

Чому попри усі випробування війни, варто спробувати ЗБЕРЕГТИ ГРУДНЕ ВИГОДОВУВАННЯ

В Україні зараз багато жінок із маленькими дітьми на руках опинилися у вкрай важких умовах. Навіть у мирні часи дитячі суміші у всьому програють материнському молоку. А в умовах вимушеного переміщення, великого скупчення людей, за відсутності доступу до найнеобхіднішого, використання дитячих сумішей несе в собі багато загроз для здоров'я та розвитку малюка (і чим молодше немовля, тим більше ризиків може викликати штучне вигодовування).

ПЕРЕВАГИ грудного вигодовування над найсучаснішими сумішами:

1. Протягом перших 6 місяців життя грудне молоко повністю забезпечує потреби дитини у харчуванні та рідині (містить усі необхідні вітаміни та мікроелементи, достатньо води, та у спеку втамує спрагу малюка).
2. Материнське молоко містить антитіла для захисту дитини від хвороб. У перші дні життя дитини молозиво є своєрідною і дуже важливою «першою імунізацією».
3. Грудне вигодовування — найбільш гігієнічно безпечний спосіб годувати дитину, адже не потрібно мити чи кип'ятити посуд. І грудне молоко завжди з вами.
4. Грудне молоко не зникає через стрес.
5. Навіть мати, яка недостатньо харчується, може продовжити годувати грудьми.
6. Фізичний контакт під час годування грудьми заспокоює як дитину, так і маму.
7. Годувати дитину грудьми можна до 2 років і довше.

Якщо вашому немовляті менше пів року, не припиняйте годувати грудьми та не починайте давати малюку дитячі суміші. Якщо вам здається, що молока стало менше – просто давайте дитині смоктати груди частіше, це допоможе відновити потік молока. Навіть жінкам, які припинили годувати грудьми, в такий спосіб можна спробувати відновити грудне вигодовування.

Діти старше 6 місяців уже потребують прикорму. Втім, в умовах нестачі їжі дитину можна частіше годувати грудьми, тоді кількість молока збільшиться.

Якщо малюк захворів, наприклад, у нього діарея, продовжуйте годувати дитину вдень і вночі.

РИЗИКИ ШТУЧНОГО ВИГОДОВУВАННЯ (далі — ШВ):

1. Діти на ШВ мають вищий ризик недоїдання, особливо молодші немовлята.
2. Використання недостатньо чистої води для розведення суміші може призвести до діареї, різних інфекцій.
3. У дитячих сумішах немає антитіл для захисту від хвороб.
4. Діти на ШВ частіше застуджуються, мають затримки розвитку, більший ризик серцево-судинних захворювань, діабету, раку, астми у подальшому житті.
5. У немовлят можуть виникати проблеми з перетравленням дитячої суміші.
6. Діти на ШВ мають менш тісний зв'язок між матір'ю та малюком.
7. В умовах війни дитячої суміші може просто не бути в доступності.
8. Загалом, діти на ШВ мають у 14 разів вищий ризик померти, ніж діти, які перші пів року перебувають виключно на грудному вигодовуванні.

Отже, в екстремальних умовах грудне молоко може стати порятунком для дитини!

Рідним, друзям або просто чужим людям, які опинилися поряд із матерями з немовлятами, необхідно дієво піклуватися про цих жінок: забезпечити достатньою кількістю їжі, води та зручним місцем для годування малюка, пропонувати допомогу щодо догляду за дитиною або просто підтримати теплим словом.