

تغذیه با شیر مادر ضریب هوشی و اعتماد به نفس کودک را افزایش می دهد

تغذیه با شیر مادر ضریب هوشی و اعتماد به نفس کودک را افزایش می دهد



دبیر پنجمین همایش اورژانس ها و بیماری های شایع کودکان گفت: تغذیه با شیر مادر مهمترین عامل سلامت کودک است و ثابت شده کودکانی که از شیر مادر تغذیه می شوند علاوه بر افزایش ضریب هوشی، از اعتماد به نفس بیشتری هم برخوردارند. سلامت نیوز: دکتر "فرید ایمان زاده" روز شنبه در حاشیه برگزاری پنجمین همایش اورژانس ها و بیماری های شایع کودکان گفت: تحقیقات علمی سازمان جهانی بهداشت در نقاط مختلف دنیا نشان داده است ضریب هوشی کودکانی که از شیر مادر تغذیه می کنند 8 تا 9 درصد بیشتر از سایر کودکان است.

وی با بیان اینکه کودکانی که از شیر مادر تغذیه می شوند با دارا بودن ضریب هوشی بیشتر نسبت به سایرین از اعتماد به نفس بالاتری برخوردار می شوند، گفت: تغذیه کودک با شیر مادر باعث ایجاد ارتباط چشمی، لمسی و فاصله کمتری بین مادر و کودک می شود که مجموع این عوامل در کودک، امنیت و آرامش و در نتیجه اعتماد به نفس بوجود می آورد. ایمان زاده اضافه کرد: زمانی که مادر به کودک شیر می دهد با تمام احساس و وجود خود این کار را انجام می دهد؛ یعنی به اینصورت نیست که در کنار آن کارهای دیگری انجام دهد و همین عامل و احساس گرمای بدن مادر، بر آرامش کودک می افزاید. دبیر همایش اورژانس های کودکان با اشاره به اینکه شیر هر مادری متناسب با نیازمندی های نوزاد او و بر حسب جنس، وزن و شرایط عمومی آن نوزاد تولید می شود، گفت: به عنوان مثال مادری که یک نوزاد سه و نیم کیلویی دارد شیر او به گونه ای است که حاوی املاح و چربی ها و پروتئین های مورد نیاز همان نوزاد است.

ایمان زاده اضافه کرد: در مقابل مادری که نوزادی دو و نیم کیلویی را به دنیا می آورد ترکیب املاح و چربی ها و پروتئین های شیر او متناسب با همان نوزاد است و اقدام به تغذیه نوزاد با شیر خشک یا شیر گاو و... به هیچ وجه راهکار مناسبی برای تغذیه کودک نیست.

این متخصص نوزادان با تاکید بر اینکه شیر مادر به طور طبیعی حاوی آنتی بادی هایی است که علیه میکروب ها به خوبی عمل می کند گفت: هنوز بهترین و معتبرترین کارخانجات تولید شیر خشک نتوانسته اند شیر خشک هایی تولید کنند که این ویژگی شیر مادر را داشته باشد.

وی گفت: تغذیه با شیر مادر باعث می شود کودک مقاومت بیشتری در مقابل بیماری های عفونی داشته باشد در نتیجه کمتر به بیماری هایی همچون اسهال و استفراغ دچار می شود.

متخصص کودکان افزود: کودکانی که از شیر مادر تغذیه می شوند در صورتی که دچار اسهال و استفراغ شوند، عوارض این بیماری در آنها کمتر است؛ مرگ و میر ناشی از این بیماری در آنها کاهش می یابد و به طور کلی زودتر بهبود می یابند. ایمان زاده یادآور شد: بررسی های مختلف نشان داده هموگلوبین موجود در شیر مادر سطح ایمنی بدن کودک را افزایش می دهد و همین امر باعث می شود کودک در مقابل انواع بیماریها، مقاومت بیشتری داشته باشد.

دبیر همایش اورژانس هاس کودکان گفت: تغذیه با شیر مادر به دلیل اینکه باعث تماس لمسی بیشتری بین کودک و مادر می شود، محبت و دلبستگی بیشتری بین آن دو ایجاد می کند و باعث می شود کودک در بزرگسالی ارتباط عاطفی بهتری با والدین داشته باشد.

وی با اشاره به اینکه تغذیه کودک با شیر مادر ارتباط عاطفی مادر و کودک را تقویت می کند، گفت: تماس جسمی و لمسی مادر و نوزاد به خصوص در لحظات اولیه تولد بسیار مهم است و مادران باید سعی کنند در آن دقایق اولیه تولد، نوزاد را در آغوش بگیرند. ایمان زاده با اشاره به اینکه هم اکنون بسیاری از مادران تمایلی به تغذیه کودک با شیر خود را ندارند، گفت: گاهی این عدم تمایل ناشی از این تصور اشتباه است که مادر از شیر کافی برخوردار نیست در صورتی که اینگونه نیست و هر مادری توانایی شیر دادن به کودک خود را دارد.

وی تصریح کرد: توصیه ما به مادران جوانی که کودک شیرخوار دارند این است که به دلایلی همچون مصرف برخی داروها و از جمله آنتی بیوتیک ها کودک را از شیر خود محروم نکنند و همواره تغذیه با شیر مادر را در اولویت قرار دهند.