

# Преимущества грудного вскармливания

- Выполнила:  
студентка ЭПб-101  
Суздалева А.С.
- Проверила: асс.  
Половинкина Ю.С.



# Трудное вскармливание – самое лучшее!

## Основные принципы успешного кормления грудью:

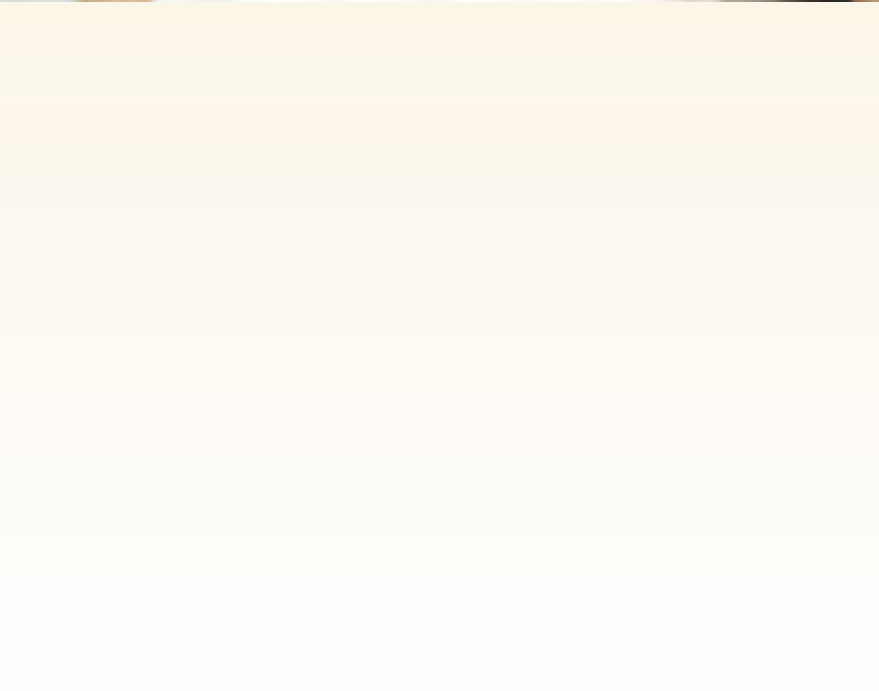
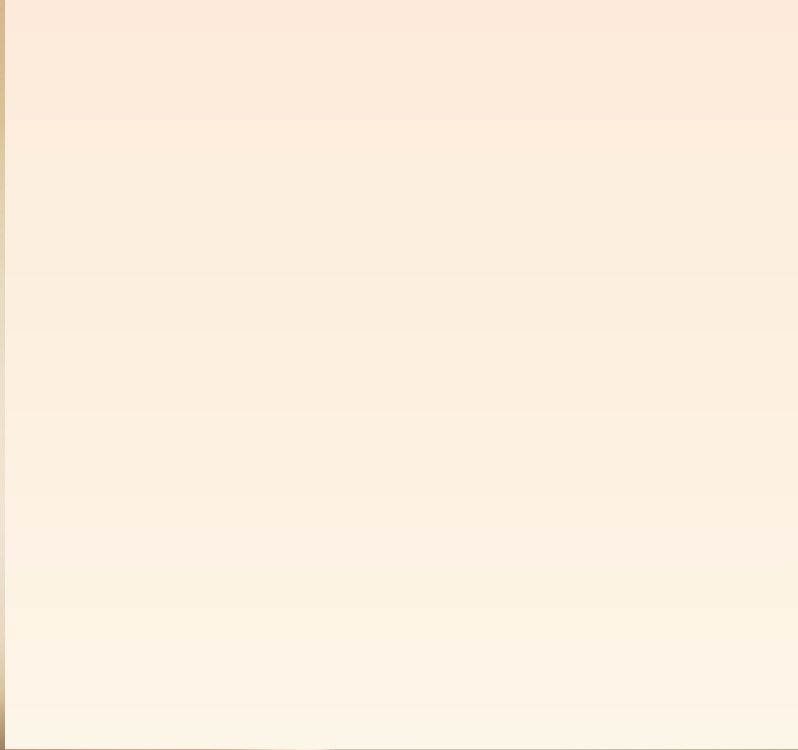
- ♥ Начинать грудное вскармливание в течение первого часа после рождения ребенка.
- ♥ Давать ребенку грудь по его требованию, в том числе и в ночное время.
- ♥ Кормить только грудью от рождения до 6-и месяцев.
- ♥ Продолжать грудное вскармливание до 1-2-х лет, вводя дополнительно необходимое возрасту питание.
- ♥ Не использовать средства, имитирующие грудь матери (соски, пустышки).

Министерство здравоохранения и социального развития Российской Федерации  
Научно-практический центр по пропаганде, поддержке и поощрению грудного вскармливания



Каждому ребенку – здоровье, образованию, равные возможности и защиту.  
НА ПУТИ К ГУМАННОМУ МИРУ



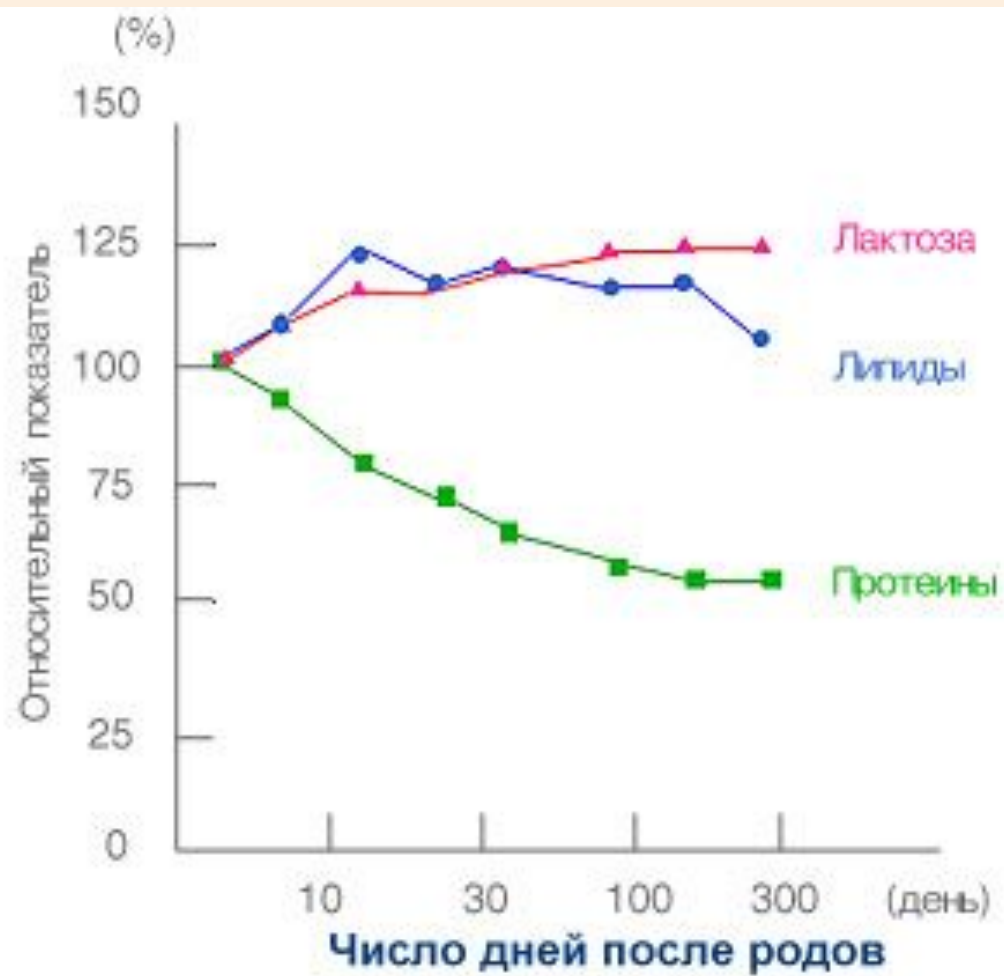




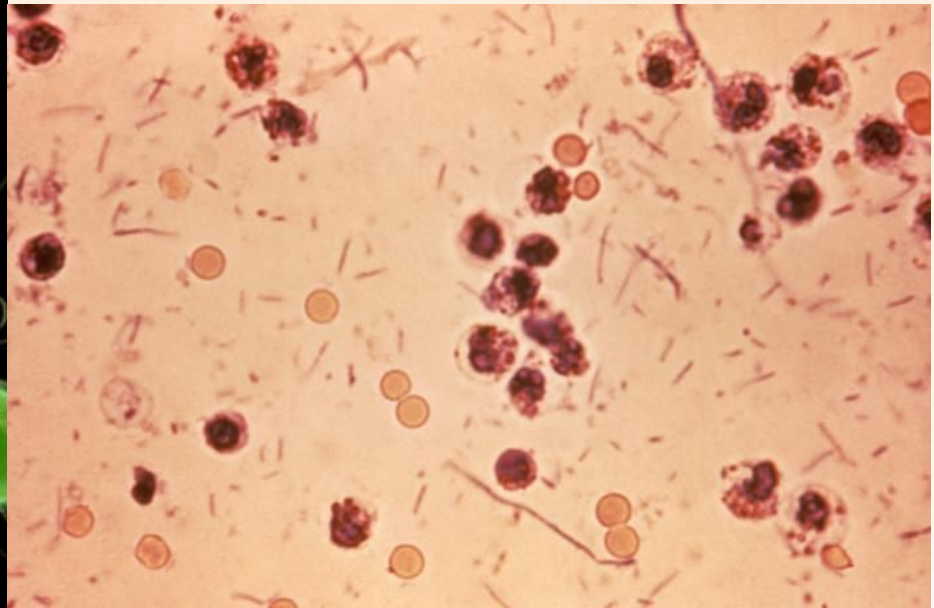
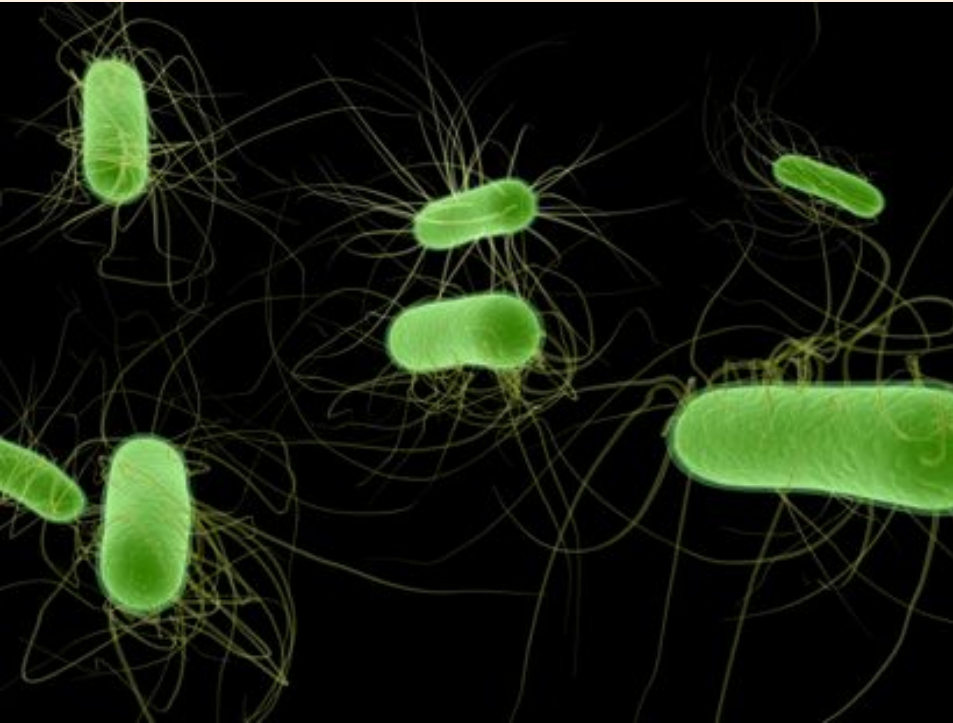
Молозиво



Зрелое молоко

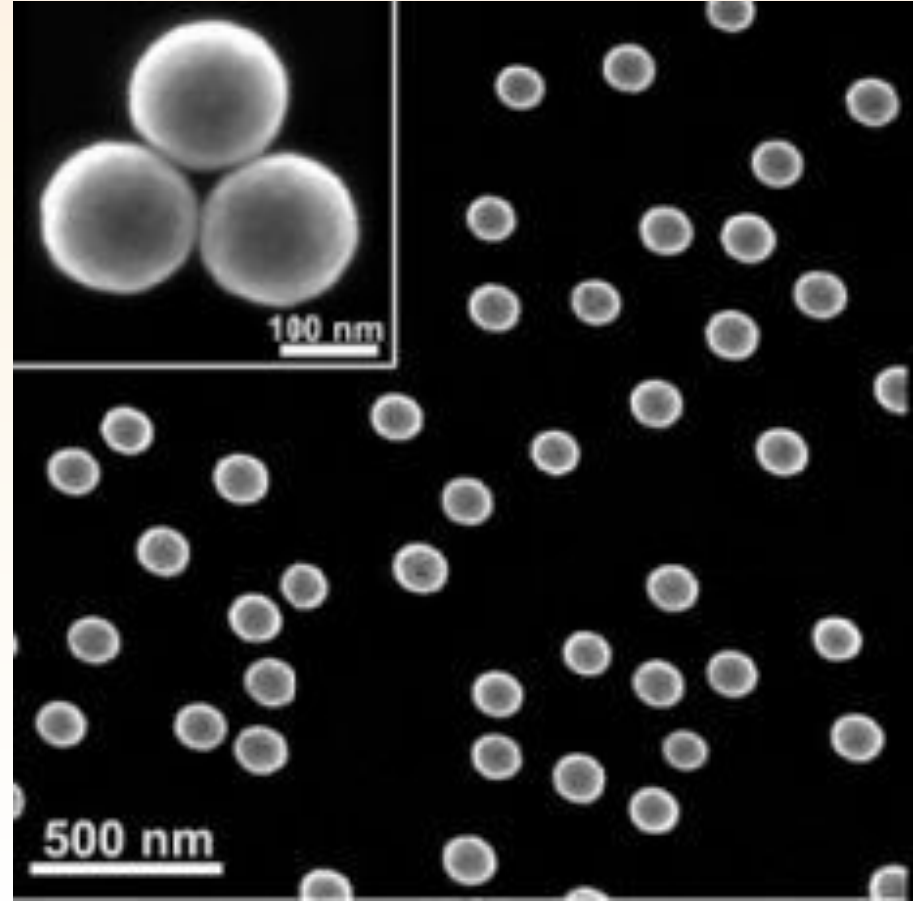


# Кишечная палочка — *Escherichia coli*, и Шигеллы



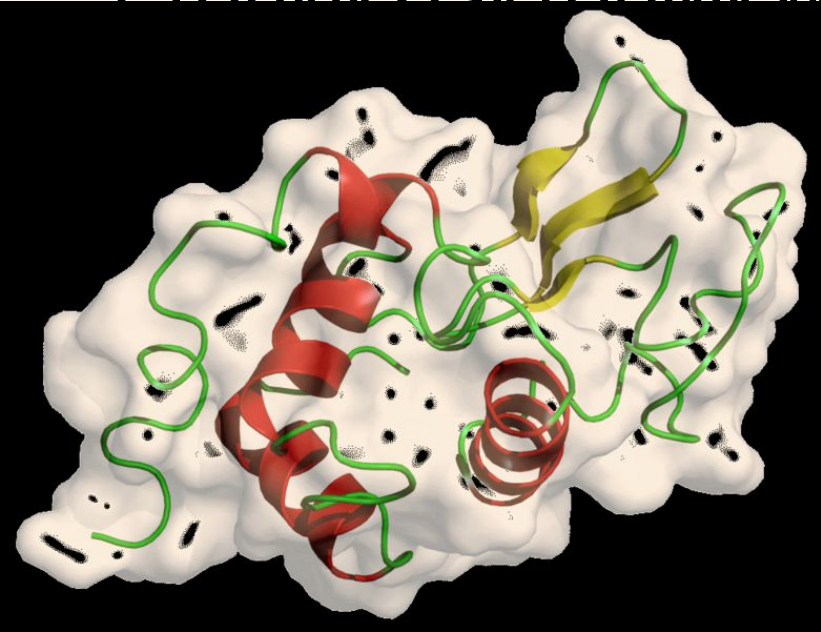
# Макрофаги

- полибласты, клетки в животном организме, способные к активному захвату и перевариванию бактерий, остатков погибших клеток и других чужеродных или токсичных для организма частиц.



# Лизоцим

— антибактериальный агент, фермент класса гидролаз, разрушающий клеточные стенки бактерий путём гидролиза пептидогликана клеточной стенки бактерий муреина.





Компонент	Средние величины для зрелого грудного молока	Детская питательная смесь*	Коровье молоко
Энергия КДж	280	250-315	276
Ккал	67	60-75	66
Белок (г)	1,3*	1,2-1,95	3,2
Жир (г)	4,2	2,1-4,2	3,9
Углеводы (г)	7	4,6-9,1	4,6
Натрий (мг)	15	13-39	55
Хлор (мг)	43	32,5-81	97
Кальций (мг)	35	59	120
Фосфор (мг)	15	16,3-58,5	92
Железо (мкг)	76*	325-975*	60
Витамин А (мкг)	60	39-117	35
Витамин С (мг)	3,8	5,2	1,8
Витамин Д (мкг)	0,01	0,65-1,63	0,08



Калорийность рациона матери в период лактации должна быть увеличена в среднем на 30-40% и составлять 2500-3000 ккал/сутки. Количество белка должно составлять около 100 г. (60-70% животного происхождения), жиров – 85-90 г. (15-20 г. – растительный жир), углеводов – 300-400 г.





- Этому количеству пищевых веществ соответствует разработанный институтом питания РАМН примерный суточный набор продуктов в составе которого: 200 г. мяса или птицы, 70 г. рыбы, до 600 мл. молока в любом виде (желательно употребление кисломолочных продуктов, 50 г. творога, 20 г. сыра), 400 г. различных овощей, 200 г. картофеля и 200-300 г. фруктов и ягод.

Следует избегать острых приправ, избытка пряностей, большого количества лука и чеснока, придающих молоку специфический вкус и запах. В период кормления грудью необходимо ограничить употребление продуктов с повышенными аллергенными свойствами: шоколад, какао, натуральное кофе, цитрусовые, мед, орехи. Кормящей матери категорически запрещаются алкогольные напитки, в том числе и пиво.





# Грудное вскармливание – залог здоровья малыша

Ежегодно с 1–7 августа по инициативе Всемирной организации здравоохранения более чем в 120 странах мира проводится Неделя поддержки грудного вскармливания. Её цель – стимулирование грудного вскармливания и улучшение здоровья детей во всём мире. Россия принимает самое активное участие в этой акции.

Грудное молоко является первым натуральным пищевым продуктом для новорожденных. Оно содержит все питательные вещества и энергию, необходимые для ребёнка.

## ПРЕИМУЩЕСТВА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

### для ребёнка:

- ☺ способствует снижению детской смертности;
- ☺ обеспечивает хорошее самочувствие малыша;
- ☺ способствует гармоничному росту и развитию ребёнка;
- ☺ препятствует возникновению диатеза, рахита, анемии; защищает от желудочно-кишечных и респираторных инфекций;
- ☺ эмоциональный контакт с матерью способствует психо-эмоциональному развитию и формированию положительных черт личности ребёнка.



### для матери:

- ☺ снижает риск развития злокачественных новообразований молочной железы и яичников;
- ☺ предупреждает послеродовые кровотечения и развитие мастита;
- ☺ кормление грудью - дешевле искусственного молока, что позволяет экономить семейные ресурсы.



**Грудное вскармливание закладывает основы здоровья малыша на всю последующую жизнь, а здоровый ребёнок – это весёлый и жизнерадостный ребёнок, что является самым большим счастьем для любой любящей мамы.**





