

Почему грудное вскармливание – наилучший вариант?

Существует множество аргументов в пользу кормления ребенка грудью:

- Грудное молоко – наилучшее питание для вашего ребенка в первый год его жизни. Это единственное питание, которое требуется ему в первые полгода. Грудное молоко меняет свой состав соответственно потребностям растущего ребенка; искусственное молоко не меняется.
- Дети, которых кормят грудным молоком, реже страдают от ушных инфекций, простуды, гриппа, поноса и запоров. Если они все же заболевают, болезнь обычно проходит легче и быстрее.
- Грудное молоко всегда свежее и нужной температуры; не нужно мыть бутылки и готовить смеси. Ночное кормление проходит спокойнее.
- Грудное вскармливание способствует развитию мозга ребенка и может улучшить показатели его умственного развития.
- Грудное вскармливание создает особую связь между вами и ребенком.
- Грудное вскармливание помогает вашему организму восстановить тот вес, который был у вас до беременности, и снижает риск заболевания некоторыми видами рака груди и яичников.
- Оно совершенно бесплатное!

Если у вас возникли вопросы по поводу грудного вскармливания, обратитесь к врачу, медсестре, акушерке, сотрудникам WIC, к знакомой кормящей матери, или же позвоните в лигу La Leche (группа поддержки для кормящих матерей).

Кормящие матери, участвующие в Программе питания (Nutrition Program) ассоциации WIC (Женщины, младенцы и дети) получают ежемесячное дополнительное питание – рыбные консервы, свежую морковь и т.д., помимо прочих продуктов. Чтобы узнать, имеете ли вы такие льготы, звоните в Службу здоровья семьи (Family Health Hotline) по телефону **1-800-322-2588**. Имеется русский переводчик.

