности грудного вскармливания, о возможности его «равноценной замены». Однако – это не так, ни одно их существующих ныне смесей – заменителей грудного молока – не в состоянии 100% заменить материнское молоко! Свободная реклама и доступность адаптированных молочных смесей промышленного производства, так называемых “заменителей женского молока”, которые имеют важное значение только в тех случаях, когда ребенок по каким – либо причинам лишен материнского молока, содействует тому, что при малейших сомнениях или затруднениях молодая мать, без консультации с врачом-педиатром, принимает решение отказаться от кормления грудью своего ребенка. Только грудное молоко наилучшим образом обеспечивает адаптацию

новорожденного ребенка к условиям внеутробного существования. Первое кормление молозивом (первородное материнское молоко) является мощным механизмом, стимулирующим развитие и становление неспецифических естественных факторов защиты ребенка. Женское молоко является оптимальным питанием для новорожденного и грудного ребенка по качественному и количественному составу основных питательных веществ и микрокомпонентов, состав которых динамично приспосабливается к индивидуальным потребностям ребенка, изменяющимся в процессе его роста и развития. Ребенок получает с молоком матери пассивный иммунитет. Этим объясняется, что заболеваемость и смертность новорожденных детей, находящихся на грудном вскармливании, значительно меньше чем «искусственников». Грудное молоко не только оказывает антиинфекционные и антиаллергические действия, но и стимулирует развитие собственной иммунной системы ребенка; оно содержит много противовоспалительных компонентов. Таким образом, материнское молоко защищает организм новорожденного от раннего инфицирования и чрезмерного аллергенного раздражения в период адаптации к условиям внешней среды.

С этой точки зрения, первое прикладывание новорожденного к материнской груди должно происходить в наиболее ранние сроки после рождения.

Для успешного грудного вскармливания очень важно эмоциональное состояние матери. Процесс кормления грудного ребенка требует сосредоточенности, успокоенности. Окружающие близкие члены семьи должны помочь избегать кормящей матери стрессовых ситуаций, физического напряжения и различных затруднений. Общение матери с ребенком во время кормления грудью – закладывает основы взаимопонимания между ними; мать учится наблюдать и понимать ребенка, выявлять его проблемы и потребности.

Таким образом, грудное вскармливание – закладывает основы здоровья малыша на всю последующую жизнь, а здоровый ребенок – это веселый и жизнерадостный малыш, что является самым большим счастьем для любой любящей мамы!

Всемирная неделя грудного вскармливания проводится 1-7 августа более чем в 170 странах для стимулирования грудного вскармливания и улучшения здоровья детей во всем мире.

Эта неделя проводится в ознаменование Инночентийской декларации ВОЗ и ЮНИСЕФ, принятой в августе 1990 года для охраны, поощрения и поддержки грудного вскармливания.

Недостаточность питания связана с более 30% глобального бремени болезней среди детей в возрасте до пяти лет. Кормление детей грудного и раннего возраста является одним из важных направлений в области улучшения выживаемости детей и содействия их здоровому росту и развитию. Первые два года жизни ребенка особенно важны, так как оптимальное питание в течение

этого периода способствует уменьшению заболеваемости и смертности, снижению риска хронических заболеваний и общему лучшему развитию. Оптимальное грудное вскармливание критически важно — благодаря ему можно было бы ежегодно спасать около 800 000 детей в возрасте до 5 лет. В странах с высокими показателями распространенности отставания детей в росте благодаря стимулированию грудного вскармливания и надлежащего прикорма можно было бы предотвращать около 220 000 случаев смерти среди детей в возрасте до 5 лет.

Исключительное грудное вскармливание в течение шести месяцев имеет много преимуществ для детей грудного возраста и их матерей. Основными из них являются защита от желудочно-кишечных инфекций, наблюдаемая не только в развивающихся, но и в промышленно развитых странах. Благодаря раннему началу грудного вскармливания – в течение часа после рождения ребенка – обеспечивается защита новорожденного от инфекций и снижается смертность новорожденных. Риск смерти в результате диареи и других инфекций может быть более высоким среди детей, находившихся ранее на частичном грудном вскармливании или вообще не находившихся на грудном вскармливании.

Грудное молоко является также важным источником энергии и питательных веществ для детей в возрасте 6-23 месяцев. Оно может обеспечивать половину или более всех энергетических потребностей ребенка в возрасте 6-12 месяцев и одну треть энергетических потребностей ребенка в возрасте 12-24 месяцев. Грудное молоко является также важным источником энергии и питательных веществ во время болезни и способствует снижению смертности среди детей, испытывающих недостаточность питания.

Взрослые люди, находившиеся в грудном возрасте на грудном вскармливании, с меньшей вероятностью имеют излишний вес или страдают от ожирения. Дети и подростки, находившиеся в грудном возрасте на грудном вскармливании, демонстрируют более высокие результаты тестов на интеллектуальное развитие. Грудное вскармливание также укрепляет здоровье и благополучие матерей; оно снижает риск развития рака яичников и молочной железы и позволяет делать перерывы между беременностями — исключительное грудное вскармливание детей в возрасте до шести месяцев оказывает гормональное воздействие, которое часто вызывает отсутствие менструаций. Это естественный (хотя и ненадежный) метод предупреждения беременности, известный как метод лактационной аменореи.

Рекомендации ВОЗ и ЮНИСЕФ по оптимальному кормлению детей грудного и раннего возраста заключаются в следующем:

- раннее начало грудного вскармливания в течение часа после рождения ребенка;
- исключительное грудное вскармливание в течение первых шести месяцев жизни;

- введение надлежащего питательного и безопасного прикорма в возрасте шести месяцев наряду с продолжением грудного вскармливания до достижения ребенком возраста двух лет и больше.

Однако многие дети грудного возраста и других возрастных групп не получают оптимального питания; так, например, в среднем, лишь 38% детей в возрасте до 6 месяцев находится на исключительном грудном вскармливании.