



شیرمادر تامین کننده زیربنای سلامت فرزندان می باشد

آموزش اصول و تکنیک های صحیح شیردهی به مادران موجب کاهش بروز مشکلات شیردهی و تدام آن خواهد شد.

به گزارش روابط عمومی و اطلاع رسانی دانشکده علوم پزشکی سراب، دکتر نسرين فرجی آذر مدیر آموزشگاه بهورزی در اهمیت شیرمادر گفت: گرچه تغذیه با شیر مادر امری طبیعی است اما نیازمند آموختن و کسب مهارت میباشد.

وی افزود: آموزش اصول و تکنیک های صحیح شیردهی به مادران موجب کاهش بروز مشکلات شیردهی و تدام آن خواهد شد، که در این راستا بهورزان خانه های بهداشت بعنوان خط اول سلامت جامعه اقدامات زیر را در خانه های بهداشت انجام میدهند.

مدیر آموزشگاه بهورزی، برگزاری کلاسهای آموزشی در زمینه تغذیه با شیر مادر جهت مادران باردار، برگزاری کلاسهای آموزشی در زمینه تغذیه با شیر مادر جهت مادران دارای فرزند زیر 2 سال، ارائه مشاوره شیردهی در کلیه خانه های بهداشت برای مادران شیرده دارای مشکل از جمله فعالیت های مرکز بهورزی عنوان کرد.

این پزشک عمومی خاطرنشان کرد:

تغذیه با شیر مادر زیربنای سلامت را برای تمام عمر فراهم میکند. شیر مادر کامل ترین غذایی است که خداوند برای انسان خلق کرده و حق هر نوزادی است که از این نعمت الهی بهره مند شود. اگر چه شیردهی مادران یک روند طبیعی در پروسه فرزندآوری است اما آسان نیست و مادران به حمایت های روحی و جسمی زیادی جهت شیردهی و تداوم آن نیاز دارند.

وی با بیان اهمیت شیرمادر در سلامتی کودک تصریح کرد: تغذیه ای که از ابتدای تولد با شیر مادر شروع شود و ادامه پیدا کند، نقش مهمی در سیستم دفاعی و ایمنی کودک دارد و همچنین باعث تکامل عصبی بهتر در کودک می شود و ثابت شده است که سیستم ایمنی بدن کودکانی که با شیر مادر تغذیه شدند نسبت به کودکانی که از شیر خشک تغذیه کردند در برابر بسیاری از بیماری ها همچون قلبی عروقی، دیابت، سرطان، اسهال، عفونت های گوارشی، عفونت های تنفسی، آلرژی ها مقاوم تر هستند. و درصد بستری این کودکان در بیمارستان خیلی پایین تر از کودکانی است که از شیر مادر محروم بودند.

دکتر فرجی آذر یادآور شد: شیردهی منجر به ایجاد پیوند عاطفی عمیق بین مادر و نوزاد و کاهش استرس در مادران و به خصوص کودکان می شود. کودکانی که در آغوش مادر قرار می گیرند و تماس چشمی با او برقرار می کنند در آینده از سلامت روان بهتری برخوردار است.

مدیر بهورزی دانشکده علوم پزشکی سراب با تشریح عوارض تغذیه با شیرخشک اظهار کرد: شیرخواران محروم از تغذیه با شیرمادر که با شیرمصنوعی تغذیه میشوند با توجه به اینکه ترکیب شیر مصنوعی یکسان است و همانند شیرمادر در هر وعده و با رشد شیرخوار و حسب نیاز اوتغییر نمیکنند و الگوی رشد و تکامل او را فراهم نمیکنند دارای خطراتی است. از جمله این خطرات عبارت است از:

-شیرخوار از ارتقاء بهره هوشی و فواید عاطفی و امنیت روانی ناشی از شیر مادر محروم میشود.

-شیرمصنوعی در هنگام تهیه به سهولت آلوده میشود و اگر سریع مصرف نشود فاسد میشود.

-احتمال ابتلا به چاقی و بیماریهای قلبی عروقی و دیابت بیشتر است.