

При естественном вскармливании у матерей в большом количестве выделяются нейропептиды, среди которых присутствуют эндорфины – «гормоны счастья», стимулирующие моторную деятельность и вызывающие приподнятое настроение не только у мамы, но и ребенка.

Это немаловажное преимущество, которое дает грудное вскармливание. Успешно кормящая мама с легкостью переносит все сложности по уходу своим ребенком, испытывает эмоциональное удовлетворение даже при физической усталости.



Тесная эмоциональная связь мамы с ребенком способствует хорошей социальной адаптации ребенка – он более открыт миру, более уверенно действует в нем, ощущая за своей спиной крепкий «тыл».

Ребенок просит грудь, а иногда и протестует, если не дают. Будет ли кто-то сомневаться в том, что ребенок действительно хочет яблоко, если он подходит к маме и говорит: «Дай яблоко». Так в чем же отличие этих ситуаций?

**Не лишайте малыша великого блага, созданного природой!**

Ваш малыш сократил количество прикладываний до 1-3 в сутки. Он уже умеет засыпать без груди. Его основная еда – та же, что и у мамы с папой. Для преодоления разнообразных стрессов нервная и гормональная системы ребенка уже не нуждаются в «успокоительном» составе маминого молока. Головной мозг достиг объема 80 % от объема взрослого человека. Завершился основополагающий этап в формировании челюстно-лицевого аппарата (прикус, артикуляция, дикция, внешняя миловидность). Желудочно-кишечный тракт может полноценно работать и развиваться дальше без помощи грудного молока. Вылезли – благодаря сосанию груди достаточно незаметно и безболезненно - все молочные зубы. Малыш говорит о себе в первом лице (появление в речи местоимения «Я») - что знаменует зарождение нового самосознания. Обычно все это происходит после исполнения ребенку двух лет... Сейчас и будет отлучение от груди **физиологическим, естественным для ребенка и мамы.**

400081 Волгоград  
ул. политрука Тимофеева, дом 5  
Телефон/факс: (8442) 36-26-20  
Адрес электронной почты:  
vospm@votiac.ru



**Кормим грудью!  
Пролонгированное  
грудное  
вскармливание**

Вторая половина прошлого столетия печально ознаменовалась бурным ростом и расцветом индустрии заменителей грудного молока. Параллельно происходило резкое снижение количества кормящих грудью женщин. Всемирная Организация Здравоохранения стала уделять пристальное внимание вопросам грудного вскармливания. Были проведены многочисленные исследования по составу женского молока, собраны материалы о влиянии кормления грудью на всестороннее развитие ребенка. Были опровергнуты многие ложные теории относительно кормления грудью, а также озвучен **минимальный срок продолжительности «грудного» периода в жизни малыша: 2 года и более...**

Слова о том, что после года в женском молоке нет ничего полезного – не более, чем миф. Результаты, опубликованные в научной литературе, говорят об обратном. Жирность грудного молока после года кормления возрастает в 2-3 раза. Количество антител с возрастом ребенка постоянно увеличивается. Содержание иммуноглобулина А, обеспечивающего местную защиту слизистых от вирусных инфекций, возрастает. Повышается уровень веществ, отвечающих за созревание желудочно-кишечного тракта ребенка.

**На протяжении всего второго года жизни 400-500 мл грудного молока обеспечивают 29 % потребности в энергии, 43 % потребности в белке, 36 % потребности в кальции, 75 % потребности в витамине А, 76% потребности в фолатах (производных фолиевой кислоты), 94 % потребности в витамине В12, 60 % потребностей в витамине С** И это только самое начало исследований по составу материнского молока после года!

**В состав молока входят вещества, помогающие дозреть всем функциональным системам организма. Это антистрессовые и болеутоляющие гормоны, антитела, предохраняющие от заболевания, вещества, имеющие морфеподобную структуру и помогающие малышу заснуть, уникальные полиненасыщенные жирные кислоты, регулирующие процессы возбуждения и торможения в центральной нервной системе, способствующие процессу миелинизации (формированию серого вещества) головного мозга и периферической нервной системы). Дети на грудном вскармливании развиваются несколько быстрее, у них лучше развиты артикуляционные мышцы за счет особого типа сосания, и в среднем выше IQ (коэффициент интеллекта).**



**Хотите иметь умного и активного ребенка – кормите грудью до 2 лет и более!**

**Грудное молоко – это чудо природы, рассчитанное на удовлетворение всех потребностей подрастающего организма.**

1. Кормление грудью при засыпании. Как было упомянуто выше, в состав молока входят элементы, помогающие ребенку заснуть и сформировать здоровое отношение ко сну. Это наиболее питательные кормления, так как позднее, более жирное и калорийное молоко, начинает поступать в организм малыша через 10-20 минут после начала сосания, а при засыпании грудь малыш отпускает и позже.

2. Ночные прикладывания. Они необходимы для выработки достаточного количества молока. Полноценная стимуляция гормона «пролактин» на производство нужного малышу объема молока включает в себя не менее 2-3 ночных сосаний.

3. Прикладывания при пробуждении. После сна ребенок как бы заново «рождается» в этот мир. Благополучно перейти границу между сном и бодрствованием также помогает уникальный состав молока.

4. Кормления грудью для ликвидации дискомфортного состояния. Это и боль, испуг, заболевание, непривычный вкус «взрослой» еды, страх темноты, другие тревожные ситуации.

5. Кормление грудью для восполнения телесно-эмоционального контакта с матерью после выхода мамы на работу или недостаточного общения с малышом по иным причинам.

