



Грудное вскармливание



В современном мире грудное вскармливание рассматривается как высокоэффективный способ обеспечения здоровья и развития детей грудного возраста. Несмотря на это, слишком мало матерей кормят своих детей так, как рекомендует Всемирная Организация Здравоохранения: исключительно грудью до исполнения ребенку шести месяцев и с введением соответствующего возрасту ребенка прикорма до исполнения ребенку двух лет.

Дети, которых кормят грудным молоком, получают более полноценное питание и меньше болеют, чем те, которых выкармливают искусственными смесями и другими заменителями. В Беларуси 56% детей в возрасте до шести месяцев находятся на грудном вскармливании и только 9% женщин кормят своих детей исключительно грудным молоком до исполнения ребенку шести месяцев. Многие матери, следуя непрофессиональным рекомендациям, вводят в рацион ребенка до шести месяцев воду, различные травяные чаи или соки, что может неблагоприятно сказаться на здоровье ребенка.

Для всех грудных детей материнское молоко является лучшим питанием. В материнском молоке сбалансированы составы всех питательных компонентов и присутствуют в большом количестве биологически активные вещества. Наряду с уникальными питательными свойствами грудное молоко имеет также адаптогенные, противовоспалительные, защитные и антиоксидантные свойства.

Каждая женщина может кормить грудью. Кормящая мать нуждается во всесторонней поддержке со стороны отца ребенка, семьи, родственников и друзей. Поддержку должны оказывать медицинские работники, общественные организации, средства массовой информации и работодатели.

Чтобы обеспечить здоровье и нормальное развитие детей, необходимо предоставить родителям информацию о преимуществах кормления грудью. Родители также должны знать о ценности исключительно грудного вскармливания до исполнения ребенку шести месяцев, о необходимости продолжать кормление грудью до двухлетнего возраста ребенка. Предоставлять такую информацию и предпринимать действенные меры в защиту грудного вскармливания — обязанность правительства каждой страны.

Ключевые Идеи:

Общество, семья, каждый человек имеют право знать, что:

- 1.** Грудное молоко является единственной пищей, в которой нуждается ребенок на протяжении первых шести месяцев жизни. Нет никакой необходимости давать другую пищу, напитки или воду.
- 2.** Новорожденные дети должны постоянно находиться с матерью. Начинать кормить грудью нужно с первого часа жизни ребенка.
- 3.** Каждая мать может кормить новорожденного ребенка своим молоком. Частое кормление способствует увеличению выделения молока.
- 4.** Кормление грудным молоком помогает защитить детей от многих болезней. Оно также создает особую эмоциональную связь между матерью и ребенком.
- 5.** Работающая женщина может продолжать кормить ребенка грудным молоком, если она это будет делать как можно чаще на протяжении того времени, которое она проводит с ребенком.



6.

ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ РЕБЕНКА ГАРАНТИРУЕТ ЖЕНЩИНЕ БОЛЕЕ ЧЕМ НА 98% ЗАЩИТУ ОТ ЗАЧАТИЯ НА ПРОТЯЖЕНИИ ШЕСТИ МЕСЯЦЕВ ПОСЛЕ РОДОВ, НО ТОЛЬКО В СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ЕЕ МЕНСТРУАЛЬНЫЙ ЦИКЛ ЕЩЕ НЕ ВОССТАНОВИЛСЯ И ЕЕ РЕБЕНОК НЕ ПОЛУЧАЕТ НИКАКОЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПИЩИ ИЛИ ПИТЬЯ, КРОМЕ ГРУДНОГО МОЛОКА.

7.

ЖЕНЩИНЫ, ЖИВУЩИЕ С ВИЧ, МОГУТ С ГРУДНЫМ МОЛОКОМ ПЕРЕДАТЬ ИНФЕКЦИЮ ДЕТЯМ. ВИЧ-ПОЛОЖИТЕЛЬНЫМ ЖЕНЩИНАМ ИЛИ ЖЕНЩИНАМ, СОМНЕВАЮЩИМСЯ В СВОЕМ ВИЧ-СТАТУСЕ, РЕКОМЕНДУЕТСЯ СДЕЛАТЬ СООТВЕТСТВУЮЩИЕ ЛАБОРАТОРНЫЕ ТЕСТЫ НА НАЛИЧИЕ ВИРУСА И ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ С МЕДИЦИНСКИМ РАБОТНИКОМ, КАК УМЕНЬШИТЬ РИСК ИНФИЦИРОВАНИЯ РЕБЕНКА.

8.

НИКАКАЯ МОЛОЧНАЯ СМЕСЬ НЕ МОЖЕТ ЗАМЕНИТЬ МАТЕРИНСКОЕ МОЛОКО, ЧТО БЫ НИ БЫЛО НАПИСАНО НА ЕЕ УПАКОВКЕ.



ОСНОВНЫЕ СВЕДЕНИЯ

Грудное ВСКАРМЛИВАНИЕ

1.

Грудное молоко является единственной пищей, в которой нуждается ребенок на протяжении первых шести месяцев жизни. Нет никакой необходимости давать другую пищу, напитки или воду.

Грудное молоко – это лучшее, что может получать грудной ребенок, его не может заменить никакой другой продукт. Грудное молоко лучше, чем молоко животных, искусственные смеси, сухое молоко, чай, сладкие напитки, вода, детские каши и др.

Грудное молоко имеет оптимальный и сбалансированный уровень пищевых веществ и легко усваивается ребенком. Оно также обеспечивает лучшее развитие ребенка, защищает от разных болезней.

В материнском молоке сбалансированы составы всех питательных компонентов и присутствуют в большом количестве биологически активные вещества, необходимые для человеческого организма. Наряду с питательными уникальными свойствами грудное молоко имеет также адаптогенные, противоинфекционные, защитные, антитоксические и радиозащитные свойства. Способность связывать активные радикалы имеют некоторые аминокислоты, входящие в состав грудного молока, – метионин, цистин, таурин. Последний влияет на развитие центральной нервной системы, органов зрения, необходим для образования холестерина, связывания желчных кислот и их выведения, имеет стимулирующую функцию на костный мозг, антиконвульсивные и антиаритмические свойства. В грудном молоке содержание таурина в 4-5 раз больше, чем в коровьем молоке.

Другим важным компонентом женского молока является лактоферин – железобелковый комплекс, который находится в биологически активной форме, наиболее усваиваемой организмом ребенка.

НЕ МЕНЬШЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ИМЕЮТ ИММУНОГЛОБУЛИНЫ, СОДЕРЖАЩИЕСЯ В МОЛОКЕ МАТЕРИ. ОНИ БЛОКИРУЮТ РАЗМНОЖЕНИЕ В ПИЩЕВОМ ТРАКТЕ РЕБЕНКА БОЛЕЗНЕТВОРНЫХ БАКТЕРИЙ, ВИРУСОВ, СПОСОБСТВУЮТ УКРЕПЛЕНИЮ ИММУНИТЕТА.

ГРУДНОЕ МОЛОКО ПОЛНОСТЬЮ УДОВЛЕТВОРЯЕТ ПОТРЕБНОСТИ РЕБЕНКА В ПИЩЕ И ПИТЬЕ.

ДАЖЕ В ЖАРКОМ, СУХОМ КЛИМАТЕ ГРУДНОЕ МОЛОКО ПОЛНОСТЬЮ ОБЕСПЕЧИВАЕТ ПОТРЕБНОСТИ ГРУДНОГО РЕБЕНКА В ЖИДКОСТИ. ПОЭТОМУ НЕТ НИКАКОЙ НЕОБХОДИМОСТИ ДАВАТЬ КАКИЕ-ЛИБО НАПИТКИ НА ПРОТЯЖЕНИИ ПЕРВЫХ ШЕСТИ МЕСЯЦЕВ. ГРУДНОМУ РЕБЕНКУ НЕ НУЖНА ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ВОДА, НИ, ТЕМ БОЛЕЕ, СЛАДКИЕ РАСТВОРЫ ИЛИ «ЧАИ», КОТОРЫЕ В ИЗБЫТКЕ ПРЕДЛАГАЮТСЯ КОМПАНИЯМИ — ПРОИЗВОДИТЕЛЯМИ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ.

ОЧЕНЬ ЧАСТО ТАКИЕ ЧАИ ПРЕДЛАГАЮТСЯ КАК СРЕДСТВО ОТ ДЕТСКИХ КОЛИК. ДОКАЗАНО, ЧТО ОТ КОЛИК ТАКИЕ ЧАИ НЕ ПОМОГАЮТ. КОРМЛЕНИЕ РЕБЕНКА ДРУГОЙ ПИЩЕЙ ИЛИ НАПИТКАМИ НЕ ДАЕТ НИКАКИХ ПРЕИМУЩЕСТВ. КРОМЕ ТОГО, ОНО МОЖЕТ ВЫЗВАТЬ РАССТРОЙСТВО ЖЕЛУДКА И ДРУГИЕ БОЛЕЗНИ.

ЕСЛИ РЕБЕНОК КАПРИЗНИЧАЕТ ВО ВРЕМЯ КОРМЛЕНИЯ ИЛИ НЕДОСТАТОЧНО НАБИРАЕТ ВЕСЕ:

- ◆ ПРОВЕРЬТЕ, ПРАВИЛЬНО ЛИ ОН ПРИЛОЖЕН К ГРУДИ (ЗАХВАТЫВАЕТ ЛИ ОН АРЕОЛУ ГРУДИ ИЛИ ТОЛЬКО СОСОК) И ПРАВИЛЬНО ЛИ ОН СОСЕТ;
- ◆ КОРМИТЕ РЕБЕНКА ЧАЩЕ. ВОЗМОЖНО, ЭТО ПРИДЕТСЯ ДЕЛАТЬ, ПО МЕНЬШЕЙ МЕРЕ, ДВЕНАДЦАТЬ РАЗ В СУТКИ;
- ◆ НЕ ИЗБЕГАЙТЕ НОЧНЫХ КОРМЛЕНИЙ, ОНИ ЧРЕЗВЫЧАЙНО ВАЖНЫ ДЛЯ ВЫРАБОТКИ У МАТЕРИ НЕОБХОДИМОГО КОЛИЧЕСТВА МОЛОКА;
- ◆ НЕ ДАВАЙТЕ НИКАКОЙ ВОДЫ И ЧАЕВ, ОНИ МОГУТ «ОБМАНУТЬ» ОРГАНИЗМ МАТЕРИ В ТОМ, СКОЛЬКО МОЛОКА НУЖНО РЕБЕНКУ;

- ♦ Возможно, ребенок не насыщается из-за короткого времени кормления. Ребенка необходимо кормить не меньше пятнадцати минут;
- ♦ Возможно, ребенок болен, и искать причину надо не в грудном вскармливании.

Только с шести месяцев у ребенка возникает потребность в дополнительном питании. С введением прикорма грудное вскармливание должно быть сохранено, оно так же важно для ребенка, как и в предыдущие месяцы.

У каждой женщины происходят так называемые лактационные кризы в грудном вскармливании, они обусловлены гормональной регуляцией процесса лактогенеза. Как правило, такие кризы наступают через полтора, три и шесть месяцев после рождения ребенка. В это время и организму матери, и организму ребенка надо «настроиться» на новые потребности, что требует терпения, уверенности в своих силах и внимания к потребностям ребенка. В эти периоды надо больше времени проводить вместе, чаще прикладывать ребенка к груди и на какое-то время вернуться к ночным кормлениям.

2.

Новорожденные дети должны постоянно находиться с матерью. Начинать кормить грудью нужно с первого часа жизни ребенка.

Немедленно после родов ребенок должен быть помещен на обнаженный живот матери «кожа к коже». Грудное вскармливание необходимо начать в первый час после родов, когда ребенок «готов» и демонстрирует желание и попытки найти «еду». Первое прикладывание к груди – вопрос деликатный, и требует такта и терпения. Возможно, придется сделать несколько совместных усилий, чтобы ребенок правильно взял грудь. Но именно от этих усилий зависит, будет ли успешным грудное вскармливание.

Начало кормления сразу после рождения стимулирует процесс выработки грудного молока у матери, помогает матке сократиться, что, в свою очередь, уменьшает риск возникновения послеродового кровотечения.

Первое прикладывание к груди – это еще и первая иммунизация ребенка, которая помогает «запустить» природные механизмы защиты организма.

Молозиво, густое желтое вещество, которое вырабатывается у матери в первые несколько дней после родов, является лучшей пищей для новорожденных. Кроме того, что оно очень питательно, его состав идеально подходит потребностям родившегося ребенка. Молозиво также обладает мощными защитными свойствами.

Ребенку не нужно давать никакой другой пищи или жидкости в период ожидания увеличения количества молока у матери. Любые заменители материнской груди, соски, пустышки мешают налаживанию грудного вскармливания и способствуют риску инфекций.

Если возникают ситуации, при которых ребенок сам не может сосать или по каким-то причинам временно разлучен с матерью, кормить его нужно сцеженным материнским молоком из чашечки, ложечки, пипетки или через специальный катетер, но не через соску. Механизм сосания соски и груди разный, и ребенку потом трудно будет правильно взять грудь.

Мать имеет право на то, чтобы ребенок постоянно находился с ней в одной комнате. Ребенка необходимо кормить, как только он проявляет признаки голода, днем и ночью, не ограничивая время сосания. Это называется кормлением по требованию.

Число кормлений может изменяться от двенадцати у новорожденных детей, до пяти раз в сутки к концу первого полугодия жизни. Продолжительность нахождения у груди определяет сам ребенок. Здоровый ребенок высасывает из груди необходимое количество молока примерно за пятнадцать минут.

3.

Каждая мать может кормить новорожденного ребенка своим молоком. Частое кормление способствует увеличению выделения молока.

Многим матерям необходима поддержка и помощь в начале кормления грудным молоком. Правильному приложению ребенка к груди женщины должны научить в женской консультации. Помощь также должны оказать в роддоме при первом прикладывании. При многих родовспомогательных учреждениях и детских поликлиниках работают общественные группы поддержки кормящих матерей, состоящие из обученных женщин, имеющих успешный опыт кормления грудью, которые могут помочь женщине преодолеть неуверенность и предупредить возможные проблемы.

Определяющим в кормлении грудью является правильное положение ребенка у груди. Неправильное прикладывание чревато появлением болезненных ощущений и трещин на сосках. Также при неправильном прикладывании может уменьшиться количество вырабатываемого матерью молока и, как результат, ребенок может отказаться от груди.

Признаки, определяющие правильное положение ребенка при кормлении:

- ◆ Поза при кормлении комфортна для матери и ребенка;
- ◆ Тело ребенка находится параллельно телу матери, ребенок всем туловищем повернут и прижат к ней;
- ◆ Лицо ребенка находится близко от груди;
- ◆ Подбородок ребенка касается груди матери;
- ◆ Рот ребенка широко открыт;
- ◆ Нижняя губка вывернута наружу, над верхней губой виден большой участок темной кожи вокруг соска, чем под нижней;
- ◆ Ребенок делает глубокие сосательные движения, и слышно, как он глотает молоко;
- ◆ Мать не испытывает болезненных ощущений в области соска.

У МАТЕРИ НЕ БУДЕТ ПРОБЛЕМ С ГРУДНЫМ ВСКАРМЛИВАНИЕМ В ПЕРВЫЕ ШЕСТЬ МЕСЯЦЕВ, ЕСЛИ:

- ◆ ОНА КОРМИТ РЕБЕНКА ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ГРУДНЫМ МОЛОКОМ, БЕЗ ДОПАИВАНИЯ И ДОКАРМЛИВАНИЯ ДРУГИМИ ПРОДУКТАМИ;
- ◆ РЕБЕНОК НАХОДИТСЯ В УДОБНОМ ПОЛОЖЕНИИ И ХОРОШО ПРИЛОЖЕН К ГРУДИ;
- ◆ РЕБЕНОК ЕСТ СТОЛЬКО, СКОЛЬКО ХОЧЕТ, В ТОМ ЧИСЛЕ И В НОЧНОЕ ВРЕМЯ.

РЕБЕНОК САМ РЕГУЛИРУЕТ СВОЮ ПОТРЕБНОСТЬ В ЕДЕ. Но есть удивительные «голодные счастливицы», которые спят больше трех часов, не просыпаясь для кормления. Такого малыша нужно нежно разбудить и предложить грудное молоко.

Плач не является признаком того, что ребенку не хватает молока или нужна другая пища или вода. Если он хорошо набирает вес, причину плача нужно искать в другом.

МАТЕРИ, КОТОРЫЕ ОПАСАЮТСЯ, ЧТО ИМ, ЯКОБЫ, НЕ ХВАТИТ МОЛОКА, ЧАСТО ДАЮТ СВОИМ ДЕТЯМ ДРУГУЮ ПИЩУ или жидкость в первые несколько месяцев жизни. Но это приводит лишь к тому, что количество молока у матери снижается. Потому что ребенок, насытившийся другими продуктами, высасывает меньше молока, и в мозг матери поступает «заниженный запрос» о потребности ребенка в молоке.

Если мать думает, что у нее мало молока, необходимо удостовериться в этом. Молока действительно не хватает, если:

- ◆ У РЕБЕНКА МАЛАЯ ПРИБАВКА В МАССЕ (МЕНЕЕ 500 Г ЗА МЕСЯЦ ИЛИ МЕНЕЕ 125 Г В НЕДЕЛЮ);
- ◆ РЕБЕНОК МОЧИТСЯ МЕНЕЕ ШЕСТИ РАЗ В СУТКИ, МОЧА ИНТЕНСИВНО-ЖЕЛТОГО ЦВЕТА С СИЛЬНЫМ ЗАПАХОМ;
- ◆ ПРИ ВСЕХ КОРМЛЕНИЯХ ЗА СУТКИ ОН СЪЕДАЕТ МЕНЬШЕ СУТОЧНОЙ НОРМЫ.

Отцы должны поддерживать матерей в их уверенности и желании кормить своих детей только

грудным молоком. Мужчина может выполнять многие обязанности по уходу за ребенком, кроме кормления грудью, поэтому за матерью нужно оставить эту приоритетную задачу. Все остальное могут сделать другие члены семьи.

Очень распространено заблуждение, касающееся питания матери во время грудного вскармливания. Полноценное питание кормящей матери очень важно. Мать должна получать с пищей достаточно витаминов и микроэлементов, но ей совсем не нужно «есть и пить за двоих», поскольку те «накопления», которые сделал организм во время беременности, и предназначаются для обеспечения успешного грудного вскармливания. Даже если питание матери очень скудное, она может успешно выкормить ребенка.

4.

Кормление грудным молоком помогает защитить детей от многих болезней. Оно также создает особую связь между матерью и ребенком.

Молозиво и грудное молоко – это первая вакцина ребенка.

В грудном молоке есть биологически активные вещества и защитные элементы, обеспечивающие защиту ребенка от инфекций. Грудное молоко благоприятно влияет на микрофлору кишечника ребенка. Грудное молоко стерильно и имеет оптимальную температуру.

Грудное молоко помогает предупредить диарею, заболевания дыхательных путей, другие инфекции. Защита наиболее эффективна, если в течение первых шести месяцев ребенку дается только грудное молоко, а кормление грудью продолжается и на втором году жизни. Ни одна другая пища или напиток не могут обеспечить такую защиту.

Кормление грудью обеспечивает эмоциональный контакт с матерью, оптимальное развитие интеллектуальной сферы и способность ребенка к обучению, предотвращает развитие многих заболеваний во взрослом периоде.

Дети, которых вскармливают грудью, обычно получают больше внимания, чем дети, которые едят из бутылочек. Внимание, которое уделяется груд-

НЫМ ДЕТЯМ, ПОМОГАЕТ ИМ РАСТИ, РАЗВИВАТЬСЯ И ОЩУЩАТЬ СЕБЯ В БЕЗОПАСНОСТИ.

ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ ПРЕДОТВРАЩАЕТ РАЗВИТИЕ МНОГИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ НЕ ТОЛЬКО В ДЕТСКОМ ВОЗРАСТЕ, НО И В ДАЛЬНЕЙШИЕ ПЕРИОДЫ ЖИЗНИ, – ЭТО ОЖИРЕНИЕ, САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, АТЕРОСКЛЕРОЗ, АЛЛЕРГИЯ, ЗАБОЛЕВАНИЯ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА.

5.

ЖЕНЩИНА, КОТОРАЯ РАБОТАЕТ ДАЛЕКО ОТ ДОМА, МОЖЕТ ПРОДОЛЖАТЬ КОРМИТЬ РЕБЕНКА ГРУДНЫМ МОЛОКОМ, ЕСЛИ ОНА БУДЕТ ЭТО ДЕЛАТЬ КАК МОЖНО ЧАЩЕ НА ПРОТЯЖЕНИИ ТОГО ВРЕМЕНИ, КОТОРОЕ ПРОВОДИТ С РЕБЕНКОМ.

Если мать не может быть с ребенком на протяжении рабочего дня, она должна кормить его как можно чаще, когда они вместе. Благодаря частому кормлению грудью количество молока остается неизменным.

Если женщина не может кормить грудью на своем рабочем месте, она должна сцеживать молоко и держать его в чистой посуде в холодильнике. Грудное молоко можно сохранять не более 12 часов в холодильнике при температуре +4-5°C и в течение 4 месяцев в морозильной камере при -18°C, не опасаясь, что оно испортится. Сцеженное молоко следует давать ребенку из чистой чашки или ложки.

Замороженное молоко следует оттаивать при комнатной температуре, медленно, на водяной бане, нагревая до 37°C. Размораживать и разогревать молоко в микроволновой печи нельзя, так как при этом исчезают многие его полезные свойства.

Мать не должна давать ребенку заменителей грудного молока, если она хочет сохранить грудное вскармливание.

Согласно статье 267 Трудового кодекса Республики Беларусь, женщинам, имеющим детей в возрасте до полутора лет, предоставляются, помимо общего перерыва для отдыха и питания, дополнительные перерывы для кормления ребенка.

Эти перерывы предоставляются не реже, чем через три часа, продолжительностью не менее 30 минут каждый. При наличии двух или более детей в возрасте до полутора лет продолжительность перерыва устанавливается не менее одного часа. По желанию женщины перерывы для кормления ребенка

МОГУТ БЫТЬ ПРИСОЕДИНЕНЫ К ПЕРЕРЫВУ ДЛЯ ОТДЫХА И ПИТАНИЯ ЛИБО В СУММИРОВАННОМ ВИДЕ ПЕРЕНЕСЕНЫ КАК НА НАЧАЛО, ТАК И НА КОНЕЦ РАБОЧЕГО ДНЯ (РАБОЧЕЙ СМЕНЫ) С СООТВЕТСТВУЮЩИМ ЕГО (ЕЕ) СОКРАЩЕНИЕМ.

ПЕРЕРЫВЫ ДЛЯ КОРМЛЕНИЯ РЕБЕНКА ВКЛЮЧАЮТСЯ В РАБОЧЕЕ ВРЕМЯ И ОПЛАЧИВАЮТСЯ ПО СРЕДНЕМУ ЗАРАБОТКУ.

6.

ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ РЕБЕНКА ГАРАНТИРУЕТ ЖЕНЩИНЕ БОЛЕЕ ЧЕМ НА 98% ЗАЩИТУ ОТ ЗАЧАТИЯ НА ПРОТЯЖЕНИИ ШЕСТИ МЕСЯЦЕВ ПОСЛЕ РОДОВ, НО ТОЛЬКО В СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ЕЕ МЕНСТРУАЛЬНЫЙ ЦИКЛ ЕЩЕ НЕ ВОССТАНОВИЛСЯ И ЕЕ РЕБЕНОК НЕ ПОЛУЧАЕТ НИКАКОЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПИЩИ ИЛИ ПИТЬЯ, КРОМЕ ГРУДНОГО МОЛОКА.

ВСКАРМЛИВАНИЕ РЕБЕНКА ГРУДЬЮ ПОМОГАЕТ ЖЕНЩИНЕ ИЗБЕЖАТЬ НОВОЙ БЕРЕМЕННОСТИ. ПРИ КОРМЛЕНИИ ГРУДЬЮ НОВОРОЖДЕННОГО БЫСТРЕЕ ОСТАНАВЛИВАЕТСЯ КРОВОТЕЧЕНИЕ ПОСЛЕ РОДОВ. СЛЕДУЕТ ЗНАТЬ, ЧТО ЧЕМ ДОЛЬШЕ РЕБЕНОК БУДЕТ ПИТАТЬСЯ ГРУДНЫМ МОЛОКОМ, ТЕМ ДОЛЬШЕ У МАТЕРИ НЕ БУДУТ ВОССТАНАВЛИВАТЬСЯ МЕНСТРУАЦИИ. ЕСЛИ МАТЬ КОРМИТ ГРУДЬЮ МЕНЬШЕ ВОСЬМИ РАЗ В СУТКИ ИЛИ ДАЕТ РЕБЕНКУ ДРУГУЮ ПИЩУ, НАПИТКИ, СОСКУ ИЛИ ПУСТЫШКУ, РЕБЕНОК БУДЕТ СОСАТЬ ГРУДЬ РЕЖЕ, ЧТО ПРИВЕДЕТ К БОЛЕЕ СКОРОМУ ВОССТАНОВЛЕНИЮ МЕНСТРУАЦИЙ.

ЖЕНЩИНА, КОТОРАЯ ХОЧЕТ ПРЕДОТВРАТИТЬ БЕРЕМЕННОСТЬ, ДОЛЖНА ИЗБРАТЬ ДРУГОЙ МЕТОД ПЛАНИРОВАНИЯ СЕМЬИ, ЕСЛИ:

- ◆ ЕЕ МЕНСТРУАЛЬНЫЙ ЦИКЛ ВОССТАНОВИЛСЯ;
- ◆ РЕБЕНОК УПОТРЕБЛЯЕТ ДРУГУЮ ПИЩУ, ОТЛИЧНУЮ ОТ ГРУДНОГО МОЛОКА, НАПИТКИ, ПУСТЫШКУ ИЛИ СОСКУ;
- ◆ РЕБЕНОК ДОСТИГ ШЕСТИМЕСЯЧНОГО ВОЗРАСТА;
- ◆ ОТСУТСТВУЕТ НОЧНОЕ КОРМЛЕНИЕ.

Для здоровья матери и ребенка лучше, чтобы мать избегала новой беременности до того периода, пока самый младший ребенок не достигнет двухлетнего возраста.

Большинство методов предотвращения беременности не влияют на качество грудного молока. И все же некоторые таблетки содержат эстроген — гормон, который может ухудшить качество молока. Поэтому метод предотвращения беременности для кормящей женщины необходимо подбирать индивидуально, проконсультировавшись у медицинских работников кабинета или центра планирования семьи.

7.

Женщины, которые являются носителями некоторых вирусных инфекций, могут через молоко передать их детям.

Беременные женщины и матери должны знать, что они могут передать некоторых возбудителей заболеваний (ВИЧ, цитомегаловирус, туберкулез, сифилис) своим детям во время беременности, родов или при кормлении грудным молоком.

Инфицированные беременные женщины и матери, а также те, у кого есть подозрение на заболевание, должны обратиться к квалифицированным медицинским работникам, сдать соответствующие анализы и получить консультации относительно возможности грудного вскармливания и ухода за ребенком.

8.

Никакая молочная смесь не может заменить материнское молоко, что бы ни было написано на ее упаковке.

Грудное молоко является уникальным, индивидуальным, незаменимым и единственным продуктом питания для ребенка на первом году жизни. Грудное молоко – это живая субстанция, созданная только для одного конкретного ребенка и постоянно изменяющаяся в зависимости от его потребностей. Грудное молоко нельзя заменить никаким другим продуктом.

Какая бы то ни была детская молочная смесь – это всего лишь сухое коровье молоко с добавлением витаминов, микроэлементов и биодобавок. Это никаким образом не «приближает» ее к грудному молоку, несмотря на то, что об их сходстве пишут на упаковках детских смесей.

Коровье молоко предназначено для теленка, организм ребенка требует другого питания.

Любые утверждения или сравнения смесей с материнским молоком, а также заявления о том, что смеси «способствуют развитию или укрепляют иммунитет», являются неэтичными. Во многих странах мира, где государственная политика строится с учетом требований для улучшения здоровья народа, такие маркетинговые приемы объявлены вне закона и их нарушения строго караются.

При этом очень важно помнить, что при нарушении условий хранения и приготовления молочных смесей может быть нарушена стерильность, а это может привести к заболеванию ребенка.