Грудное вскармливание - это физиологический, абсолютно естественный процесс, приносящий радость маме и малышу.

Молоко каждой женщины индивидуально, его состав подстраивается под каждого конкретного ребенка, в зависимости от того, что ему сейчас нужно. Одинакового по составу грудного молока не существует. Например, у мам, родивших на 28-32 неделе молоко по составу отличается от мам, родивших в доношенный срок, так как недоношенным крохам с маленьким весом, и слабыми силами, нужна большая концентрация полезных веществ для более активного роста. Состав молока зависит даже от климатической зоны, в которой мы живем.
 **Почему при грудном вскармливании ребенок более защищён от инфекций?**

Грудное молоко- это не просто пища для ребенка. Это жидкость, защищающая ребенка от инфекций. В первый год жизни ребенка и старше его иммунная система еще не развита и не может бороться с инфекцией так же эффективно, как иммунная система детей старшего возраста или взрослых. Таким образом, ребенок нуждается в материнской защите. Грудное молоко содержит в себе лейкоциты и ряд антител, которые защищают ребенка от инфекций. Грудное молоко содержит в себе антитела против возбудителей инфекций, перенесенных матерью в прошлом. Грудное молоко защищает ребенка и от новых инфекций, возбудители которых могут быть у матери или в окружающей среде. Как только мать заболевает, ее лейкоциты активируются и, чтобы защитить ее, вырабатывают антитела против инфекции. Некоторые из этих лейкоцитов достигают молочных желез матери и вырабатывают там антитела, которые секретируются в ее грудное молоко, защищая тем самым ребенка.

Все виды молока содержат жир, дающий необходимую энергию детскому организмув них содержится белок, необходимый для роста; и они содержат специальный молочный сахар- лактозу, который тоже снабжает организм энергией.

**Расскажите о преимуществах грудного вскармливания**

Преимущества грудного вскармливания больше, чем преимущества просто кормления ребенка грудным молоком. Грудное вскармливание по-разному предохраняет здоровье матери и помогает всей семье эмоционально и экономически.

**Преимущества грудного молока, полученного ребенком, следующие:**

-молоко содержит питательные вещества, необходимые ребенку;
-оно легко усваивается и эффективно используется детским организмом;
- оно защищает ребенка от инфекции;
Преимущества грудного вскармливания следующие
- оно дешевле, чем искусственные смеси;
- оно помогает матери и ребенку « соединиться» - то есть, развивает тесные любящие взаимоотношения;
- оно помогает развитию ребенка;
- оно охраняет здоровье матери: оно помогает матке принять первоначальный размер. Это способствует уменьшению кровотечения и предотвращает анемию. Грудное вскармливание снижает риск возникновения рака яичника и молочной железы у матери.

**Каковы психологические преимущества грудного вскармливания?**

Грудное вскармливание имеет важное психологическое преимущество как для матери, так и для ребенка.
Грудное вскармливание способствует формированию между матерью и ребенком тесных, нежных взаимоотношений, от которых мать эмоционально получает глубокую удовлетворенность. Тесный контакт с ребенком сразу после родов способствует налаживанию этих взаимоотношений.

Дети меньше плачут и быстрее развиваются, если они остаются со своими матерями и вскармливаются грудью сразу же после родов.

Некоторые исследования утверждают, что грудное вскармливание способствует интеллектуальному развитию ребенка. Дети с низкой массой тела при рождении, получающие грудное вскармливание в первые недели жизни, показали лучшие результаты на интеллектуального тестирования в старшем возрасте, нежели искусственно вскармливаемые дети.

**Какие имеются опасности искусственного вскармливания?**

- Искусственное вскармливание препятствует налаживанию связи между ребенком и матерью. Мать и ребенок не могут установить тесные, нежные взаимоотношения;
- Искусственно вскармливаемый ребенок чаще подвержен диарейным и респираторным заболеваниям;
- Диарея может быть персистирующей;
- Ребенок более подвержен развитию дефицита витамина «А»;
- Дети более подвержены аллергическим заболеваниям, таким как экзема и астма;
- У ребенка может развиться непереносимость к молоку животных с проявлением кишечных расстройств, сыпи и других симптомов;
- У такого ребенка увеличивается риск возникновения хронических заболеваний, например, диабета;
- Ребенок может получать слишком много искусственной смеси, что может вызывать ожирение;
- У матери, не кормящей грудью, быстрее восстанавливается фертильность и она с большей вероятностью может снова забеременеть. Повышен риск анемии, рака яичников и молочной железы. Таким образом, искусственное вскармливание вредно как для детей, так и для их матерей.

Характер питания человека в антенатальный период и первые годы предопределяет особенности обмена веществ на последующих этапах жизни и может быть фактором профилактики многих алиментарно-ассоциированных заболеваний. Для младенцев «золотым стандартом» питания является грудное молоко матери, являющееся продолжением пуповинной связи матери и ребенка.