

**Қ.А.Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік университеті**  
**Шымкент медицина институты**

***Тақырыбы:***

**Қабылдаған:**

**Орындаған: Абдуразаков Н**

**Тобы: ЖМҚ-509**

**Шымкент-2015ж**

# ***Жоспар:***

***I Кіріспе***

***II Негізгі бөлім***

***III Қорытынды***

***IV Пайдаланылған әдебиеттер***



- Бала емізу адамзаттың ежелгі заманнан бері ұстанып келе жатқан және денсаулыққа өте пайдалы дәстүрлерінің бірі. Қазақтың «Ана сүті – бал» дегеніндей, адам өмірінің ал-ғашқы 6 айы ішінде ана сүтіне тең келер ешбір ас жоқ. Себебі:
- Оның құрамында нәрестенің дені сау әрі күшті болып өсуіне қажетті нәрлі заттардың барлығы бар.
- Ана сүті оңай қорытылады.
- Сүтте алғашқы айларда нәрестені қабынулардан (инфекциялардан) сақтайтын иммундық заттар бар.
- Ана сүті әрқашан таза.
- Ол әрдайым керекті жылылықта.
- Ол тегін.
- Ол аллергия туғызбайды.
- Емізгенде ана мен бала ерекше жақындық пен қауіпсіздікті сезінеді.

- Күндіз болсын, түнде болсын, балаңызды қарны ашып емшек сұраған сайын емізетін болыңыз. Жас нәрестелер, әсіресе алғашқы айларда, әр 1–3 сағат сайын емгісі келіп тұрады. Нәресте қашан және қанша уақыт емгісі келсе, сонша емізіңіз. Ол емген сайын емшектегі сүт бітіп қалмайды, қайта түзіле береді. Алғашқы айлардан кейін, балаңыздың біртіндеп әр 3–4 сағат сайын емуге көшетінін байқайсыз.

- Ана сүтінің құрамы емізген кезде өзгеріп отырады. Алдымен шыққан сүттен гөрі бірнеше минуттан кейін шыға бастайтын сүт майлырақ болады. Нәресте осы майға өте мұқтаж. Сондықтан емізгенде ол алдымен бір емшекті еміп босатсын. Тоймаса, екінші емшекті ұсыныңыз. Келесі рет емізгенде, балаға соңғы рет еміп тауыспаған немесе (егер тауысқан болса) ембеген емшекті беріңіз. Осылайша сіз емшектің екеуін де жүйелі түрде босатып отырасыз.

- Тамақпен организм қажетті заттар мен өсуге керекті пластикалық материалдарды қабылдайды. Баланы рациональды тамақтандыру оның дұрыс дене құрылысын, психикалық дамуын, ауруларға жақсы қалыптасуын қамтамасыз етеді. 1 жасқа дейінгі балалардың тамақтандырудың 3 түрі бар: табиғи, аралас және қолдан тамақтандыру.

- Табиғи тамақтандыру дегеніміз – 5 айға дейін баланы тек ана сүтімен қоректендіріп, оған 1 айында шырындар, 5 айында қосымша тамақ беру.  
Табиғи тамақтандырудың келесі артықшылықтары бар:  
Ана сүтінің химиялық құрамы жақсы:
  - а) Ана сүтіндегі ақуыздар альбуминдер мен глобулиндер, олар ұйығанда өте майда сүзбе береді, оны қорыту оңай, ал сиыр сүтінде казеин, сүзбе ірі болады.
  - б) Ана сүтінің майлары қанықпаған май қышқылдарынан тұрады, олар жұмсақ майлар. Ал сиыр сүтінде қаныққан майлар, қатты, қорыту қиын.
  - с) Қанттары - бета лактоза, бифидум бактериясының өсуіне себепкер болады. Сиыр сүтіндегі лактоза – ішек таяқшасын өсіреді.
  - д) Минералды тұздардың құрамы – оптимальды.
  - е) Ана сүтінің құрамында А,Д,Е,С витаминдер бар. Сиыр сүтін қайнатқанда олар бұзылып кетеді.
- Ананың сүті таза. Әр-дайым жылы. Ана сүтінде гармондар мен имунды денелер бар.

- Қосымша тамақты енгізу ережелері.

Анасының сүті жетіп тұрса да 4,5-5 айлық баланың тамағын түрлендіріп, диетасын кеңейту үшін оған қосымша тамақ тағайындалады. Қосымша тамақпен бала ақуыз, майлар, қант, минералды тұздар алады.

1. Қосымша тамақ балаға емізудің алдында беріледі.

2. Жаңа тамақтарды 5-10 гр. бастап әрі қарай күнде ұлғайтып отырып 2 жұманың ішінде баланың өз нормасына жеткізіп, 1 мезгіл емуін алмастырады.

3. 2 түрлі тамақты бір мезгілде енгізуге болмайды.

4. Жаңа тамақтар түйіршіксіз, біркелкі, сұйықтау болуы керек, оларды балаға қасықпен беріп шайғау рефлексін дамыту керек.

Емшекпен емізуге болмайтын жағдайлар:

а) Анасы жағынан жүректің декомпенсацияланған ақауы, туберкулездің кейбір түрлері, асқанған диабет, ісікті процестер, бүйрек ауруларының ауыр түрлері.

б) ЖТБ жағынан асфиксияның ауыр түрлері, миға қан құйылу, гемолиздік ауру.

Бұл жағдайларда балаға анасының сүтін сауып беруге болады, немесе донорлық сүт беріледі.



- Аралас тамақтандыру.

- Сүт қоспалары бейімделген және бейімделмеген қоспалар болып бөлінеді. Бейімделген қоспалардың құрамы «ана сүтіне ұқсас» . Оларға «Малютка», «Малыш», «Детолакт», «Витолакт» және т.б. жатады. Бейімделмеген қоспалар қарапайым және қышқыл болып бөлінеді. Қарапайым қоспаларға сиырдың сүті, «Крепыш», «Здоровье», ал қышқыл қоспаларға – айран, биолакт, «Балдырған» жатады. Үстеме тамақты беру ережелері.

1. Бала емшек еміп болғаннан кейін беріледі, оның мөлшері баланың емшектен еміп алған сүтінің көлеміне байланысты.
2. Үстеме тамақты 37-38<sup>o</sup>C-қа дейін жылыту керек.
3. Қасықпен берген жөн, ал шөлмекпен берілсе, емізіктің тесігі кішкене болуы мүмкін.

Үстем тамақ бақылаудан өтіп, сүт кухнясында санитарлық-гигиеналық режим қатаң сақталуы қажет.

- Баланы тамақтандыру режимі
- 5 айға дейінгі баланы тәулігіне 6 – 8 рет тамақтандыру керек.
- 5 айдан бастап 5 рет тамақтандыру.
- 1-1,5 жастан бастап 4 рет тамақтандыруға көшіру.
- 5 айынан балаға 2 тамшыдан 1 шай қасыққа дейін алма, алмұрт, сәбіз шырындарын беру, 2 аптадан соң жеміс пюрелерін беру керек.
- 6 айынан бастап 1-ші қосымша тамақ – көкөніс пюрелері(картоп, асқабақ және т.б.) ірімшік, жұмыртқаның сарысы тағайындалады.
- 6-7 айынан 2-ші қосымша тамақ – ботқалар (жарма, күріш, сұлы т.б.) беріледі.
- 7,5-8 айынан 3-ші қосымша тамақ – айран беріледі.
- 9-10 айынан ет сорпасы, фрикаделькалар беруге болады.
- 11-12 айында еттен котлета беру керек.

- Ана сүтінің және мал сүтінің саналық айырмашылығы.
- Ана сүтінің құрамы мал сүтінің құрамынан ақуыздар, көмірсулар, майлар, минерал тұздары, су қатынасы бойынша саналық айырмашылығы бар. Ана сүтіне және сиыр сүтіне (ана сүті жойылған кезде бала тамағы түрінде ең жиі колданылатын өнім) кіретін негізгі заттардың саналық айырмашылығы әсіресе сиыр сүтіне су қосқан кезде білінеді.
- Ана сүтінде әр түрлі ақуыздар мол, он сегізі қанның сары суында кездеседі. Сиыр сүтімен салыстырғанда ана сүтінің құрамында лактоальбумин, иммуноглобулиндер, лактоглобулиндер мөлшері көбірек болады. Альбуминдер ұсақдисперсты ақуыз, сондықтан ана сүті ірігенде түйіршектері өте ұсақ болады, осыған байланысты, ас қазан сөлінің әсері көп үстірттікке жеткілікті болады.

- Жұқпалы аурулардың алдына ана сүтіндегі иммуноглобулиндер (А, М иммуноглобулиндер) әсер етеді. А – иммуноглобулин уызда, сүтте мол. Бұл иммуноглобулин асқазанның, ішектің, көздің, мұрынның кілегейлі қабықтарында пайда болады. Ішектердің жасушаларын ірі молекулалық заттардан сақтап, ол аллергиялық диатезден қорғайды.
- Иммуноглобулиндер - өзгермей асқазан арқылы қорытындылады, және өзінің қорғау жұмысын атқарады.

Жұқпалы аурулардың алдын алуына лимфоциттер де қатысады. Ана қаны және сүт безі тұрақты түрде өз ара лимфоциттермен алмасып тұрады. Ана ішектеріндегі, терісіндегі, немесе тыныс жолдарындағы лимфоциттер жұқпалардың антигендермен қатынасып, соңынан ананың сүт безіне түседі. Пайда болған антиденелер, белсенді лимфоциттер және лейкоциттер сүт арқылы сәбидің ағзасына еңіп, өздерінің қорғау жұмысын бала ағзасында да жалғастырады.

- М а й л а р д ы ң да маңызы өте зор, ана сүті күш-қуатының бағалылығының 47% майларға байланысты жабылады. Майлардың бала өсіп дамуына және орталық нерв жүйесінің дамуына әсері көп.
- 40-50% майлар ана сүтінің ферменттерімен қорытындылады.
- К ө м і р с у л а р – ана сүтінде мал сүтімен салыстырғанда, сүт қанты - лактоза мөлшері көп болады. Лактоза 40%-ға дейін сүттің көмірсуларын қорытады. Ана сүтінде В – лактоза болады (сиыр сүтінде альфа - лактоза), ол В топтың дәрумендерінің пайда болуына әсер етеді және аш ішекте баяу дамуына байланысты тоқ ішекке дейін жетіп, грамм-он бактериялардың өсуіне көмектеседі.. Лактозадан басқа галактоза дейтін көмірсу бар, ол жаңа туғандық кезеңде қолданылады да, бас мидың дамуына әсер етеді. Лактозаның күш-қуатының бағалылығы өте жоғары.



- Ана сүтінде дәрумендер (витаминдер) көп, олардың жаңа туған балаға маңызы өте зор. Дәрумендер арасында – майда еритін дәрумендер біраз орын алады. «А» және «Е» дәрумендер - антигипоксантилар болып саналады, сондықтан олар тұншығуға қарсы күрес жүргізетін дәрумендер.
- «К» дәрумені – ішектің микрофлорасынан өндіріледі. Осы К дәруменіне байланысты бала гемморагиялық аурулардан құтқарылады. Ана сүтін ембеген балада 2-7 күннен бастап гемморагиялық аурулар пайда болуы мүмкін.
- «Д» дәрумені – 100 грамм сүтте 41,2 ХБ бар, бір литр ана сүтінде тәуілігіне қажетті мешелдің алдын алушылық 400-500 ХБ-гі бар. Ана сүтімен қорытылатын балаға «Д» дәруменін беру қажет емес.

- Б и ф и д у с – ф а к т о р. Жаңа туған баланың ішегі залалсыз таза, бірақ бірнеше сағаттан кейін оның ішіне әртүрлі микробтар енеді. Ішектің микрофлорасы баланың тамақтануына байланысты. Ана сүт безінің үшінда Bifidus – фактор бар. Ол бала ішегінде әдейіленген Lactobacillus bifidus дейтін бактериялардың көбейюіне әсер етеді. Олар басқа бактериялардың өсуіне бой бермей, диарея басталуға мүмкіншілік бермейді, тамақты ашытып қорытады.
- Л а к т о ф е р и н – инфекцияға, қарсы тұратын фактор. Ол темірмен байланысып, басқа темір қажетті патогенді, ауру қоздыратын бактериялардың өсуіне бой бермейді.
- Л и з о ц и м – инфекцияның алдын алушы фактор. Сияр сүтімен салыстырғанда, ана сүтінде Зоо есе артық. Лизоцим грамм-оң бактерияларға да әсер ететін фактор. Осының бәріне қосымша, ана сүті таза, стерильды, жылы.

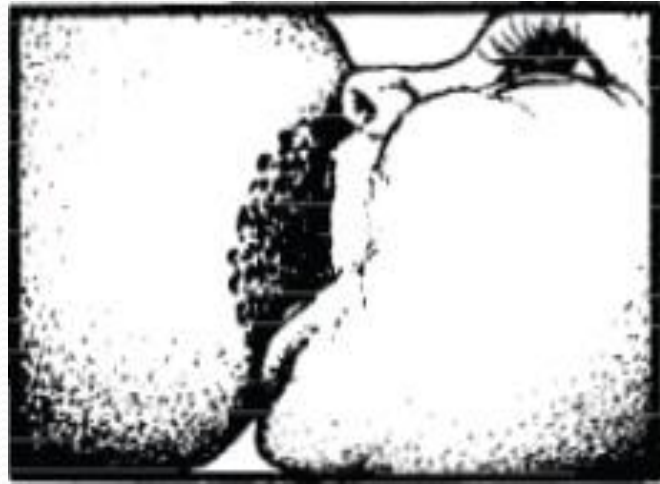


- Сүті шыққан әйелге емізудің әсері:
- - Лактациялық аменорея – нәрістені ұзақ, түнде де, күндіз де, 10-12 рет тәуілігіне, 30-40 минут бойы емізген әйелге етек кірі келмейді, сондықтан жүктілік те пайда болмайды.
- - Қатерлі ісіктердің алдыналуы – сүт безінің және басқа әйел жынысты мүшелерінің қатерлі ісіктерінің саны баласын емізетін әйелдерде екі есе төмендейді.
- . Омыраумен тамақтандыру овуляция мен етеккірдің қалпына келуін кешіктіреді. Сондықтан ол жаңа жүктіліктің кейінге шегереді. 6 айға дейін толық омыраумен тамақтанатын балалары бар аналарда 2% жүктілік болады.
- 6 айдан кейін 10-нан 15 % аналарда етеккірі қалпына келгенше жүкті болады.

- Босанғаннан кейін бірінші екі сағат арасында сәбиді емізген әйелде рефлекторлық жолмен окситоцин бөлінеді. Окситоцин – ол қан арқылы сүт безіне түсетін гипофиз артқы бөлігінің гормоны. Окситоцин тек бала еміп жатқанда әрекет етеді; осыған байланысты сүт бөліне бастайды.
- О к с и т о ц и н р е ф л е к с і - өте күрделі рефлекс. Оған әйелдің ойы, сезімі, әсерлері ықпал етеді. Ана көңілсіз болса, қатты ауырсыну сезімі болса, бірдемеден қорқып тұрса – сүт бөліну рефлексі жойылуы мүмкін. Әйелде жағымды сезім болса, немесе ол көңілді болған кезде – сүт безі кернеп, сүтке тола бастайды.
- Окситоцинның екінші әсеріне байланысты әйелдің кеңіген жатыры мен құрсағы жиырылып, қалпына келе бастайды. Бұл процесс табиғи жүзеге асатындықтан жатырды қалпына келтіретін дәрілерді егудің қажеті де болмай қалуы мүмкін.
- -Гипофизде бөлінетін екінші гормон – пролактин. Ол сүт бөлінуді ынталандырады.

## ● Емізу кезінде баланы дұрыс ұстаңыз, бұл өте маңызды!

- 4 1. Сәбидің басы мен денесін тік, бір жазықтықта ұстаңыз.
  - 2. Сәбидің бетін анасының кеудесіне қаратып, мұрны емшек ұшының деңгейінде болу керек.
  - 3. Сәбидің денесі анасының денесіне түйістірулі болу керек ( іші анасының ішіне түйісу)
  - 4. Анасы тек мойны мен иығын емес, сабидін бүкіл денесін ұстап отырады.
- 
- 3 1. Сәбидің ерніне емшектің ұшын тигізіңіз.
  - 2. Сәбидің ауызы барынша ашқанын күтіңіз
  - 3. Емшекті тез сәбидің аузына апарыңыз.
  -
- 
- 4 1. Сәбидің иегі емшекке тиіп тұрады.
  - 2. Сәбидің аузы барынша ашық.
  - 3. Астыңғы ерні сыртқа шығыңқы болады.
  - 4. Емшектің басым бөлігі астынан емес үстінен көрініп тұру керек



## ● Ерекше жағдайлар

- Кейбір жағдайларда емшек емізу қиын болғанмен, мүмкін болады: мысалы, егер баланың қасқыртаңдай, қоянжырық, Даун синдромы т.с.с. ерекшеліктері бар болса немесе сәби мерзімінен бұрын туған не ауырып жатқан болса. Нәресте уақытша еме алмайтын жағдайда сүтті қолмен сауып алып, балаға шұңғыл ыдыспен (кесемен) не қасықпен беруге болады.
- Қолдан тамақтандыруды емшек емізу мүлдем мүмкін болмаған жағдайда ғана (мысалы, егер анасы ракпен ауырып, содан дәрі-дәрмек қабылдап жатса, емшегіне операция жасалған немесе емшегі жараланған болса) қолдану керек.

## ● Бала емізіп жүрген кездегі тамақтану

- Босанудан сауығып, нәрестені қамқорлап, басқа да қажетті істерді орындай алу үшін ішкен тамағыңыз жақсы және әр түрлі болуы керек («Тамақтану» бөлімінде қар.). Басында көбірек, күніне 3–5 л, сұйықтық ішіңіз, кейін өз қажетіңізге қарай болсын. Осының ең аз дегенде 2 л сүт тағамдары болғаны абзал (сүт, айран, сүзбе, йогурт т.б.).

Ана не ішіп-жесе, сол баласына да сүтпен барады. Ересек адамдардай, нәрестелер де кейбір тағамдарды жақсы қорытпайды. Мысалы, капуста немесе ащы дәмдеуіш қосылған тамақ нәрестенің ішін кептіріп ауыртуы мүмкін. Тамақтың басқа түрлері (мыс., апельсин, жидектер) кейбір сәбилердің денесін бөрттіріп жібереді. Әр бала тағамды әрқалай қабылдайды. Сондықтан не жеп жүргеніңізге әрі оның балаңызға қалай әсер еткеніне әрдайым көңіл аударатын болыңыз.

## ● **Емшек күтімі**

- Сүт шыға бастағанда (екінші, үшінші күндері) емшек көбіне қатайып, іседі. Бала емшекті дұрыс еме алмай, оның ұшы жарылып немесе ауыра бастауы ықтимал. Сол кезде азырақ емізгіңіз келуі мүмкін, бірақ олай етсеңіз сүт те азырақ бөлінетін болады.
- Сіздің былай істегеніңіз жөн:
- Мүмкіндігінше емізуді бала туғаннан кейінгі алғашқы сағаттан бастаған дұрыс.
- Балаңызды дұрыс ұстаңыз (жоғарыдағы суреттерді қар.).
- Егер емшегіңіз қатайып, нәрестеңіз жақсы еме алмай тұрса, аздап сауып тастаңыз, жұмсарған емше енді балаға сорғызуға болады.
- Емізіп болғаннан кейін азғантай емшек сүтін емшек ұшына, оның айналасына жағыңыз, сосын шикі қырыққабат (капуста) жапырақтарын сол жерлерге басыңыз.

## ● **Емшектің қабынуы**

- Егер емшектің ісігі басылмаса, бұның себебі мынау: Сүт емшектің ұшын дағы сүт шығаратын жолдардың бірі немесе бірнешеуі арқылы өте алмай жатыр. Емшегіңіздің бір бөлігі ісіп, қатайып ауыра бастайды, жиі қызу көтеріледі ( $37,5^{\circ}$ - тан жоғары). (Мұндай қабыну мастит деп те аталады.)

Сіздің былай істегеніңіз жөн:

- Емізер алдында қабынған емшекке қайнаған жылы суға малынған таза шүберек басыңыз.
- Әсіресе ауырып тұрған емшекті емізуді жалғастыра беру өте маңызды. Оның сүті балаға еш зиянды емес.
- Бала еміп жатқан кезде емшектің ісініп қатайған жерін ұшына қарай жайлап сипалап, уқалаңыз.
- Сүт емшектің барлық бөліктерінен де шыға алу үшін әр түрлі қалыпта отырып не жатып емізетін болыңыз.
- Егер мүлдем емізе алмасаңыз, сүтті қолмен сығып шығарыңыз немесе «жылы бөтелке» әдісін қолданыңыз. (Төмендегі нұсқауды қараңыз.)
- Киіміңіз кең болсын, мүмкіндігінше көбірек демалыңыз.
- Емшектің қабынуы көп жағдайда бір тәулікке созылады. Егер қызуыңыз көтеріліп ( $37,5^{\circ}$  не одан жоғары), ол бір тәуліктен ұзаққа созылса, дәрігермен байланысыңыз.



## ● **Соңғы сөз**

- **Ең пайдалысы – емшек емізу!**
- Дүниежүзілік денсаулық сақтау ұйымының (ДДСҰ) ұсынған кеңесі бойынша, нәрестені ең кем дегенде төрт айға, егер мүмкін болса, алты айға дейін тек ана сүтімен ғана емізген жөн. Бұрынырақ айтылғандай, бала емізуді үйрену кейде оңай бола бермейді. Бұл үшін төзім мен жаттығу керек. Дәрігерлік қызметкерлерден немесе осы жағынан тәжірибесі мол досыңыз не туысыңыздан көмек сұраудан тартынбаңыз.

# Пайдаланған әдебиеттер

- [www.medvestnik.ru](http://www.medvestnik.ru)
- [www.astromeridian.ru](http://www.astromeridian.ru)
- ru.wikipedia.org
- [www.Google.kz](http://www.Google.kz)
- www.youtube.com



**Назарларыңызға рахмет!**