

# ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ



ГБУЗ НО НОЦОЗМП  
ПОКОЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ

## Польза грудного вскармливания для матери:

1. Повышение выработки окситоцина, что ускоряет процесс восстановления организма после родов;
2. Повышение устойчивости мамы к стрессам, снижение послеродовой депрессии;
3. Снижение риска появления рака молочной железы и яичников;
4. Снижение риска развития остеопороза и переломов костей в постменопаузе;
5. Снижение риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и диабета.



## Польза для ребёнка:

1. Обеспечение защиты от инфекционных заболеваний;
2. Стимуляция моторики и созревания функций желудочно-кишечного тракта;
3. Формирование здоровой микрофлоры кишечника;
4. Снижение вероятности формирования неправильного прикуса;
5. Снижение частоты острых респираторных заболеваний



## Грудное молоко:

- ✓ Идеальная пища для младенцев - оно является безопасным, безвредным и содержит антитела, которые помогают защитить от многих распространенных детских болезней;
- ✓ Источник всей необходимой энергии и питательных веществ в первые месяцы жизни.



- Дети, находящиеся на грудном вскармливании, лучше справляются с тестами на интеллект, реже страдают избыточным весом или ожирением и менее склонны к диабету в более позднем возрасте. У женщин, которые кормят грудью, также снижается риск появления рака груди и яичников

