

## ➤ О лактации

### Грудное вскармливание имеет следующее значение для ребёнка и мамы:

#### Для ребёнка:

- Содержит все питательные вещества, необходимые для ребёнка (белки, жиры, углеводы, витамины, микроэлементы).
- Защищает ребёнка от инфекции. Дети, вскармливаемые грудью, реже болеют кишечными и острыми респираторными инфекциями.
- Имеет более высокий шанс иметь в будущем больший интеллектуальный коэффициент, чем искусственно вскормленные дети.
- Вещества грудного молока, воздействуя на гены, могут изменять их действие и в ряде случаев препятствовать развитию заболеваний при наличии генетической предрасположенности к ним.
- Создаёт атмосферу любви и защищённости, идеально подходящую для полноценного развития психики ребёнка.

#### Для матери:

- Способствует сокращению матки и уменьшению риска послеродовых кровотечений.
- Помогает снизить вес, набранный за время беременности.
- Снижает риск развития рака молочной железы и яичников, остеопороза в более старшем возрасте.
- Нормализует эмоциональный фон и снижает тревожность матери.