Естественное грудное вскармливание – путь к формированию здоровья ребенка

В начале XX века 99% всех детей вскармливались материнским молоком. Сегодня, более 100 лет спустя, 14% российских мам кормят грудью до 3-х–4-х месяцев, до года же кормят всего 5%! Принято винить в этом, в первую очередь, экологическую обстановку и ставшее необходимостью для многих женщин возвращение к работе. Мощное давление на начинающих матерей в пользу кормления детей из бутылки при помощи рекламы детского питания, всевозможных добавок и подобных им препаратов.

Грудное вскармливание является обязательным основным условием формирования здоровья. Длительное, значительно больше года, кормление младенцев грудью всегда широко практиковалось в России. Но при этом, в последние десятилетия, как и во многих экономически развитых странах Европы, в США, где начало этого процесса относятся к 60-м годам, в России отмечается резкое снижение частоты кормления грудью. Причинами такого спада грудного вскармливания можно считать правила, вводимые в деятельность служб здравоохранения, которые по своей сути препятствовали практике кормления грудью, - это раздельное содержание матери - ребенка и новорожденных сразу после рождения ребенка, кормление детей с использованием бутылочек с сосками донорским молоком, раствором глюкозы, водой, очень часто без достаточных оснований - заменителями грудного молока. Дополнительные трудности в успешном кормлении гудью создают отстроченное первое прикладывание ребенка к груди, жесткий, по часам, режим вскармливания и попытки дозирования объемов высосанного молока.

Среди молодых женщин распространены неверные представления о старомодности грудного вскармливания, возможности его равноценной замены, свободная реклама и доступность адаптированных молочных смесей промышленного производства, которые имеют важное значение в случаях, когда ребенок по каким - либо причинам лишен материнского молока, содействует тому, что в свою очередь при малейших сомнениях или затруднениях молодая мать без консультации с педиатром принимает решение отказаться от кормления грудью своего ребенка.

Грудное молоко наилучшим образом обеспечивает адаптацию новорожденных после рождения. С рождением ребенка разрывается тесная гуморальная связь между матерью и

плодом. Грудное вскармливание восстанавливает единство системы мать - дитя, и чем раньше после родов ребенок прикладывается к груди, тем прочнее и быстрее восстанавливается эта связь. Ничто так не привязывает ребенка к матери и не вызывает ответных чувств, как кормление малыша грудью.

Значение и преимущества грудного вскармливания

Грудное молоко представляет собой самую лучшую и полезную для грудных детей пищу. Естественным называется вскармливание ребенка грудным молоком. Важно понимать - оно содержит все нужные питательные вещества, витамины, микроэлементы и полностью обеспечивает потребности детского организма в пищевых компонентах впервые месяцы жизни.

А первые часы жизни новорожденного являются тем критическим периодом, когда происходит максимальное по интенсивности инфицирование окружающими микроорганизмами и вирусами.

Поэтому уделяется особое внимание к раннему прикладыванию к груди, в первые 20 - 30 минут, но не позже 2 часов после его рождения.

Первое кормление является мощным стимулирующим развитие и становление неспецифических естественных факторов защиты в силу того, что высокая концентрация ферментов, гормонов и других биологических веществ способствует активации незрелых пищеварительных и обменных функций новорожденных. У детей, приложенных к груди матери в течение первого часа после рождения, отмечаются значительное снижение частоты инфекционно-воспалительных заболеваний в первый год жизни, а так же снижение аллергических проявлений

Грудное вскармливание полезно для здоровья матери, т.к. оно способствует сокращению матки после родов, помогает восстановить фигуру и является лучшей профилактикой мастопатии и рака молочной железы.

Состав грудного молока не постоянен, он изменяется во время кормлений, учитывая зависимость от времени суток, а кроме того в процессе лактации.

Содержащиеся в материнском молоке макрофаги, иммунные антитела, повышают сопротивляемость детей к различным заболеваниям, в том числе желудочно-кишечным.

Поэтому, грудное молоко представляет собой поистине незаменимый продукт, предназначенный самой природой для вскармливания детей первого года жизни. Важно понимать - оно имеет значительные преимущества перед искусственными смесями для ребенка, матери, семьи и общества в целом. Несмотря на развитие науки и индустрии детского питания, альтернативы грудному вскармливанию нет. Важно понимать - оно превосходит все заменители, в том числе и детские адаптированные молочные смеси промышленного производства.

Таким образом, мамино молоко и процесс грудного вскармливания для ребенка – это и еда, и питье, и успокоительное, и болеутоляющее, не имеющие ни одной полноценной замены. Чем дольше срок грудного вскармливания, тем полезнее оно для здоровья ребенка и мамы, так как антитела в грудном молоке присутствуют весь срок кормления грудью.

Наиболее важные преимущества грудного молока

1. В грудном молоке преобладают мелкодисперсные белки (альбумины), размеры частиц казеина в несколько раз меньше, чем в коровьем, благодаря чему при створаживании в желудке образуются более нежные, легко перевариваемые хлопья. Состав грудного молока наиболее оптимально соответствует потребностям ребёнка. Общее количество белка в грудном молоке меньше, чем в коровьем. Поэтому при искусственном вскармливании возникает белковая перегрузка.

2. Грудное молоко (особенно молозиво) богато иммуноглобулинами A и G. IgA играют важную роль в местном иммунитете новорождённых. IgG, попавшие в организм ребёнка, обеспечивают пассивный иммунитет от многих инфекционных заболеваний. Кроме того, грудное молоко содержит факторы специфической и неспецифической резистентности.

3. По антигенным свойствам грудное молоко (в отличие от коровьего) менее чужеродно для ребёнка.

4. Грудное молоко содержит оптимальный набор ферментов, витаминов и других необходимых ребёнку компонентов.

5. Концентрация жиров в грудном и коровьем молоке практически одинакова, но качественный состав различен: грудное молоко содержит в несколько раз больше полиненасыщенных жирных кислот, служащих необходимыми компонентами фосфолипидов и входящих в состав клеточных мембран. Расщепление жира в желудке у грудных детей начинается под влиянием липазы грудного молока.

6. Грудное молоко содержит большое количество углеводов (ß-лактозы); в состав коровьего входит а-лактоза. ß-лактоза медленнее всасывается в кишечнике ребёнка,

поэтому достигает толстой кишки, где вместе с олиго-аминосахаридами стимулирует рост нормальной флоры (преимущественно бифидобактерий), подавляющей размножение патогенных микроорганизмов и кишечной палочки.

7. Грудное молоко богато различными ферментами: амилазой, трипсином, липазой (липазы в грудном молоке больше, чем в коровьем почти в 15 раз, а амилазы - в 100 раз). Это компенсирует временную низкую активность ферментов у ребёнка и обеспечивает усвоение довольно большого объёма пищи.

8. Концентрация кальция и фосфора в грудном молоке ниже, чем в коровьем, но их соотношение наиболее физиологично для грудного ребёнка, усваиваются они намного лучше. Поэтому у детей, находящихся на естественном вскармливании, рахит развивается реже. Содержание таких элементов, как натрий, магний, хлор, железо, медь, цинк, кобальт, сера и селен, в грудном молоке оптимально и соответствует потребностям ребёнка. Например, грудное молоко содержит 0,5 мг/л железа, а молочные смеси - 1,5 мг/л, однако степень его биологической доступности составляет 50% и 5% соответственно. Именно поэтому дети, находящиеся на естественном вскармливании, значительно реже страдают анемией, и вплоть до 6-месячного возраста нет необходимости в добавлении в их пищевой рацион железа. При искусственном вскармливании железо назначают дополнительно с 4 мес в виде обогащенных им пищевых продуктов.

9. При естественном вскармливании формируется психологическая связь между матерью и ребёнком, развиваются родительские чувства.

Таким образом, отказ от естественного вскармливания - грубое нарушение сложившейся в эволюции биологической цепи «беременность-роды-лактация». Грудное молоко - «золотой стандарт» питания младенца.