

Международная неделя грудного вскармливания

Естественное вскармливание - одно из наиболее выдающихся проявлений эволюции биологической жизни. В настоящее время существует большое количество международных деклараций и рекомендаций, направленных на популяризацию кормления грудью среди населения, например, Совместная Декларация ВОЗ/ЮНИСЕФ «Охрана, поощрение и поддержка практики грудного вскармливания».

К сожалению, в современной России в течение последних десяти лет констатируют крайне низкие показатели кормления грудью, что является одним из основных факторов высокой младенческой заболеваемости, способствует формированию хронической патологии, инвалидизации, смертности детей, и, по мнению В.Е. Ломовских и Л.А. Даутовой, может расцениваться как национальная катастрофа.

По данным опроса, проведенном в 2006 году среди матерей, детей в возрасте 6-12 месяцев кормят исключительно грудным молоком только 36,4%, а прекращение грудного вскармливания раньше рекомендованного ВОЗ 6-месячного возраста происходит чаще всего по двум причинам: из-за незнания основ грудного вскармливания и неумения справляться с трудностями, возникающими в процессе кормления грудью.

В связи с этим возникает общая просветительская задача врачей-педиатров — информировать женщин о различных аспектах грудного вскармливания, создавая у них «доминанту лактации» — нацеленность на успешное грудное вскармливание.

Феномен питания материнским молоком из-за своих полезных факторов можно назвать «золотым стандартом».

Выделяют следующие преимущества грудного кормления для малыша:

- **Крепкий иммунитет.** Грудное вскармливание помогает новорожденному малышу ускорить адаптацию к внешним условиям. Иммунные клетки, входящие в состав материнского молока, защищают организм грудничка от инфекционных заболеваний.

- **Крепкий сон и запас сил.** В состав материнского молока входят активные вещества, благотворно воздействующие на нервную систему и нормализующие сон младенца.

- Полноценное физическое и умственное развитие. Жирные кислоты, входящие в состав грудного молока, обеспечивают интеллектуальное развитие младенца.

- Эмоциональная стабильность. Когда женщина прикладывает малыша к груди, формируется тесная психологическая связь между матерью и ребёнком. Это дарит малышу чувство защищённости, стабильности и покоя.

Грудное вскармливание оказывает положительное влияние не только на организм младенца, но и на кормящую женщину.

Прикладывая малыша к груди, молодая мама получает следующий список преимуществ:

- Быстрое восстановление организма после родов. При кормлении ребёнка грудью в организме женщины вырабатываются гормоны, способствующие повышению тонуса гладкой мускулатуры матки. Своевременное сокращение матки позволяет избежать кровотечений в послеродовом периоде.

- Профилактика доброкачественных и злокачественных новообразований в молочных железах. Грудное вскармливание улучшает кровообращение в молочных железах и способствует профилактике опухолевого процесса. Женщины, кормящие ребёнка грудью, менее подвержены риску возникновения рака молочной железы.

- Нормализация эмоционального фона. При грудном вскармливании в организме женщины выделяются гормоны счастья, улучшающие настроение и психологическое состояние. Вскармливая ребёнка грудью, молодая мама может забыть о послеродовой депрессии и плохом самочувствии.

Таким образом, грудное вскармливание положительно влияет не только на ребенка, но и на мать новорожденного. Основной задачей для педиатров представляется своевременная консультация с беременными с целью ответить на имеющиеся тревожные вопросы и разрешить страхи.

Врач-педиатр поликлиники ЦРБ
Абрамова Д.Р.