**Грудное вскармливание и его значение для развития ребенка.**В грудном вскармливании заложены основы формирования организма человека со свойственными только ему особенностями развития, спецификой функционирования органов и систем. Лишение ребенка материнского молока не может не сказаться на характеристиках и итогах его развития, уменьшая в них долю «специфически-человеческого» компонента и увеличивая долю биологии развития тех видов, молоком которых он вскармливается (коровье, козье и другие виды).
Необходимо знать, что «грудное вскармливание — это естественный физиологический процесс, который, наряду с беременностью, является непременной составной частью репродуктивного цикла млекопитающих и имеет большое значение, как для ребенка, так и для матери.

Почему же у нас в стране лишь 10-15% малышей до 3-месячного возраста обеспечены материнским молоком? А детей, получающих грудь матери до 1 года, и того меньше — всего 5%. Несколько лучше обстоит дело в сельской местности. Там женщины, не избалованные цивилизацией, используют грудь по ее прямому назначению и кормят детей до года и дольше, ориентируясь только на желание ребенка и состояние лактации. Однако даже столь низкий процент грудного вскармливания продолжает падать, несмотря на принятую в России с 1997 года международную программу по поддержке грудного вскармливания, разработанную ЮНИСЕФ (Детский фонд Организации Объединенных Наций)..

Кормление грудью необходимо не только малышу, но и его маме. Значение грудного вскармливания для матери заключается в том, что во время сосания происходит стимулирование нервных окончаний соска, что ведет к выработке гормонов пролактина и окситоцина. Пролактин называют еще гормоном материнства, так как он повышает у молодой женщины чувство любви и нежности к ребенку. Окситоцин сокращает мышечные волокна вокруг долек молочной железы и выталкивает молоко в протоки, откуда оно впрыскивается ребенку в рот, кроме того, он способствует сокращению матки, позволяет быстрее восстановить былую стройность, служит естественным противозачаточным средством. Женщины, кормящие детей грудью, значительно реже подвергаются такому тяжелому заболеванию, как рак молочной железы, имеющему тенденцию к распространению.

Более охотно и длительно кормят грудью те женщины, чьи мужья понимают и ценят важность естественного вскармливания и всячески поддерживают их. Поэтому разъяснительную работу следует проводить не только среди будущих мам. Рассказывать о пользе грудного молока для ребенка обязательно нужно и отцам. Главное — еще до родов осознать преимущества и значение грудного вскармливания, создать установку на кормление грудью, полноценно питаться, иметь время для хорошего отдыха и выполнять простые правила, стимулирующие лактацию. Кормление грудью — самое простое и естественное дело на свете. Каждая здоровая женщина, зная о значении грудного вскармливания для новорожденного ребенка, может и должна обеспечить материнским молоком своего малыша.

Состав грудного молока женщины непостоянен и зависит от возраста ребенка и периода лактации. Так, в первые дни после рождения, когда новорожденный еще слаб, а его желудок очень мал, организм матери вырабатывает молозиво, в котором повышено содержание белка, витаминов, минеральных веществ, иммунных тел и других защитных факторов, оберегающих ребенка от заболеваний. Молозиво по физико-химическим свойствам близко к тканям новорожденного, поэтому легко усваивается организмом. Польза кормления грудным молоком даже в первые дни так высока, что даже тех 10-20 мл, получаемых младенцем за один прием, достаточно для обеспечения его жизнедеятельности. По мере роста ребенка изменяется состав грудного молока, и к 15-му дню оно становится зрелым, приобретая постоянное содержание. Особенно высока польза грудного молока для недоношенного ребенка. Доказано, что после преждевременных родов в материнском молоке концентрация белка, полиненасыщенных жирных кислот (ПНЖК) и защитных факторов выше, что обеспечивает недоношенному ребенку благоприятные условия для интенсивного роста и развития. А чем полезно грудное молоко при угасании лактации? Оказывается, в этот период в молоке значительно повышается содержание иммунологически активных веществ, обеспечивающих ребенку защиту от инфекционных заболеваний. Как будто мать перед отлучением малыша от груди неосознанно желает поделиться с ним своим иммунитетом, пока он не выработает свой собственный. Как тут не восхититься мудростью природы, предусмотревшей решения на все случаи жизни! Последние исследования американских ученых убедительно доказывают, в чем польза грудного молока: оказывается, дети, находившиеся на грудном вскармливании, в умственном развитии намного опережают своих сверстников, вскормленных искусственными смесями. Дело не только в том, что физико-химический состав материнского молока благотворно действует на мозг ребенка, но и в том, что тесный контакт с матерью во время кормления создает атмосферу любви и заботы, способствующую психическому и физическому здоровью. Грудное молоко настолько полезно для ребенка, что с древних пор оно считается не только эликсиром здоровья, но и эликсиром интеллекта. Специалисты в области детского питания говорят также, что от способа вскармливания ребенка в раннем детстве зависит не только степень его умственного развития, но и продолжительность жизни. Эта зависимость лежит в основе программы пищевого поведения, которая формируется с момента рождения ребенка и сопровождает его на протяжении всей жизни. У ребенка, вскормленного молоком матери, программа правильного пищевого поведения закладывается с первых дней. Поэтому, вырастая, он менее подвержен атеросклерозу, а следовательно, инфаркту миокарда, мозговому инсульту и другим тяжелым заболеваниям.

Что входит в состав грудного молока, и какими оно обладает свойствами? Белок женского молока состоит преимущественно из сывороточных альбуминов и глобулинов, которые участвуют в выработке иммунитета и содержат незаменимые аминокислоты. Кроме того, альбумины женского молока мелкодисперсны, поэтому легко перевариваются и не требуют большого количества пищеварительных соков. Казеина в женском молоке в 10 раз меньше, чем в коровьем. А его маленькие частички образуют нежные хлопья в желудке ребенка, в то время как грубый белок коровьего молока створаживается более крупными и плотными хлопьями.

Аминокислотный состав женского молока уникален и обеспечивает организм ребенка жизненно важными веществами.

В жире женского молока преобладают полиненасыщенные жирные кислоты (в 2 раза больше, чем в коровьем молоке), необходимые для развития мозга и нервных волокон, а фосфолипиды способствуют выработке желчи и активному всасыванию жиров в кишечнике. ребенка.

 Углеводы материнского молока представлены в основном молочным сахаром — лактозой, которая расщепляется в тонком кишечнике, а небольшая ее часть в нерасщепленном виде поступает в толстый кишечник и подавляет там патогенную флору.

Минеральных веществ в женском молоке хотя и меньше, чем в коровьем, но они находятся в легко усвояемой форме.

В женском молоке содержится 19 ферментов, облегчающих переваривание и усвоение основных питательных веществ на фоне пониженной секреции собственных пищеварительных ферментов ребенка.

С грудным молоком ребенок получает от матери целый комплекс иммунных тел и защитных компонентов.

В химический состав грудного молока входят вещества, регулирующие процессы роста и развития младенца, так называемые факторы роста эпидермиса, нервной ткани, инсулиноподобный фактор роста и др. Многочисленные гормоны материнского молока помогают ребенку адаптироваться к окружающей действительности.

Врач педиатр ГУЗ «Липецкая РБ» Е.В.Мартынова