

РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР



О ПОЛЬЗЕ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ



Разработано с использованием материалов
Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Грудное вскармливание –

это один из наиболее эффективных способов обеспечения здоровья ребенка. Тем не менее, по статистике, 2 из 3 младенцев не получают исключительно грудного вскармливания в течение рекомендованных первых шести месяцев жизни.





Грудное молоко является
идеальной пищей для младенцев.

Оно безопасно, безвредно,
а также содержит антитела,
которые помогают
защитить малыша
от многих
распространенных
детских
инфекционных
болезней.





Грудное молоко в первые месяцы жизни ребенка обеспечивает его всеми необходимыми питательными веществами, а во второй половине первого года оно продолжает восполнять до половины и более потребностей ребенка в питании.





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





Полезьа грудного вскармливания для матери:

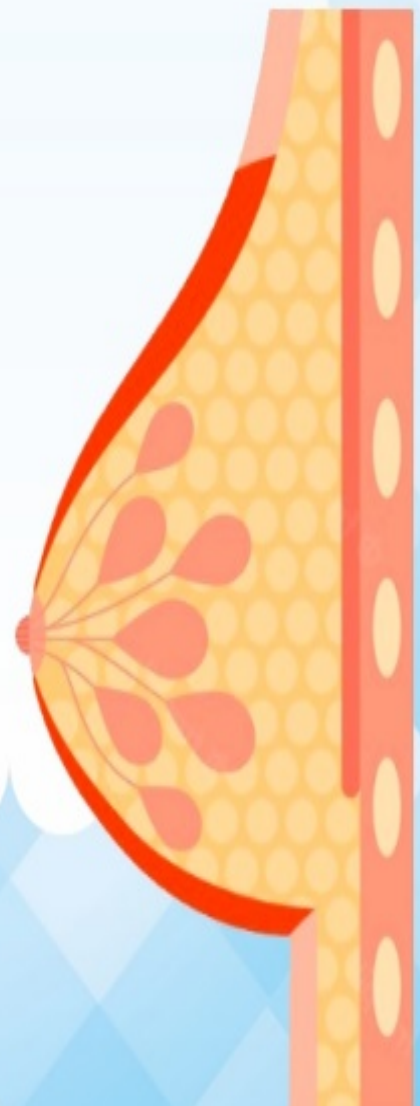
- повышение выработки окситоцина, что ускоряет процесс восстановления после родов;
- повышение устойчивости мамы к стрессам, снижение послеродовой депрессии;
- более выраженная потеря веса после беременности.





Польза грудного вскармливания для матери:

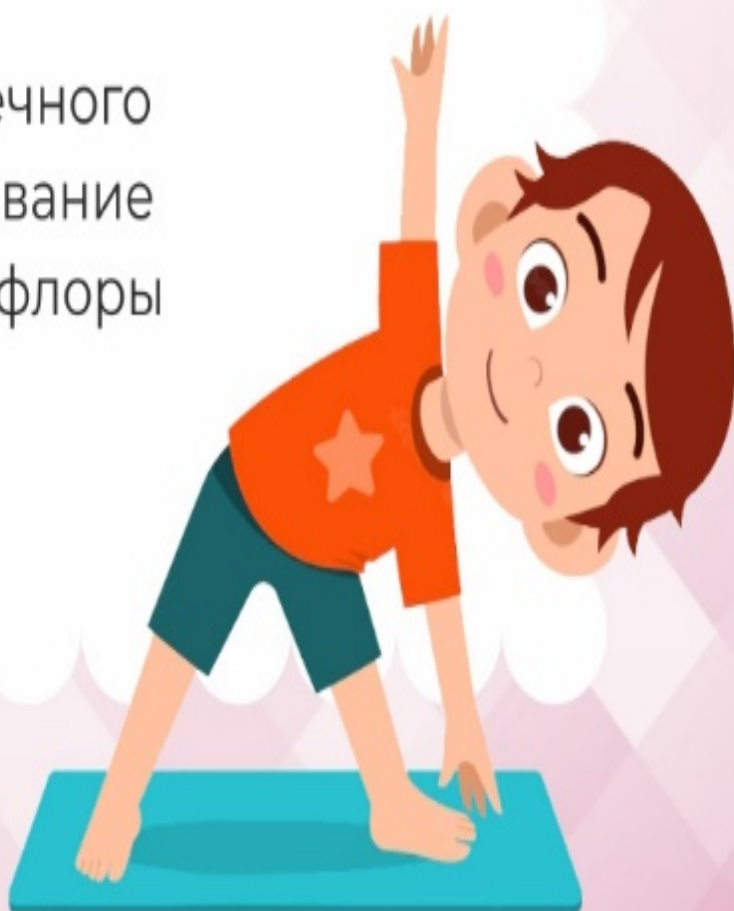
- снижение риска появления рака молочной железы и яичников;
- снижение риска развития остеопороза и переломов костей в постменопаузе;
- снижение риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и диабета.





Польза для ребенка:

- снижение частоты возникновения ОРЗ и других инфекционных заболеваний;
- стимуляция моторики и созревания желудочно-кишечного тракта (формирование здоровой микрофлоры кишечника).





Полезьа для ребенка:

- снижение вероятности формирования неправильного прикуса;
- улучшение умственного и речевого развития;
- улучшение эмоциональной близости матери и малыша.

