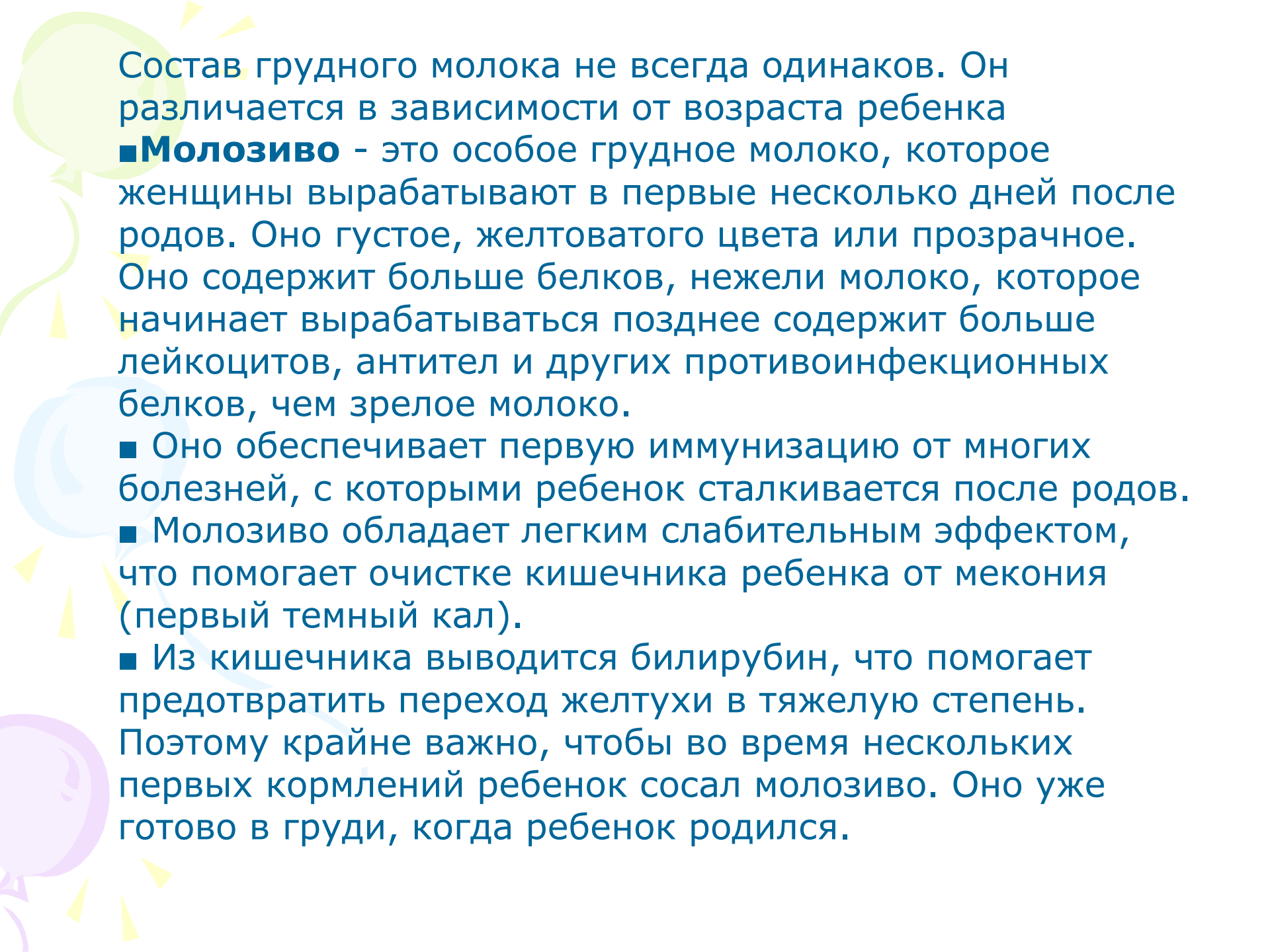


Грудное молоко является уникальным продуктом для питания малыша. Оно максимально полно удовлетворяет потребности ребенка в любом возрасте — при рождении, в том числе при рождении раньше срока, на первом и на втором году жизни. Дело в том, что у грудного молока есть удивительное свойство — его состав меняется в зависимости от потребностей растущего организма!

Важно!

Некоторые биологически активные молекулы, содержащиеся в грудном молоке, являются видоспецифичными, то есть подходят и приносят пользу только вашему малышу.




Состав грудного молока не всегда одинаков. Он различается в зависимости от возраста ребенка

- **Молозиво** - это особое грудное молоко, которое женщины вырабатывают в первые несколько дней после родов. Оно густое, желтоватого цвета или прозрачное. Оно содержит больше белков, нежели молоко, которое начинает вырабатываться позднее содержит больше лейкоцитов, антител и других противомикробных белков, чем зрелое молоко.

- Оно обеспечивает первую иммунизацию от многих болезней, с которыми ребенок сталкивается после родов.

- Молозиво обладает легким слабительным эффектом, что помогает очистке кишечника ребенка от мекония (первый темный кал).

- Из кишечника выводится билирубин, что помогает предотвратить переход желтухи в тяжелую степень. Поэтому крайне важно, чтобы во время нескольких первых кормлений ребенок сосал молозиво. Оно уже готово в груди, когда ребенок родился.



Спустя несколько дней молозиво превращается в **зрелое молоко**. Оно вырабатывается в больших количествах, нежели молозиво, и груди становятся полными, твердыми и тяжелыми. Некоторые люди называют это явление «прибыванием молока».

■ Раннее молоко - это более жидкое молоко, которое вырабатывается в начале кормления. Оно вырабатывается в больших количествах, и в нем содержится много белка, лактозы, воды и других пищевых веществ.


Дети в возрасте до шести месяцев не нуждаются в том, чтобы их поили водой даже в жарком климате.

■ Позднее молоко - это молоко более белого цвета, которое вырабатывается на более позднем этапе кормления. Оно содержит больше жира, чем раннее молоко, и поэтому выглядит белее. Этот жир и есть источник большей части энергии при кормлении грудью, и поэтому важно не отнимать ребенка от груди слишком быстро.



Сравнение грудного молока и молочных смесей

Молочные смеси изготавливаются из различных продуктов, включая животное молоко, сою и растительные масла. Хотя они адаптируются так, что по свойствам приближаются к человеческому молоку, они все же далеки от идеала для детей.



Пищевые вещества в человеческом и животном молоке

Человеческое

Коровье

Козье

Жиры	Жиры	Жиры
Белки	Белки	
Лактоза	Лактоза	Белки
		Лактоза

Белки

Казеин , находящийся в смесях формирует в желудке ребенка густую не перевариваемую творожную массу , а также может вызывать аллергические реакции

В женском молоке содержится казеин, но в меньшем количестве(20-30%), чем в коровьем; он формирует мягкую творожистую массу, которая легче переваривается.

Человеческое молоко содержит больше сывороточных белков (70-80%) которые защищают ребенка от инфекций.

Сахар

Сахар, или *лактоза*, является главным углеводом, содержащимся в молоке β -лактоза женского молока в отличие от α -лактозы молока сельскохозяйственных животных расщепляется в тонкой кишке медленно и почти в неизмененном виде поступает в толстую.

- В толстой кишке этот дисахарид создает слабокислую среду (рН 5-5,5), что губительно действует на гнилостные бактерии, способствуя росту физиологической бифидум-*i* флоры.



Жиры

В молоке кормящих женщин регистрируется высокое содержание полиненасыщенных жирных кислот. Соотношение их оптимально: омега-6 к омега-3 составляет от 7:1 до 10:1. Они являются компонентом биомембран, участвуют в миелинизации нервных волокон, формировании сетчатки глаза.