



Когда грудной ребенок плачет, значит, ему что-то нужно: плач - единственный его способ привлечь к себе внимание. Это не обязательно должно быть испытываемое им чувство голода: это может быть и жажда, и потребность в близости и тепле матери (кожный контакт). Родная мать всегда даст ребенку грудь, если он голоден. Грудной ребенок является грудным не только по названию, он должен на этой стадии своей жизни питаться материнским молоком для полноценного развития - именно в этом заключается смысл молочных желез у женщин. Искусственное вскармливание допустимо лишь в крайних случаях. Кормление грудью позволяет матери и ребенку установить друг с другом тесные, любовные отношения. Тесные узы ребенка с матерью - предпосылка того, что у него впоследствии будут хорошие отношения с другими людьми. Это дает ребенку возможность нормально развиваться. Если же ребенка кормят из бутылочки, матери легче отдать его для кормления кому-нибудь другому или просто положить бутылочку рядом с ним, чтобы ребенок сосал самостоятельно. Таким образом, ребенок получает меньше любви, тепла и поощрения.

Материнское молоко имеет не только неповторимый индивидуальный состав. Многие младенцы по запаху отличают «свое» молоко от «чужого». Сосание требует от ребенка определенных физических усилий, что полностью соответствует утверждению Гиппократа, что человек не может сохранить здоровье только при помощи правильного питания, без физических нагрузок. Поскольку грудной ребенок живет не одним только молоком, все остальные его потребности - физические, социальные, психические и духовные - удовлетворяются одновременно с прикосновением к материнской груди, ощущая рядом биение родного сердца, слыша голос матери, который закладывает основы для дальнейшего языкового развития и т.д.

### **О свойствах грудного молока**

Материнское молоко - уникальный продукт, созданный самой природой. Оно способно обеспечить жизнь и здоровье малыша, защитить детский организм от раннего развития аллергии, дисбактериозов, инфекций, предупредить возникновение различных заболеваний и нарушений обмена веществ (ожирение, сахарный диабет и т.д.). Исключительная ценность грудного молока, прежде всего, определяется его составом, имеющим родственную связь с составом клеток и тканей организма ребенка. Грудное вскармливание является основным звеном в «биологической пуповине», обеспечивающей контакт новорожденного и его матери.

В период внутриутробного развития все пищевые вещества малыш получает с кровью матери. После рождения изменяется способ питания: ребенок начинает получать пищу извне. Все органы пищеварения у новорожденного развиты еще недостаточно, следовательно, чем ближе состав пищи к составу тканей младенца, тем легче у него протекают процессы переваривания пищи, ее усвоения и обменные процессы. Более всего этим требованиям отвечает грудное молоко матери.

Белок женского молока состоит в основном из так называемых сывороточных белков (альбуминов и глобулинов), которые очень легко усваиваются детским организмом. Грубого белка - казеина в женском молоке в 10 раз меньше, чем в коровьем. К тому же молекулы белков женского молока мельче, чем коровьего. Под воздействием желудочного сока они образуют тонкие рыхлые хлопья, которые легко поддаются обработке пищеварительными ферментами. Процессы пищеварения облегчают и специальные ферменты женского молока, участвующие в процессах расщепления белка (трипсин, пепсиноген и др.).

У жиров грудного молока также есть особенности, обеспечивающие их высокое усвоение (на 90 - 95%). Жиры женского молока представляют собой тонкую эмульсию - мелко раздробленные взвешенные в воде частицы, легко поддающиеся воздействию пищеварительных соков. По своему составу жир женского молока отличается высоким содержанием полиненасыщенных жирных кислот (в 1,5-2 раза выше, чем в жире коровьего молока) и низкой температурой плавления. Более легкому перевариванию и полному усвоению жира грудного молока способствует содержащийся в нем специальный фермент - липаза, расщепляющий жиры.

Углеводы женского молока на 90% представлены молочным сахаром - лактозой, отличной по своему строению от лактозы коровьего молока. Лактоза медленнее усваивается в тонком кишечнике ребенка и поэтому в частично нерасщепленном виде доходит до толстого кишечника, где оказывает стимулирующее действие на развитие полезных микроорганизмов. Под влиянием лактозы лучше развиваются микробы, вырабатывающие витамины группы В. Лактоза и другие углеводы женского молока способствуют росту бифидобактерий, подавляющих развитие болезнетворных микроорганизмов в кишечнике. Поэтому дети, находящиеся на грудном вскармливании, значительно реже болеют острыми кишечными заболеваниями.

Женское молоко отличается и оптимальным составом минеральных веществ,

необходимых для нормального роста и развития ребенка. Соли кальция и фосфора находятся в идеальном для грудного ребенка соотношении 2:1 (в коровьем - 1:1). По содержанию железа, меди, цинка и других микроэлементов, необходимых для нормального развития ребенка, грудное молоко значительно богаче коровьего, да и степень усвояемости их выше.

Витаминный состав женского молока также, в основном, удовлетворяет потребности детского организма. Однако во многом это зависит от качества питания матери. Женское молоко превосходит коровье по содержанию витаминов (А, Е, Д). Витамины находятся в соединениях, которые хорошо усваиваются детским организмом.

Подсчитано, что для переваривания женского молока требуется в три раза меньше желудочного сока, соляной кислоты и ферментов, чем для переваривания такого же количества коровьего молока.

К числу уникальных свойств материнского молока относится содержание в нем так называемых защитных факторов - специальных иммунологически активных веществ и клеточных элементов, обеспечивающих защиту организма от инфекций. К таким факторам относятся лизоцим, интерферон, лактоферин, иммуноглобулины и др., подавляющие рост болезнетворных микробов, способствующие росту полезной микрофлоры, повышающие уровень защиты клеток организма ребенка.

И еще одно невосполнимое искусственными смесями качество материнского молока - это содержание в нем целого комплекса ростовых факторов, специальных гормонов, регулирующих рост и развитие ребенка. Поэтому у детей, получающих материнское молоко, наблюдаются оптимальные темпы физического и нервно-психического развития.

Дети, находящиеся на грудном вскармливании, значительно реже болеют рахитом, анемией, воспалением легких, острыми респираторными и другими инфекционными заболеваниями, у них не так часто проявляются аллергические реакции. Замечено, что дети, которых кормили грудью, отличаются хорошим физическим развитием, они более спокойны, уравновешены, приветливы и доброжелательны, у них лучшее развитие интеллекта, они более контактны, больше привязаны к матери и близким.

### **Выгода и удобства, которые дает кормление грудью:**

- Грудное молоко всегда готово к употреблению и не требует приготовления
- Грудное молоко не может скиснуть или испортиться в груди, даже если мать не кормила ребенка грудью несколько дней
- Грудное молоко достается бесплатно - вам не нужно его покупать
- Грудное молоко предназначено только для вашего ребенка.
- Грудное молоко дает снижение риска кишечных инфекций
- Грудное молоко - снижение риска респираторно-вирусных инфекций
- Грудное молоко - снижение риска аллергических заболеваний
- Грудное молоко - преимущества физического развития детей
- Грудное молоко - регуляция биологического возраста и созревания детей
- Грудное молоко - преимущества нервно-психического развития детей
- Грудное молоко - снижение риска развития ожирения и заболевания диабетом.

### **Десять шагов к успешному грудному вскармливанию**

Учитывая всю важность борьбы за грудное вскармливание, в 1989 году Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) и Детский Фонд Организации Объединенных Наций (ЮНИСЕФ) опубликовали Совместный отчет под названием «Защита, содействие и поддержка грудного вскармливания: Особая роль родовспомогательных служб». В нем описывается, как службы охраны материнства могут поддержать грудное вскармливание. Ведь стиль работы медицинских учреждений больше всего воздействует на распространение грудного вскармливания. Плохая организация работы способствует распространению искусственного питания. Хорошая - успешному грудному вскармливанию, которое будет продолжаться долгое время. В родильных домах матерям помогают начать грудное вскармливание непосредственно после родов. Другие медицинские учреждения помогают продолжать его. «Десять шагов» - краткое содержание основных рекомендаций этого совместного отчета. Они, также, легли в основу инициативы «Больницы, доброжелательной к ребенку».

Каждому родильному дому и больнице по уходу за новорожденными детьми следует:

1. Строго придерживаться установленных правил грудного вскармливания и регулярно доводить эти правила до сведения медицинского персонала и рожениц.
2. Обучать медицинский персонал навыкам, необходимым для осуществления практики грудного вскармливания.

3. Информировать всех беременных женщин о преимуществах и технике грудного вскармливания.
4. Помогать матерям начинать грудное вскармливание в течение первого получаса после родов.
5. Показывать матерям, как кормить грудью и как сохранить лактацию, даже если они временно отделены от своих детей.
6. Не давать новорожденным детям никакой другой пищи или питья, кроме грудного молока, за исключением случаев, обусловленных медицинскими показаниями.
7. Практиковать круглосуточное нахождение матери и новорожденного рядом в одной палате.
8. Поощрять кормление грудью по первому требованию ребенка, а не по расписанию.
9. Не давать новорожденным, находящимся на грудном вскармливании, никаких успокаивающих средств и устройств, имитирующих материнскую грудь (соски и др.).
10. Поощрять организацию групп поддержки грудного вскармливания и направлять матерей в эти группы после выписки из родильного дома или больницы.

Сотрудники кафедры детских болезней N3 с курсами эндокринологии и гомеопатии ФУВ Российского Государственного медицинского университета Л.И. Ильенко и А.Ю. Костенко.

Статья из книги «Книга для родителей о естественном вскармливании и правилах ухода за новорожденными»

Источник <http://www.7ya.ru>

{jcomments on}