



**Неделя популяризации грудного вскармливания (в честь
Международной недели грудного вскармливания)
(29.07.- 4.08.2024г.)**

Грудное вскармливание является одним из наиболее эффективных способов обеспечения здоровья и выживания ребенка, но, тем не менее, 2 из 3 младенцев не получают исключительно грудного вскармливания в течение рекомендованных 6 месяцев – этот показатель не улучшился за последние два десятилетия.

Грудное молоко является идеальной пищей для младенцев. Оно является безопасным, безвредным и содержит антитела, которые помогают защитить от многих распространенных детских болезней. Грудное молоко обеспечивает младенца всей необходимой энергией и питательными веществами в первые месяцы жизни, а во второй половине первого года оно продолжает обеспечивать до половины или более потребностей ребенка в питании, а на втором году жизни – до одной трети.

Дети, находящиеся на грудном вскармливании, лучше справляются с тестами на интеллект, реже страдают избыточным весом или ожирением и менее склонны к диабету в более позднем возрасте.

У женщин, которые кормят грудью, также снижается риск появления рака груди и яичников. Польза грудного вскармливания для матери:

- Повышение выработки окситоцина, что ускоряет процесс восстановления организма после родов;

- Повышение устойчивости мамы к стрессам, снижение послеродовой депрессии;

- Снижение риска появления рака молочной железы и яичников;

- Снижение риска развития остеопороза и переломов костей в постменопаузе;

- Снижение риска развития сердечнососудистых заболеваний и диабета.

Польза для ребенка:

- Обеспечение защиты от инфекционных заболеваний;

- Стимуляция моторики и созревания функций желудочно-кишечного тракта;

- Формирование здоровой микрофлоры кишечника;

- Снижение вероятности формирования неправильного прикуса;

- Снижение частоты острых респираторных заболеваний;

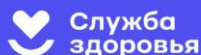
- Улучшение когнитивного и речевого развития;

- Улучшение эмоционального контакта матери и ребенка;

- Снижение частоты инфекций мочевыводящих путей

ПОЛЬЗА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЛЯ МАТЕРИ

- Повышение выработки окситоцина, что ускоряет процесс восстановления организма после родов
- Повышение устойчивости мамы к стрессам, снижение послеродовой депрессии
- Снижение риска появления рака молочной железы и яичников
- Снижение риска развития остеопороза и переломов костей в постменопаузе
- Снижение риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и диабета



ПОЛЬЗА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЛЯ РЕБЕНКА

- Обеспечение защиты от инфекционных заболеваний (грудное молоко содержит антитела матери)
- Стимуляция созревания функций желудочно-кишечного тракта, формирование здоровой микрофлоры кишечника
- Снижение вероятности формирования неправильного прикуса
- Улучшение умственного и речевого развития
- Снижение риска развития аллергий
- Снижение частоты острых респираторных заболеваний
- Дети реже страдают избыточным весом или ожирением и менее склонны к диабету в более позднем возрасте

