

### **СОВРЕМЕННЫЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О ГРУДНОМ ВСКАРМЛИВАНИИ**

За последнее десятилетие в Республике Казахстан разработана и активно внедряется концепция охраны и поддержки грудного вскармливания на всех этапах оказания медицинской помощи матери и ребенку. В рамках реализации государственной программы развития здравоохранения «Саламатты Казахстан», Правительством было принято постановление о Стратегическом Плате Министерства Здравоохранения РК на 2011-2015 годы, где одним из приоритетных направлений является улучшение здоровья матери и ребенка и увеличение доли детей в возрасте до 6-ти месяцев, находящихся на исключительно на грудном вскармливании.

Важнейшая роль в пропаганде грудного вскармливания принадлежит участковым врачам-педиатрам и медицинским сестрам, которые должны активно поощрять семейную и социальную поддержку грудного вскармливания, обеспечивать родителей полной информацией о его всестороннем положительном влиянии на организм ребенка и преимуществах перед детскими смесями. С целью улучшения работы звена ПМСП, усилен блок ИВБДВ «Уход за детьми раннего возраста: питание, развитие, оценка физического развития», обновлена и внедрена карта ребенка (Ф-112у) для амбулаторного наблюдения.

При детских поликлиниках организован кабинет здорового ребенка (КЗР) для осуществления профилактической работы с детьми раннего возраста. Одним из важнейших разделов в работе КЗР является борьба за грудное вскармливание, консультирование и обучение матери правилам успешного грудного вскармливания.

Женское молоко содержит оптимальный и сбалансированный уровень пищевых веществ, широкий спектр витаминов, микроэлементов, биологически активных веществ (таурин, простагландин, медиаторы), защитных факторов (ферментов, гормонов, иммуноглобулинов, лактоферрина и др.), что благоприятно влияет на развитие нормальной флоры кишечника (бифидумфлору) и обеспечивает защиту от инфекций и аллергии. Также, к числу неоспоримых достоинств грудного молока относится его стерильность, низкая осмолярность и оптимальная температура. [1]

Материнское молоко полностью соответствует особенностям метаболизма ребенка и оказывает положительное влияние на его рост, развитие, иммунологическую резистентность, интеллектуальный потенциал и представляет собой поистине «золотой стандарт» питания, предназначенный самой природой для вскармливания детей первого года жизни [2].

Потребность ребенка в пищевых компонентах в течение первого года жизни изменяется: детям первых 3 месяцев жизни необходимо белка 2,2 г/кг, в последующие 3 месяца - 2,6 г/кг и во 2-ом полугодии - 2,9 г/кг массы тела ребенка. Рекомендуемая норма жира в 1-ом полугодии составляет 6,5 г/кг и снижается до 5,5 г/кг массы тела во 2-ом полугодии. Потребность в углеводах в течение первого года жизни практически не меняется и составляет 13-14 г/кг массы тела ребенка. Потребность в энергии в течение 1-ого полугодия жизни равна 115, а 2-ого полугодия - 110 ккал на кг массы тела ребенка. Рекомендуемые нормы потребности детей в минеральных веществах и витаминах утверждены только в отношении 6 минеральных веществ (кальций, фосфор, натрий, железо, цинк, йод) и 10 витаминов (3 - жирорастворимых: А, Е и D и 7 - водорастворимых: С, В1, В2, В6, РР, В12, фолиевая кислота). [3]

В соответствии с глобальной стратегией ВОЗ/ЮНИСЕФ по вскармливанию детей грудного и раннего возраста, первое прикладывание ребенка к груди рекомендуется осуществлять в первые 30 минут после родов с учетом состояния новорожденного и роженицы. Раннее прикладывание к груди играет важную роль в становлении лактации и положительно сказывается на состоянии и матери, и ребенка. Важно подчеркнуть, что первые порции материнского молока (молозиво) содержат значительные количества иммуноглобулинов и других защитных факторов, необходимых для повышения устойчивости младенца к инфекциям. [4]

Вторым ключевым моментом является кормление ребенка грудью по требованию, без ночных интервалов, что предотвращает допаивание детей водой. Новорожденного ребенка можно прикладывать к груди до 10-12 раз в сутки. Длительность кормления может составлять 15-20 минут и более. К концу первого месяца жизни частота кормления обычно снижается (до 7-8 раз), а длительность кормления уменьшается. Недопустимо применение сосок, рожков и «пустышек», так как это приводит к ослаблению сосания и, соответственно, к снижению выработки пролактина. [5]

Важное значение имеет правильная техника кормления грудью. Во время кормления грудью возникает не прекращающаяся биологическая и эмоциональная связь ребенка с матерью, глубокий духовный контакт, формируется привязанность друг к другу, которая сохраняется в течении всей жизни. Кормить следует в удобной для матери позе и в спокойной обстановке. Первые 2-3 капли молока лучше сцедить, затем нужно прикоснуться соском к губам ребенка для стимуляции рефлекса захватывания, рукой приподнять грудь, придерживая ее между большим пальцем и остальными (грудь лежит на ладони) и направить сосок ребенку. Мать должна следить, чтобы малыш вместе с соском захватывал и околососковый кружок, что предупреждает заглатывание воздуха ребенком и возникновение трещин кожи сосков. Можно поддерживать ребенка за спину и плечи, но не за затылок. Его голова должна свободно слегка откидываться назад. [6]

Также, во время кормления грудью происходит дополнительная гормональная стимуляция пролактина, стимулирующего выработку молока и окситоцина, способствующего выделению молока из груди, что особенно важно при становлении лактации не только в первые дни и недели после родов, но и при временном уменьшении лактации, в связи с так называемыми лактационными кризисами на 3-6 неделе, 3, 4, 7 и 8 месяце лактации [7].

В связи с этим, одной из важнейших задач участкового врача-педиатра и участковой медсестры детских поликлиник по поддержке грудного вскармливания является инструктаж матери о возможности возникновения лактационных кризисов и, что своевременное увеличение частоты прикладывания к груди успешно увеличивает объем лактации.

В случае подтверждения снижения лактации необходимо срочно провести комплекс мероприятий по стимуляции лактации, включая оптимизацию режима дня рационализацию питания матери с использованием специализированных продуктов [8], лактогенных напитков и назначение физиотерапевтических процедур.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1 Абольян Л. В., Н. З. Зубкова. Современные подходы к грудному вскармливанию ребенка // Лечащий врач. - 2005. - N 1. - С. 30-33
- 2 Н.А. Белоусова. Материнское молоко – «золотой стандарт» питания младенца // Педиатрия. - №1.-2010.- С.5-9.
- 3 Конь И.Я., Сорвачева Т.И., Фатеева Е.М. и соавт. Современные принципы и методы вскармливания детей первого года жизни (методические рекомендации № 225).– М., 2001. – 47 с.
- 4 В. А. Тутельян, И. Я. Конь. Руководство по детскому питанию// Москва: МИА, 2004.- 661 с.
- 5 О.А.Горячева. Особенности питания ребенка первого года жизни. / Ж: РМЖ, 2008.-N 25.-С.1672-1676.
- 6 О.В.Гончарова. Образовательные программы по вскармливанию малышей первого года жизни// Ж: Педиатрия.-2010.- №2.-С.7-14
- 7 Л.И. Ильенко, А.Ю. Костенко и др. О путях коррекции гипогалактии у кормящих матерей/ :Педиатрия. -2010.-Т. 89, № 1
- 8 Гмошинская М.В., Фатеева Е.М., Шилина Н.М. и др. Использование специализированных продуктов в питании беременных и кормящих женщин. Вопр. дет. диетол. 2004; 2 (1): 7–10.

**И.З. МАМБЕТОВА, А.Б. СМАГУЛОВА, Г.Н. ШАКУОВА,  
К.М. ЖУМАГАЛИЕВА, Г.С.ЛАУБАЕВА  
БАЛАЛАРДЫ ЕМШЕКПЕН ЕМІЗУ**

**Түйін:** Ана сүті баланың метаболизм ерекшеліктеріне толық сәйкес келеді және оның физикалық дамуына, бойына, иммунологиялық резистенттілігіне, жеке -психикалық дамуына оң әсер көрсетеді. Емшекпен емізуді насихаттауда маңызды орын аймақтық дәрігер-педиатрларға және медбикелерге беріледі.

**I.Z. MAMBETOVA, A.B. SMAGULOVA, G. N. SHAKUOVA,  
K.M. ZHUMAGALIYEVA, G. S. LAUBAYEVA  
CHEST FEEDING OF CHILDREN**

**Resume:** Chest milk completely conforms to features of a metabolism of the child and renders positive influence on growth, physical progress, immunological resistance, a mental potential, psychological progress of the child. The major object in propagation of chest feeding belongs to local doctors-pediatrists and hospital sisters.