

!! ТИЖДЕНЬ ПІДТРИМКИ ГРУДНОГО ВИГОДОВУВАННЯ 😊: ЩО ВАРТО ЗНАТИ ?

!!

Із 1 до 7 серпня щорічно влаштовують Всесвітній тиждень підтримки грудного вигодовування. Це для того, аби інформувати жінок про користь такого годування для здоров'я їхніх дітей. ✅ Чому грудне молоко є ідеальним ?

📌 Грудне молоко містить всі поживні речовини, необхідні дитині в перші 6 місяців життя. Крім того, воно швидко й легко засвоюється. Грудне молоко містить:

🔵 Найбільш підходящі дитині білки й жири в необхідній кількості.

🔴 Більше лактози (молочного цукру), ніж у більшості інших видів молока, що необхідна немовляті.

🔵 Унікальні речовини (таурин, поліаміди, карнітин, незамінні жирні кислоти та інші), які сприяють формуванню мозку, органу зору - ока. Достатня кількість майже усіх вітамінів.

🔴 Залізо. Хоча його й не дуже багато в грудному молоці, але воно добре абсорбується з кишечника дитини. У дітей, що вигодовуються грудьми, менше розвивається залізодефіцитна анемія.

🔵 Достатня кількість води, навіть у жаркому, сухому кліматі.

🔴 Необхідна кількість солей кальцію й фосфатів.

🔵 Спеціальні ферменти (ліпазу, лактазу, інші), різні гормони, ростові чинники, які сприяють дозріванню, нормальному росту і розвитку органів та систем дитини.

✅ Захист від інфекцій

У грудному молоці вміщуються антиінфекційні фактори, що запобігають поширенню інфекції. До них належать:

📌 Живі білі кров'яні тільця (лейкоцити), що вбивають бактерії.

📌 Антитіла (імуноглобуліни) багатьох розповсюджених інфекцій, що охороняють дитину від захворювання, поки його організм не почав виробляти власних антитіл. Якщо в організм матері попадає інфекція, у грудному молоці незабаром з'являються спеціальні антитіла.

📌 Речовина біфідус-фактор сприяє росту в кишечнику дитини спеціальних бактерій що не дозволяють рости іншим шкідливим бактеріям і викликати діарею.

📌 Лактоферин, що зв'язує залізо запобігає росту ряду шкідливих бактерій, яким необхідне залізо.

📌 Грудне молоко захищає дитину від харчової алергії.

Діти 😊, що перебувають на грудному вигодовуванні, рідше страждають поносом і хворіють на респіраторні та інфекційні захворювання. Дитина, що під час інфекційної хвороби залишається на грудному вигодовуванні, видужує швидше, ніж дитина, яку перестали годувати грудьми. Тому немає необхідності припиняти годування грудьми при будь-якому захворюванні дитини, у тому числі й під час діареї !!.

✅ Інші переваги грудного вигодовування

Під час годування грудьми між матір'ю й дитиною встановлюється особлива емоційна близькість, що зберігається на довгі роки.

🔴 Годування грудьми допомагає попередити післяпологову кровотечу, є одним із природних засобів запобігання новій вагітності. Матері, що годують грудьми, рідше хворіють на рак молочної залози і яєчників.

🔴 Грудне молоко завжди готове до вживання й не вимагає готування.

🔴 Його не потрібно купувати.

🔴 Воно не може скиснути або зіпсуватися, навіть якщо мати не годувала дитину кілька днів.