

Вигодовування дітей першого року життя



Підготувала:
студентка 3-Ма групи
Месєвра В.

Харчування дитини на першому році життя називається **«ВИГОДОВУВАННЯ»**.

Вигодовування забезпечує адаптацію малюка до зовнішнього світу і визначає ріст і розвиток дитячого організму.

Існує 3 основних види вигодовування:

- Природне = натуральне
= грудне;
- штучне; .
- змішане.

Звідси випливає
**основна вимога до
раціонального харчування**

— кількість і якість
прийнятої їжі повинні
відповідати потребам
організму.



Принципи природного вигодовування

Збалансованість харчування;
- вікова адекватність;
- оптимальність;
- поступовість;
- індивідуальність;
повноцінність якості харчових
продуктів.



Природним називається таке вигодовування, коли дитина на першому році життя отримує тільки материнське молоко.



Сучасне ведення грудного вигодовування на різних етапах лактації:

1 етап - допомога вагітній жінці у підготовці до майбутньої лактації (недопустима обробка сосків спиртом, носіння бюстгалтера з простої тканини).

2 етап – організація природного вигодовування в пологовому закладі (протягом перших 30 хв контакт “шкіра до шкіри”, спільне перебування матері і дитини в стаціонарі і годування за вимогою).

3 етап – організація грудного вигодовування в дитячій клініці (заборона реклами сумішей, підтримка мами родичами, мама повинна гуляти на свіжому повітрі).



Переваги природного грудного вигодовування:

1. Економія
2. Жіноче молоко завжди стерильне й потрібної температури.
3. Грудне молоко містить поживні речовини, необхідні дитині.
4. Харчова цінність.
5. Захисна роль жіночого молока.
6. Значна роль в профілактиці харчової алергії.
7. Регуляторна роль жіночого молока – наявність в ньому різних гормонів, ферментів, ростових факторів.



Склад жіночого молока:

- 1) Молозиво – до 2 дня лактації.
- 2) Перехідне молоко – до 14 – 20 дня лактації.
- 3) Зріле молоко



Прикорм — це продукти харчування, які вводяться в доповнення до грудного молока дитині 1 року життя.

Ознаки готовності дитини до введення прикорму:

1. Дитина тримає голову.
2. Сидить практично без підтримки.
3. Відкриває рот коли підносять ложку з їжею.
4. Відвертається від ложки з їжею коли не голодна.
5. Закриває рот з ложкою в роті, тримає їжу в роті, а потім ковтає і не випльовує.



Правила введення прикорму:

1. Вводиться перед годуванням грудьми.
2. Вводимо поступово, починаючи з малих доз і збільшуємо за 10 – 15 днів до потрібної кількості.
3. Не вводимо одночасно 2 нових вида прикорму.
4. Страви прикорму повинні бути гомогенними і не викликати труднощів при ковтанні.
5. З віком переходити до більш густої, а пізніше і до більш щільної їжі.



Штучне вигодовування – це харчування дитини грудного віку, при якому дитина зовсім не отримує жіночого молока, основним продуктом харчування є суміші.



Класифікація штучних сумішей:

1. Прості (неадаптовані):

- Солодкі – молоко та його розведення
- Кисло - молочні – кефір та його розведення

2. Адаптовані:

- Солодкі (Малютка, Малиш, Нан, Нестожен)
- Кисло – молочні (Ацидофільна малютка, Кисломолочний Нан)

3. Лікувальні



Неадаптовані		Адаптовані	
Солодкі	Кислі	Солодкі	Кислі
№2 (Б)	Б-кефір	“Малютка”	Ацидофільна “Малютка”
№3 (В)	В-кефір	“Малюк”	Ацидофільний “Біфілін”
Цільне молоко	Ацидофільне молоко	“Віталакт”	“Біфілін”
“Кріпиш”	“Біолакт”	“Детолакт”	Ацидофільний “Малюк”
“Здоров'я”	“Мацоні”	“Лінолак”	Ацидофільний “Віталакт”
	“Балдирган”	“Рути”	
	“Наріне” та ін.	“Пілті” та ін.	

Правила штучного вигодовування:

1. Ретельне і точне виконання техніки приготування сумішей.
2. Кількість молочних сумішей залежить від маси тіла дитини.
3. Не використовувати суміш, якщо минуло понад 40 хвилин з моменту її приготування.
4. При годуванні з пляшки через соску слід забезпечити витікання молока краплями.
5. Дно пляшечки треба припідняти для попередження попадання в шлунок повітря.



Змішане вигодовування

— це вигодовування дітей грудним молоком і сумішами.

Види:

- **Наближене до природнього** - це таке вигодовування дітей грудного віку грудним молоком та штучними сумішами, коли співвідношення між ними у добовому раціоні харчування дитини складає **2:1**.
- **Наближене до штучного** - це таке вигодовування дітей грудного віку грудним молоком та штучними сумішами, коли співвідношення між ними у добовому раціоні харчування дитини складає **1:2**.



Причиною догодовування є:

1. Нестача молока (гіпогалактія) у матері.
2. Вихід матері на роботу, коли не вистачає зцідженого молока.
3. Тяжка фізична праця, систематичне недоїдання матері.
4. Небажання, зі сторони матері, грудного вигодовування, так як на це затрачається досить багато часу.
5. Материнське молоко низького гатунку (низької якості), що зустрічається дуже рідко.
6. Захворювання матері, при яких не має підстав для відлучення дитини від грудей, але є необхідність зменшити кількість годувань.
7. Спадкова патологія, зі сторони дитячого організму, пов'язана з непереносимістю молочного цукру або його складових частин, амінокислот тощо.

Види гіпогалактій :

ПЕРВИННА ГІПОГАЛАКТІЯ:

- зустрічається рідко;
- внаслідок нейрогуморальних порушень в організмі матері ;
- недорозвиток молочних залоз;
- внаслідок перенесених запальних захворювань молочних залоз.

ВТОРИННА ГІПОГАЛАКТІЯ:

- рання – на 2-3-му тижні життя дитини;
- пізня – на 4-му тижні життя дитини і пізніше;
- внаслідок недотримання режиму дня під час вагітності та в післяпологовий період, неправильного харчування;
- внаслідок неправильного догляду за молочними залозами (тріщини, ерозії, мастит) та ін.


СТУПЕНІ ГІПОГАЛАКТІЇ:

- I ступінь – дефіцит молока до 25%
- II ступінь – дефіцит молока до 50%
- III ступінь – дефіцит молока до 75%
- IV ступінь – дефіцит молока понад 75%.

ПРОФІЛАКТИКА ГІПОГАЛАКТІЇ МАТЕРІ:

1. Допологова підготовка.
2. Раннє прикладання до грудей.
3. Раціональне харчування мами.
4. Достатній сон.
5. Достатнє перебування на свіжому повітрі.
6. Психо-емоційний спокій жінки.
7. Вигодовування за вимогою дитини.





**Дякую
за увагу!**

