ГРУДНОЕ МОЛОКО: 12 АРГУМЕНТОВ В ПОЛЬЗУ ЗДОРОВЬЯ

Любая мама, рассматривая варианты кормления младенца, сталкивается с альтернативой: выбрать смесь или грудное молоко?
Научное медицинское сообщество занимает однозначную позицию: нет более идеального способа кормления младенца, чем грудное вскармливание. И обоснованно разъясняет, почему.

1 Молоко матери в оптимальной пропорции содержит легкоусвояемые питательные вещества (белки, жиры и углеводы) и полностью обеспечивает потребности детского организма в пищевых компонентах в первые 6 месяцев жизни.

2 С грудным молоком малышу поступает целый комплекс биологически активных веществ, отсутствующих в детских молочных смесях: олигосахариды, полезные бактерии, гормоны, факторы роста, полиненасыщенные жирные кислоты, глобулярный мембранный комплекс, биологически активные белки.

3 Состав олигосахаридов женского молока очень сложен, его сложно повторить в искусственных смесях. Около 200 разновидностей олигосахаридов грудного молока являются не только питательной средой для роста полезных бактерий, но и выполняют важную защитную и иммунную функции.

4 Грудное молоко – это источник «полезных» бактерий для кишечника младенца, включая лакто- и бифидобактерии, которые играют важную роль в снижении числа инфекционных заболеваний.

5 В молоке матери обнаружены
a. стволовые клетки, которые могут дифференцироваться в другие клетки организма
b. активное антиканцерогенное вещество, способное нейтрализовать до 40 разновидностей раковых клеток.

6 Грудное молоко содержит весь спектр неспецифических и специфических иммунных факторов защиты, антигены, макрофаги, «клетки-пожиратели», способные к активному захвату и перевариванию бактерий и других чужеродных и токсичных частиц, защищающих организм ребенка от бактериальных, грибковых и других инфекций, а также лимфоциты — главные клетки иммунной системы. В 1 мл. молозива содержится до 1 млн. таких клеток!

7 Доказано, что у детей, получающих материнское молоко, реже возникают инфекционные и аллергические заболевания, формируется правильное развитие прикуса и здоровое пищевое поведение.

8 Грудное молоко содержит довольно большое количество витамина А, группы В, а также витамины К, Е, Д и С.

9 В состав женского молока входит липаза, облегчающая переваривание жиров, и многие другие полезные пищевые компоненты, отсутствующие в коровьем молоке и детских смесях домашнего и промышленного приготовления.

10 Грудное вскармливание дает ребенку больший психологический комфорт и чувство защищенности по сравнению с малышом, кормящимся смесью из бутылочки.

11 Вскармливание материнским молоком называют важным фактором метаболического и иммунологического здоровья младенца. Согласно исследованиям, у детей, находившихся на ГВ хотя бы 4 месяца после рождения замечены отдаленные эффекты грудного вскармливания – снижение риска развития:
a. ожирения,
b. сахарного диабета,
c. сердечно-сосудистой патологии,
d. высокого уровня холестерина.

12 Рядом исследований подтверждено положительное воздействие ГВ на нервно-психическое развитие, интеллект и социальную адаптацию ребенка: отмечается лучшее развитие познавательных функций, более высокий индекс интеллекта, наличие у них более богатого словарного запаса, образного мышления, вербальной памяти, навыков чтения и письма по сравнению с детьми на искусственном вскармливании.

Состав грудного молока не постоянен, он изменяется во время кормлений, в зависимости от времени суток, а также в процессе лактации – этот ритм невозможно повторить с искусственным вскармливанием. Становится очевидным, почему грудное молоко – это идеальный продукт для малыша, подготовленный самой природой.

Источники:
1. https://nczd.ru
2. Л. В. Абольян, Н. З. Зубкова. Современные подходы к грудному вскармливанию ребенка. Лечащий врач. #01/05