Автор: Дубовец Е.В., врач-неонатолог Речицкой ЦРБ

В начале жизни, что для крохи надо –
С любимой мамой быть, и это так легко…
Всегда готово, вкусно, близко, рядом,
Бесценный дар – грудное молоко!

Грудное вскармливание – лучший и наиболее безопасный способ кормления младенцев, при котором дети получают самое качественное питание. Много десятилетий ученые экспериментируют с молочными смесями, пытаясь имитировать грудное молоко, но их старания до сих пор не увенчались успехами.

В чем же секрет грудного молока?

Во-первых, в **его составе**. Грудное молоко содержит идеальное для усвоения ребенком соотношения белков, жиров и углеводов. Некоторые смогут возразить, приводя доводы, что хорошая молочная смесь обязательно имеет такое же соотношение. Но ни одна смесь не может менять это соотношение в процессе кормления, подстраиваясь таким образом под потребности ребенка. В начале кормления молоко сладкое жидкое, ребенок им утоляет жажду, а в процессе кормления оно становится более густым и питательным. Ребенок им насыщается. Вот почему на грудном вскармливании нет необходимости допаивать ребенка. Природа и об этом позаботилась.

Во-вторых, материнское молоко обладает **антиинфекционным свойством**. Это доказанный учеными и подтвержденный многолетними наблюдателями факт: дети на

грудном вскармливании болеют инфекционными заболеваниями реже и легче. Это объясняется составом грудного молока, в котором находятся живые белки, кровяные тельца (лейкоциты), убивающие болезнетворные бактерии, иммуноглобулины, защищающие ребенка пока он не сможет вырабатывать собственные антитела в достаточном количестве, неспецифические факторы защиты, такие, как лизоцин. А если мать ребенка заболевает инфекционным заболеванием, то ее организм начинает синтезировать антитела против этой инфекции, и эти антитела начинают усилено выделяться в грудное молоко, защищая ребенка от заражения.

В грудном молоке содержатся полиненасыщенные жирные кислоты, которые способствуют **развитию мозга ребенка**. Получается, кормя ребенка грудью, мы делаем его умнее, повышаем его интеллект. Ученые подтверждают этот факт своими многочисленными исследованиями.

Ретроспективный анализ показал, что люди, которые в раннем детском возрасте находились на грудном вскармливании, имеют значительно **ниже риск заболеть** сахарным диабетом, нарушением жирового обмена, рассеянным склерозом, инфарктом миокарда, воспалительными заболеваниями ЖКТ.

Рассматривая все плюсы грудного вскармливания особое место отводится **психоэмоциональной составляющей**
: это прекрасное таинство единения матери и ее ребенка. При кормлении ребенка мать не только обеспечивает физиологическую потребность ребенка в питательных веществах, она кормит его энергией, которую мы называем любовью и теплотой, это расслабляет и успокаивает малыша. А спокойный малыш - это довольная мама!

Но грудное вскармливание имеет плюсы не только для здоровья ребенка, но и для его матери. Доказано, что кормящие женщины менее подвержены раку яичников и молочных желез.

В заключении мне хочется сказать пару слов о своем опыте. Все мои трое детей в среднем по 1.5 года были на грудном вскармливании. Меня не обошли неприятности в виде трещин сосков и латоктостаза, но, вспоминая то время, на моем лице появляется удовлетворенная улыбка. Я помню то чувство счастья, которое разливается по твоему телу, то интимное единение с моими малышами, то чувство гордости, что я смогла дать им все, максимально от меня зависящее.

Кормите грудью, дорогие мамы! Кормите и будьте счастливы и здоровы!