

МАМА, КОРМИ МЕНЯ ГРУДЬЮ И БУДЕМ ЗДОРОВЫ!

Грудное молоко — уникальное творение природы из более 1500 компонентов, которое удовлетворяет все нужды новорожденного.

Оно **УДИВИТЕЛЬНО** по своему составу, так как содержит весь существующий спектр иммунных факторов: иммуноглобулины, лактоферрин, лизоцим, все виды лейкоцитов, альфа-лактоглобулин, бифидус-фактор и многие другие. Создать такой же продукт в промышленном производстве невозможно.

Состав меняется в зависимости от возраста, потребностей малыша и др. Например, молозиво, которое вырабатывается в первые 3–5 суток после родов, защищает от инфекций, запускает и настраивает иммунную и пищеварительную систему ребенка, поэтому его иногда называют **жидким золотом**.

Кормление заложит здоровье ребенка не только в период грудного вскармливания, но и в течение всей его жизни.

ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ:

- ускоряет восстановление после родов
- снижает риск женской онкологии
- снижает уровень стресса, способствует эмоциональному контакту с малышом
- снижает риск остеопороза, сахарного диабета, аутоиммунных заболеваний у матери и у ребенка
- сохраняет бюджет семьи
- облегчает уход за малышом
- способствует его психоэмоциональному и интеллектуальному развитию, моторики и зрения
- улучшает сон, успокаивает ребенка, способствует гармоничному росту
- препятствует возникновению анемии
- помогает правильному развитию зубов и челюсти
- укрепляет иммунитет, увеличивает защиту от желудочно-кишечных инфекций, пневмонии
- снижает риск возникновения ожирения, атопического дерматита и бронхиальной астмы
- является профилактикой сердечно-сосудистых, онкологических заболеваний в детском возрасте.

ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ — ЛУЧШЕЕ ПИТАНИЕ, КОТОРОЕ МАМА МОЖЕТ ДАТЬ МАЛЫШУ.

По статистике, только 3-5% женщин объективно не могут кормить грудью. Большинство проблем поправимо.

Кормите малыша по требованию, не нужно искусственно выдерживать какие-либо временные интервалы.

Следите за прикладыванием: верный вариант, когда малыш захватил сосок с ареолой, нижняя губа не поджата, маме не больно.

Поза для кормления должна быть удобна маме. При кормлении лежа сначала мама удобно ложится, а потом придвигает ребенка.

Увеличить количество молока можно чаще давая грудь и поддерживая комфортную атмосферу.

Молоко у женщины не бывает «пустым», «нежирным» — оно такое, как нужно именно ее ребенку.

Грудь — не только еда, но и общение с мамой, чувство заботы и безопасности для малыша.

