

ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ

Период лактации – это период, когда у женщины молочной железой вырабатывается грудное молоко для кормления новорожденного младенца.



Процесс происходит под действием двух важнейших гормонов – окситоцина и пролактина. Длительность процесса нормальной лактации у женщины находится во временном диапазоне от 5 до 24 месяцев. Количество молока, выделяемого за сутки, может колебаться, в среднем, от 0,6 до 1,3 литров. Пик выработки молока наблюдается на первой и второй неделе после родов, затем идет период стабильного выделения, в соответствии с потребностью в нем конкретного ребёнка. Если женщина, в силу каких-либо причин, не прикладывает малыша к груди после родов, то лактация может прекратиться самостоятельно в течение нескольких недель.

Доказано многочисленными научными исследованиями, что материнское молоко самым положительным способом сказывается на развитии ребенка.

Основные преимущества естественного вскармливания:

- Выступает полноценным источником питания.
- Грудное молоко является источником белков, жиров, углеводов макро- и микроэлементов необходимых малышу.
- Содержание полезных в молоке веществ может колебаться в зависимости от питания, а также общего самочувствия матери. Поэтому кормящей маме крайне важно построить сбалансированное меню, которое будет удовлетворять потребности обоих организмов.
- Грудное молоко служит дополнительной естественной защитой от различных заболеваний. Ребёнок получает иммунную защиту с помощью иммуноглобулинов, которые вырабатываются в организме матери (в случае ее болезни) и поступают в организм малыша через грудное молоко. Более того, грудное вскармливание способствует развитию собственной системы иммунитета, защищающей организм от различных инфекций.



- Научно доказано, что продолжительное (более года) грудное вскармливание, в сочетании со сбалансированным питанием матери, является действенной профилактикой пищевой аллергии у детей.
- Грудное вскармливание способствует правильному формированию прикуса и развитию речевого аппарата ребенка. Правильное развитие мышц мягкого неба, которые задействованы в процессе сосания, способствуют более легкому воспроизведению звуков, что облегчает становление речи у ребёнка.
- Способствует нормальному физическому развитию ребёнка. Дети, находящиеся на исключительно грудном вскармливании, обычно не выходят за допустимые границы показателей, определенных для их возраста.
- Обеспечивает эмоциональный комфорт ребёнку. Тесная психологическая связь между матерью и ребёнком, сформированная во время кормления грудью, сохраняется на протяжении всей жизни.