

Волшебный ЭЛИКСИР



Грудное вскармливание заложено в природу человека - это важнейший этап развития ребенка, необходимый для его полноценного роста, оптимального физического и психического развития. Организм женщины заранее готовится к кормлению малыша. Еще до родов, примерно с двадцатой недели беременности, появляется молозиво. У некоторых женщин оно выделяется из груди самопроизвольно, это естественный процесс, в этом нет ничего страшного. Если возникают какие – либо беспокойства в связи с этим, необходимо проконсультироваться у врача акушера-гинеколога. Молозиво продолжает выделяться еще несколько дней после родов, постепенно заменяясь молоком. Обычно это заметно по состоянию груди: она набухает и тяжелеет. На третий-пятый день появляется «переходное» молоко, более жидкое, чем молозиво. К концу второй недели жизни ребенка появляется «зрелое» молоко. Количество вырабатываемого молозива у женщин может быть разным – от 10 до 100 мл в день. Но даже нескольких капель хватает только что рожденному малышу. Небольшой объем молозива полностью компенсируется его питательной ценностью – это концентрированный энергоемкий продукт: питательная ценность в первые сутки составляет примерно 1500 ккал/л, затем к пятому дню снижается до 700 ккал/л. У разных женщин химический состав молозива отличается, что объясняется индивидуальными различиями.

Молозиво содержит все необходимые малышу вещества. Оно идеально подходит для новорожденного с первых минут жизни, позволяет мягко перестроиться с внутриутробного питания на внеутробное и легко адаптироваться в новых условиях существования. Лучше всего, если ребенок будет приложен к груди и получит бесценный продукт в родильном зале.

Исследователи, изучающие состав молозива, восхищенно называют его «волшебным эликсиром», сами же мамы нередко недооценивают значимость природного дара для малыша и собственного здоровья. Что же такого волшебного в молозиве и почему для ребенка так важно в первые часы и дни жизни получать именно молозиво?

Молозиво густое и клейкое, ярко жёлтого или оранжевого цвета. Выделяется из груди крупными каплями. Окрашивание в данном случае определяется не жирностью, а обусловлено большим количеством лейкоцитов, антиинфекционных белков, бета – каротином (предшественник витамина А).

Молозиво более питательно, чем «зрелое» молоко. В первый день после родов белка в молозиве примерно в два-три раза больше, чем в «зрелом» молоке и достигает 14%. Белки женского молока отличаются высокой пищевой и биологической ценностью, так как содержат полный

сбалансированный набор всех аминокислот, в том числе и незаменимых. Пищевые белки представлены в основном сывороточными альбуминами, которые легко перевариваются и усваиваются. Помимо пищевых белков, в молозиве содержатся белковые защитные факторы (иммуноглобулины, лактоферрин и другие). Молозиво по сравнению со зрелым молоком содержит меньше жира, лактозы и воды. Содержание жиров в несколько меньше, чем в зрелом молоке.



Антиинфекционные белки-иммуноглобулины – одни из важных составляющих молозива. Можно образно представить, что молозиво для новорожденного малыша – мощнейшая прививка, которая защищает маленький организм от инфекции.

Молозивный компонент лактоферрин, обладает антимикробным, противовоспалительным действием, и помогает усваиваться железу. Бета - казеин-7 помогает легче адаптироваться к новым условиям существования, а также оказывает влияние на развитие нервной системы, помогает развиваться интеллекту, эмоциям, способствует общему психическому становлению.

Молозиво богато олигосахаридами (пребиотиками). Они защищают уязвимый кишечник ребенка от инфекций. С первыми глотками молозива ребенок заселяет желудочно-кишечный тракт бактериями, которые являются хорошими помощниками в пищеварении и защитниками от болезней.

В составе молозива множество витаминов и микроэлементов, причем в количественном отношении их несколько больше, чем в зрелом молоке: в частности, витамина А, который снижает тяжесть любых инфекций у ребенка и витамина Е (больше в 2-3 раза), который способствует развитию нервной системы, мышечной ткани и сетчатки глаз. Также в молозиве содержатся витамины D, Е, витамины группы В, витамин С (аскорбиновая кислота) и другие. Примечательно содержание факторов роста, которые обеспечивают созревание пищеварительной системы, рост различных тканей, интенсивный рост и развитие ребенка. Молозиво предохраняет ребенка от развития аллергии и непереносимости другой пищи, обладает мягким слабительным эффектом – помогает очищению кишечника новорожденного от мекония (стул темного цвета, с которым ребенок уже рождается), помогает выведению излишнего билирубина из кишечника, что предотвращает развитие патологической желтухи. Молозиво способствует формированию нормальной микрофлоры кожи, верхних дыхательных путей, желудочно-кишечного тракта и мочевыводящих путей ребенка, предотвращает заселение кишечника флорой, которая обитает в воздухе, на предметах обихода, руках матери и медицинского персонала родильных домов.

Учитывая уникальный состав молозива, очень важно, чтобы ребенок получал его с первых часов жизни. «Волшебный эликсир» поможет крохе адаптироваться к новым условиям существования, защитит от инфекций, обеспечит правильное физическое и интеллектуальное развитие.

Важно понимать, что молозиво содержит компоненты, которые очень трудно и даже невозможно произвести искусственным путем, так как они вырабатываются только живым организмом.

КАЖДАЯ МАМА ДОЛЖНА ПОДЕЛИТЬСЯ СО СВОИМ МАЛЫШОМ БЕСЦЕННЫМ ДАРОМ ПРИРОДЫ!

Врач-методист Е. В. Ананьина