

Важливість грудного вигодовування

(Autor: Mgr. Haleková Olga)

Унікальним продуктом харчування для новонароджених є грудне молоко матері, яке містить усі необхідні поживні речовини для розвитку та росту дитини. Варто пам'ятати, що грудне молоко повністю покриває потреби дитини в поживних речовинах протягом перших 6 місяців життя, з 6 до 12 місяців продовжує задовольняти щонайменше половину потреб дитини в поживних речовинах.

З молоком матері немовля отримує поживні речовини та вітаміни, а також антитіла — захист від хвороб. Грудне вигодовування сприяє сенсорному та пізнавальному розвитку немовляти, а також закладає основу для подальшого інтелектуального розвитку. Від грудного вигодовування отримують користь і матері, у яких знижується ризик розвитку раку молочної залози, раку яєчника та діабету.

Грудне молоко матері — унікальний натуральний продукт харчування для новонароджених. Воно містить усі поживні речовини, необхідні для розвитку та росту дитини протягом перших місяців життя, грудне молоко матері є найбезпечнішим джерелом поживних речовин, вітамінів та енергії, оскільки не містить жодних додаткових, шкідливих чи забруднюючих речовин.

Ранній початок грудного вигодовування — протягом години після народження дитини — забезпечує високий рівень захисту немовляти від інфекційних захворювань, зокрема — від кишково-шлункових інфекцій.

Грудне вигодовування може дати імунітет дитині на майбутнє від таких небезпечних хвороб, як астма та діабет. Крім того, діти й підлітки, які у грудному віці отримували молоко матері, рідше страждають від надмірної маси тіла чи ожиріння у старшому віці.

Грудне вигодовування сприяє сенсорному та пізнавальному розвитку немовляти, а також закладає основу для подальшого інтелектуального розвитку. Дослідження доводять, що діти, яких годували грудьми, демонструють вищі результати академічної успішності та інтелектуального розвитку.

Грудне вигодовування може допомогти знизити ризик розвитку серцево-судинних захворювань, діабету 2-го типу, раку яєчника та раку молочної залози. Грудне вигодовування знижує ризик розвитку післяродової депресії. Грудне вигодовування посилює зв'язок матері з дитиною, сприяє покращенню та зміцненню сімейних відносин.

Грудне вигодовування — це найнадійніший, найбезпечніший та найдоступніший спосіб годування немовляти. Грудне вигодовування дозволяє робити перерви між вагітностями — гормональний вплив часто викликає відсутність менструацій. Молоко матері — найбільш корисний продукт харчування для немовлят, зокрема передчасно народжених та хворих.

Рекомендації грудного вигодовування: забезпечити контакт «шкіра до шкіри» та прикладати дитину до грудей матері якнайшвидше після народження немовляти, як найшвидше почати грудне вигодовування, найкраще — протягом першої години життя дитини, забезпечити перебування матері та новонародженої дитини в одній палаті, щоб мати змогла годувати дитину на вимогу (тобто так часто, як хоче дитина, вдень і вночі), забезпечити виключно грудне вигодовування протягом перших 6 міс від народження — немовлятам не слід давати жодних інших продуктів харчування, навіть воду, не використовувати жодних сумішей, пляшечок, сосок чи пустышок, якщо можливе виключно грудне вигодовування.