

Значение и состав грудного , молозиво молока.

**Выполнила : Ходжаева Ф
4курс ОМ**

План

- Значение грудного и молозиво молока
- Состав грудного молока
- Факторы влияющие на изменение качество молока
- Состав молозиво молока
- Польза грудного молока
- Список литературы

Значение грудного и молочного молока

- Грудное молоко — уникальный продукт детского питания. Сегодня еще не придумали ни одного аналога, соответствующего ему в полной мере, ведь его состав утвердила сама природа. Только эта пища удовлетворяет потребности грудных младенцев на все 100%. Состав природного продукта насчитывает до 500 необходимых малышу веществ, многие из них создать искусственно невозможно. Организм матери начинает работать над созданием продукта питания ещё до прихода в этот мир нового человека.
- Появлению молока в молочных железах женщины обязаны гормону пролактину, который и отвечает за его выделение. Основа грудного молока — лимфа и кровь, куда из организма попадают питательные вещества, видоизмененные в процессе пищеварения.

Состав грудного молока

- Молоко у каждой женщины уникально, как и она сама, но набор компонентов этого продукта у всех кормящих мам одинаков. Состав грудного молока:
- Биологически активная вода (88%) – основной компонент, прекрасно усваиваемый грудничком. Если малыш полностью на грудном вскармливании, то дополнительно поить водой его не нужно;
- Углеводы (7%) представлены в виде лактозы (молочного сахара), ускоряющей развитие мозга и нервной системы, способствующей полноценному усвоению железа и кальция и бифидум-фактора с противогрибковым и антибактериальным эффектом, нормализующим работу кишечника;
- Жиры (4%) – источник силы малыша: благодаря им укрепляется иммунитет и формируется полноценная ЦНС. В составе жиров – холестерин (для выработки витамина D), желчь и главные гормоны. Баланс жиров и углеводов в материнском молоке идеален для растущего младенца;
- Белки (1%) – основа роста грудничка, быстро набирающего вес. В их составе сывороточный белок, таурин (для развития ЦНС и мозга), лактоферрин (источник железа), нуклеотиды (стройматериал для ДНК), лактаза (для расщепления лактозы), липаза (для полного усвоения жиров);
- Оставшиеся компоненты (0,2%) — железо, витамины, минералы, 20 видов гормонов (факторов роста), антитела, лейкоциты (защита иммунной системы).

Состав грудного молока

Рис. 2 Состав грудного молока



из Lawrence R. *Breastfeeding: A guide for the medical profession*, 4th ed.
St. Louis: Mosby-Year Book, Inc. 1994



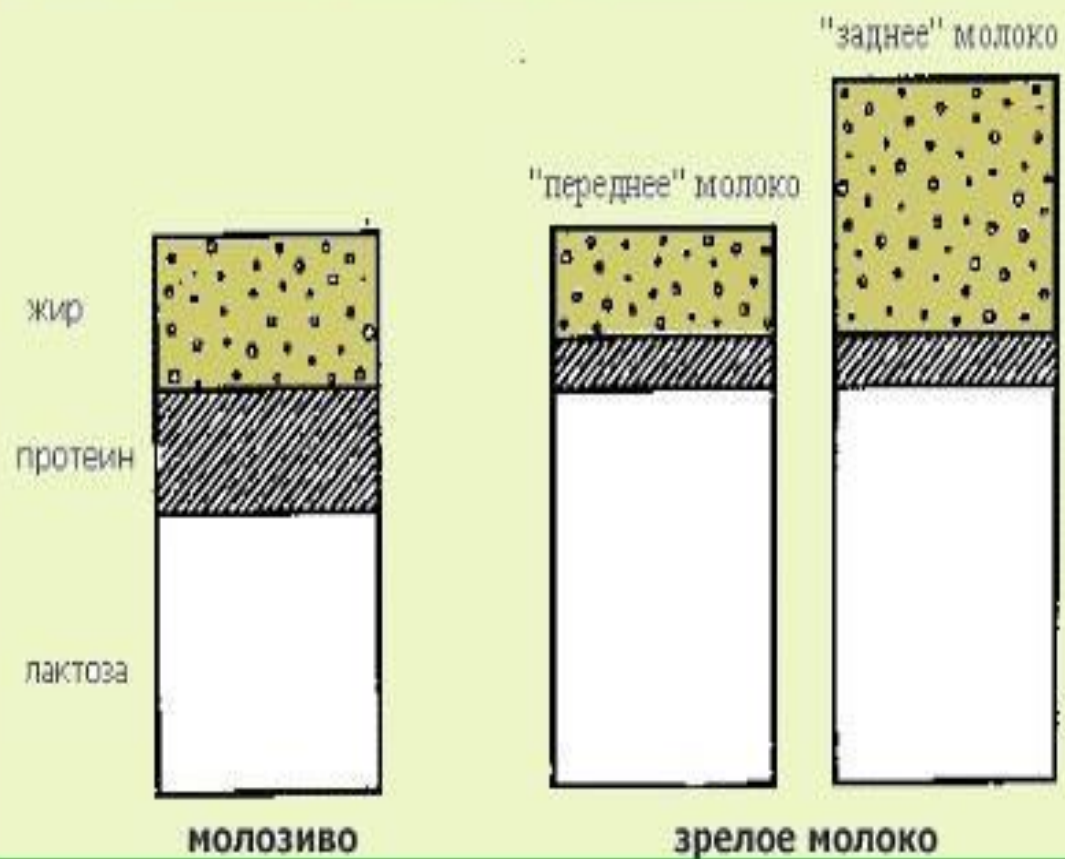
Факторы влияющие на изменение качество молока

- Качество грудного молока у кормящей мамы непостоянно, его состав может меняться под влиянием многих факторов:
- Времени суток – днем более густое, чем ночью.
- Погоды – на жаре молоко жидкое, на холоде – густеет.
- Здоровье мамы – при ослабленном иммунитете, приеме лекарственных препаратов состав у продукта другой.
- Активность малыша – сначала молочко жидкое (вместо воды), при интенсивном сосании оно густеет и жирнеет.
- У матери, выкармливающей двойняшек, молочная пища может быть разной по составу, ведь ее надо приспособить к потребностям каждого малыша.
- Объем и качество молока во многом зависит от здоровья кормящей матери, полноценного питания, режима сна и отдыха, приема лекарств, вредных привычек (никотин, алкоголь).

Состав молозиво молока

- Молозиво – густая клейкая желтоватая жидкость вырабатывается в небольшом количестве в первые 4 дня. Его состав близок к сыворотке крови младенца – значительное количество белков, лейкоцитов, витаминов, иммуноглобулина, солей. Способствует быстрой адаптации новорожденного к новому способу питания. Поэтому так важно прикладывать ребенка к груди в первые часы после родов. Если малыш родился недоношенным, мамино молоко в течение 2-х недель близко по составу к молозиву, так как именно такая пища нужна крохе в этот период
- Переходное молоко вырабатывается в первые 2-3 недели. По составу оно более питательное и менее белковое, приспособленное к растущему организму и новым продуктам.

- Зрелое молоко появляется с третьей недели. Оно более жирное и водянистое. Белка с возрастом вырабатывается все меньше, в составе зрелого молока – в основном жирные кислоты, которые отвечают за нормальную работу мозга. В норме у женщины вырабатывается зрелого грудного молока до 1,5 л в сутки. Различают переднее и заднее зрелое молоко:
- Переднее — синеватое и жидкое – выделяется в первые минуты кормления, в его составе углеводы, соли и вода, служит для утоления жажды.
- Заднее – желтоватое и густое – полноценная пища младенца.



Состав молозива и грудного молока



	БЕЛКИ (Г/Л)	ЖИРЫ (Г/Л)	УГЛЕВОДЫ (Г/Л)
МОЛОЗИВО	80	28	40-53
ПЕРЕХОДНОЕ	23	29	57-66
ЗРЕЛОЕ	14	33	73-75

Польза грудного молока

- Грудное молоко уникально не только по своему составу, но и по своим свойствам. Для малыша питание из маминой груди – это активное умственное развитие, нормальное пищеварение, укрепление иммунитета, профилактика пневмонии, сахарного диабета, ожирения, аллергии, атеросклероза, диареи и многих других опасных болезней.
- Материнское молоко – прекрасный антидепрессант и для самой кормилицы. Здесь речь идет не о продукте питания, а о пользе процессов его образования и кормления, развивающих материнский инстинкт и нежные чувства к ребенку. По заявлению шведских ученых, альфа-лактальбумин в составе грудного молока способен успешно бороться с 40 видами рака.

Грудное вскармливание способно повышать ответ иммунной системы при проведении вакцинаций. Молоко формирует защитные силы малыша, защищая от аллергии, инфекции. Наличие в нем стволовых клеток обеспечивает регенерацию и защиту, как источник антител, устойчивый даже к болезням, которые малыш мог бы получить от матери. Антибактериальные свойства молока могут применяться для лечения насморка у малыша, закапывании глаз при конъюнктивите или заживления трещин на сосках у кормящей мамы. Для младенца грудное молоко – не просто еда, ему важен сам ритуал общения с мамой: возможность успокоиться, избавиться от недомоганий, страхов, сладко уснуть. В грудном кормлении можно увидеть и экономическую выгоду: материнское молоко всегда пригодно к употреблению, его не надо готовить, у него нет срока годности. Бесценное молоко бесплатное, для семейного бюджета молодой семьи экономия на смесях существенная.

Список литературы:

- <http://razvitie-krohi.ru/kormlenie-grudyu/sostav-i-poleznye-svoystva-grudnogo-moloka.html>
- <https://mama.guru/grudnoe-vskarmlivanie/sostav-grudnogo-moloka-i-moloziva.html>
- Гнатюк, А.И. Питание при заболеваниях почек у детей; К.: Здоровье - Москва, **2012**. - **859** с.
- 12. Евдокимова Т. А., Тимошина Е. Л., Камалтынова Е. М., Бушмелева Л. П. Питание детей первого года жизни; Феникс - Москва, **2011**. - 192 с