

تأثیر شیر مادر در تغذیه

فرآیند شیردهی به نوزاد آموزش می دهد که سیکل مغز و بدنش را به گونه ای تنظیم کند که به صورت مناسب غذا بخورد. به این دلیل می بینید افرادی که در سنین کودکی از شیر مادر تغذیه کرده اند، بیشتر به تنظیم غذای خود و اینکه غذای سالم، مناسب و مرتبی در ساعات مناسب مصرف کنند توجه می نمایند. این افراد در وضعیت سلامتی به سر می برند، دچار بیماری نمی شوند و یا بسیار کمتر درگیر بیماری های مختلف می شوند، سیستم ایمنی قوی تری دارند، در برابر عفونت ها مقاوم ترند و احتمال ابتلای آن ها به بیماری های مغزی، قندی و کمتر است

تأثیر شیر مادر برای بیماری های قندی

شیردهی مادر به نوزاد مانع ابتلای کودک به دیابت یا ناراحتی های قندی حتی در سنین بزرگسالی می شود. ضمن اینکه دادن شیر به نوزاد باعث می شود مادرانی که در دوران بارداری دچار قند شده اند، سریع تر قندشان تنظیم شود و به سطح مناسبی از قند در بدن خود برسند. لازم به ذکر است که تغذیه نوزاد شیر مادر از اختلالات و تبدیل شدن **دیابت در بارداری** به دیابت تیپ در سنین

بالاتر نیز جلوگیری می کند

مزایای تغذیه نوزاد از شیر مادر

بهبود خواب مادر و نوزاد
کاهش وزن سریع پس از بارداری
کاهش خونریزی تخمدان و بازگشت به اندازه اولیه
جلوگیری از یائسگی زود رس
پیشگیری از بارداری ناخواسته



بیمارستان فاطمه الزهراء (س) مهریز



شیر مادر، حق برای همه کودکان

شیر مادر

تهیه کننده: فاطمه زارع بیدکی

واحد آموزش به بیمار

منبع: پرستاری داخل جراحی برونر سودارت

خرداد ۱۴۰۲

تغذیه با شیر مادر؛ یک نعمت و هزاران رحمت



انتقال آنتی بادی ها به نوزاد

آنتی بادی و پادتن های لازم از شیر مادر به بدن نوزاد انتقال می یابد. هر مادری که در طول زندگی و دوره بارداری خود در معرض باکتری ها و عفونت ها قرار گرفته باشد، آنتی بادی های علیه این باکتری ها در بدنش تولید شده و طبعاً نوزاد هم نسبت به آن ها حساس تر است. به این ترتیب با شیردهی به نوزاد، مادر می تواند آنتی بادی های لازم و مخصوص خود نوزاد را به او بدهد و به نحوی بدن نوزاد یا شیرخوار را در سال های بعدی عمرش واکسینه کند.

تاثیر شیر مادر در گوارش

شیر مادر در دستگاه گوارش و غشای مخاطی آن پوششی ایجاد می کند که ریسک ابتلا به آسیب ها، ناراحتی ها، کولیت ها و اختلالات روده مختلف را در نوزادان و شیرخواران به مراتب کاهش می دهد.

تاثیر شیر مادر در آلرژی

در شیر مادر و بیشتر از همه در آغوز ایمونوگلوبولین آ یا آنتی بادی آ بسیار بالایی وجود دارد. آغوز به شیری گفته ساعت اول پس از تولد نوزاد به او ۴۸ می شود که مادر در می دهد و به همین خاطر آغوز را برای نوزادان بسیار مفید می دانند. زیرا آنتی بادی آ بسیار بالایی دارد و باعث می شود که نوزاد در برابر عوامل آلرژن و حساسیت زا ایمن شود. در نتیجه ایجاد حساسیت در نوزادانی که از شیر مادر استفاده می کنند بسیار است.

شیر مادر و تغییرات وزنی

دادن شیر مادر باعث می شود که نوزاد و شیرخوار به تدریج افزایش وزن داشته باشد و یکباره دچار چاقی کاذب و افزایش اشتها کاذب نشود. بنابراین باعث می شود کودک رشد مناسبی داشته باشد و در سنین بالاتر نیز دچار افزایش اشتها و چاقی کاذب نشود.

تاثیر شیر مادر در مشکلات مغزی

تغذیه از شیر مادر می تواند از اختلالات و مشکلات مختلف مغزی مانند مننژیت و یا اختلالات کاهش حافظه جلوگیری کند. حتی طی تحقیقاتی که انجام شده است، مشاهده شده نوزادانی که از شیر مادر تغذیه می کنند، نسبت به نوزادانی که از شیر مادر استفاده نکرده اند، به مراتب لز سطح هوشی بالاتری برخوردارند.

