

Рациональное вскармливание новорожденного ребёнка.

Митрофанова А.В.- зав. отделением патологии
новорожденных и
недоношенных детей №3

Грудное молоко - идеальная пища для детей первого года жизни, уникальный естественный продукт питания, созданный самой природой.

После родов, в первые три-четыре дня, из груди выделяется молозиво (первое грудное молоко, а со второй-третьей недели его сменяет зрелое молоко, состав которого остается сравнительно стабильным на протяжении нескольких месяцев.

Молозиво заслуживает особого внимания, биологическая и питательная ценность которого не имеет себе равных. Усвоение молозива приближается к 100%. Белковый компонент молозива особенно богат иммунными (защитными) факторами. Лечебно-профилактические свойства молозива не уступают питательным свойствам, молозиво одновременно является полезнейшим и ценнейшим продуктом питания, а так же ценнейшим лекарством.

Белки грудного молока отличаются высокой биологической ценностью, легко перевариваются и всасываются, в них представлены все незаменимые аминокислоты. Жировой состав молока в определенной степени зависит от рациона питания самой кормящей матери, продолжительности лактации и некоторых других обстоятельств. Здоровые доношенные дети обычно усваивают около 95% жиров материнского молока (и лишь около 80% жиров искусственных смесей). В грудном молоке присутствует фермент, обеспечивающий переваривание жиров - липаза. Углеводы в грудном молоке представлены преимущественно лактозой (молочным сахаром). Именно она обеспечивает оптимальную для младенцев кислотную среду в кишечнике и препятствует росту в нем патогенных микроорганизмов.

Энергетическая ценность (калорийность) грудного молока полностью обеспечивает потребность новорожденного ребенка в энергии. Присутствующий в грудном молоке комплекс витаминов (за исключением

витамина D) и минеральных веществ обеспечивает новорожденного практически всем необходимым материалом для нормального функционирования его организма при сбалансированном рационе кормящей матери.

Основными критериями эффективности грудного вскармливания являются нормальные показатели прибавки веса и роста, хорошее общее самочувствие и состояние ребенка.

Преимущества грудного молока

Грудное молоко лучше любого другого продукта подходит для вскармливания младенца: оно оптимально по своему составу;

Белки, жиры, минеральные вещества и витамины усваиваются лучше всего при кормлении грудным молоком;

Грудное молоко содержит ферменты, гормоны и другие биологически активные вещества, которые исключительно важны для роста и развития младенца;

Материнское молоко защищает малыша от инфекций и является экологически чистым продуктом питания; его анти - инфекционные свойства обуславливаются особыми иммунными факторами и обеспечивают защиту от ряда болезнетворных бактерий и вирусов;

Вскармливание грудным молоком обеспечивает психологический и физический контакт матери и ребенка;

При кормлении грудным молоком происходит физиологическое заселение стерильного кишечника новорожденного ребенка полезными микроорганизмами;

И наконец - грудное молоко не надо готовить и оно абсолютно бесплатно.

Некоторые правила кормления ребенка

Первая встреча матери с ребенком, первое кормление происходят в родильном доме.

Большинство педиатров считает целесообразным как можно раньше прикладывать ребенка к груди. В некоторых родильных домах созданы специально оборудованные палаты, где мать сразу же после родов находится вместе с новорожденным. Конечно, в этом много

положительного: мать и ребенок быстрее привыкают друг к другу, у матери появляется больше возможностей приобрести с помощью медицинского персонала первые навыки ухода за младенцем.

А учиться надо многому. Прежде всего, надо научиться правильно кормить ребенка. Гигиенические требования просты и легко выполнимы: вымыть руки с мылом, грудь обмыть кипяченой водой и осушить мягким чистым полотенцем. Поза должна быть удобной (сидя или лежа). Ребенка следует держать таким образом, чтобы его головка, лежащая на предплечье матери, не была ни согнута вперед, ни запрокинута. При правильном кормлении ребенок тесно контактирует с матерью.

При этом формируется привязанность ребенка к матери, а также стимулируется лактация.

Сколько времени держать ребенка у груди? Средняя продолжительность кормления — 15 — 20 минут. Если малыш все это время сосет энергично и не отказывается от груди, то молока достаточно. Если он начинает сердиться и капризничать, то, возможно, молока мало — в этом можно убедиться, нажав на сосок: если молоко поступает редкими каплями, приходится докармливать ребенка другой грудью.

Может быть и иначе: молока достаточно, но ребенка сосет вяло, сосательные движения у него слишком редкие и слабые, и потому он просто не успевает насытиться за положенное время. Необходимо подержать такого малыша подольше у груди, не давая ему дремать. Но слишком длительное кормление может и само по себе, утомляя ребенка, снижать его активность. Так что затягивать эту процедуру более, чем на 25-30 минут, не следует.

К тому же не исключен и такой вариант: малышу просто в этот раз меньше хочется есть. Каждый ребенок, как бы он ни был мал, уже индивидуальность, и у него есть свои потребности. Нельзя не учитывать колебаний его аппетита, невозможно обязывать его с точностью механизма поглощать равные объемы пищи через равные промежутки времени.

В последнее время широко используется вскармливание «по требованию» ребенка, когда он сам устанавливает себе режим, кратность и объем питания. Здоровый новорожденный ребенок может прикладываться к груди от 7 до 12 раз в сутки, включая ночные кормления. К концу первого месяца жизни частота кормлений снижается до 6 - 8 раз в сутки.

Свободное вскармливание возможно при следующих основных условиях: ребенок должен быть доношенным, здоровым и питаться исключительно материнским молоком, а мать должна соблюдать режим собственного питания.