


Природне вигодування, його переваги. Прикорм: правила введення. Змішане та штучне вигодовування, правила їх проведення. Штучні суміші, їх класифікація та характеристика.

Оптимальним  
харчуванням для  
дитини першого року  
життя є материнське  
МОЛОКО



Грудне молоко  
забезпечує всім  
необхідним дітей  
першого півріччя  
ЖИТТЯ



# Харчування

- впливає на розвиток мозку та інтелекту
- в період швидкого росту впливає на розвиток усіх органів
- на ранніх етапах розвитку програмує метаболізм і захворювання дорослих
- знижує ризик ожиріння і цукрового діабету другого типу

## Лактаційний криз

*– це фізіологічне явище, яке обумовлене гормональними змінами у матері, що виникають на 2-му місяці після народження дитини.*

Характеризується тимчасовим зменшенням кількості молока.

## Голодний криз

– це короткочасне зменшення кількості молока у матері на 3, 7, 12 місяцях лактації.

Обумовлений збільшенням потреби дитини у молоці.

**Прикорм – це продукти харчування, які вводяться в доповнення до грудного молока або молочних сумішей дитині першого року життя.**



# Продукти прикорму

*Молочно-круп'яні каші,  
овочеві блюда, м'ясні продукти,  
м'який сир, жовток,  
фруктове пюре,  
фруктові і овочеві соки,  
молочнокислі продукти  
(але не кефір),  
олія, вершкове масло,  
риба, пшеничний хліб.*




Помилки в харчуванні дітей 1-го року життя знаходять відгук у всіх наступних періодах життя людини, стійко закріплюються на рівні тканинних, клітинних і субклітинних структур. Їх практично не можливо виправити в інші вікові періоди.

# Наслідки широкого використання коров'ячого молока і кефіру

- високий вміст білка і Са знижують засвоєння Fe і Zn
- недостатнє надходження поліненасичених жирних кислот в організм дитини
- знижується забезпечення йодом
- надлишок білка сприяє підвищенню рівня інсулінових речовин і веде до виникнення цукрового діабету 2-го типу, ожиріння, гіпертонії

Необхідно повністю  
виключити з харчування  
дітей 1-го року життя  
коро'вяче молоко і кефір



# Причини використання неадаптованих сумішей для вигодовування дітей

- **Фінансові:** практично мало впливають
- **Просвіта:** ні педіатр, ні матір дитини не розуміють загрози використання коров'ячого молока і кефіру
- **Наявність молочних кухонь**

# Сучасні принципи адаптації замінників грудного молока

- Адаптація білкового компоненту
- Адаптація жирового компоненту
- Адаптація вуглеводневого компоненту
- Адаптація мінерального компоненту

# Надлишок білка в раціоні дитини сприяє

- навантаженню на ШКТ, нирки, печінку
- накопиченню продуктів неповного розщеплення білків
- пригніченню біфідумфлори, лактобактерій у кишечнику
- порушенню травлення і всмоктування
- розвитку материнського стресу
- розвитку цукрового діабету 2-го типу, гіпертонії, ожиріння

Суміші насичують незамінними  
мікроелементами: залізом,  
йодом, цинком, селеном.



# В суміші вводять

- олігосахариди
- пробіотики
- пребіотики





# Класифікація сумішей

1. Суміші вітчизняного виробництва  
малютка, малиш.

2. Суміші російського виробництва  
Малютка-1, малютка-2, малютка-3.

3. Суміші іноземного виробництва

Фірма Nestle NAN-1, -2,-3 pre-NAN, NAN

кисломолочний-1, -2, NAN з пробіотиками,

NAN антирефлюксний, NAN

гіпоалергенний-1,2, NAN низьколактозний,

безлактозний

# Класифікація сумішей

Nestogen-1,2

- Фірма Nutricia Nutrilon 1,2,3, Nutrilon гіпоалергенний 1,2, Nutrilon кисломолочний 1,2, Nutrilon комфорт 1,2

Nutrilon антирефлюкс, Nutrilon безлактозний

# Класифікація сумішей

- Фірма Humana: Humana 0-3 міс, Humana 3-6 міс, Humana з 6 міс, Humana з пребіотиками, Humana антирефлюксна, Humana гіпоалергенна
- Фірма Hipp: Hipp 1,2,3, Hipp з пребіотиками.