



شیر مادر باعث می‌شود که پیوند بهتری بین مادر و فرزند ایجاد شود و از بروز مشکلات اجتماعی و رفتاری کودک در آینده در حد چشمگیری کاهش می‌دهد

دکتر گلاره کوچکیپور عضو هیات علمی گروه علوم و صنایع غذایی دانشکده علوم پزشکی مراغه در مصاحبه با مفدا مراغه گفت: شیر مادر نقش بسیار مهمی در فرآیند پرورش ذهنی و جسمی نوزاد دارد.

به گزارش مفدا مراغه، بسیاری از متخصصین حوزه سلامت بر این باور هستند که شیر مادر بهترین غذا برای نوزادان است و حتی توصیه می‌کنند که در شش ماه اول به شکل انحصاری از شیر مادر استفاده شود.

وی افزود: باید به این نکته اشاره کنیم که علم تغذیه کردن با شیر مادر هم برای کودک و مادر فواید بی شماری دارد.

ایشان در ادامه افزود: نیازهای نوزاد هر ماه به نسبت به هر ماه تغییر می‌کند بر همین اساس ترکیب شیر مادر هم تغییر می‌کند و به این ترتیب نیازهای تغذیه نوزاد بهتر تأمین می‌شود و از طرف دیگر شیر مادر دارای آنتی بادی های گوناگونی است که باعث بهبود سیستم ایمنی نوزاد می‌شود.

ایشان به این نکته اشاره کرد و گفت: که تغذیه با شیر مادر باعث می‌شود که چاقی دیابت نوع دو و یا به طور کلی بیماری های مزمن دیگر در نوزادان کمتر مشاهده شود و از طرف دیگر تغذیه با شیر مادر باعث افزایش هوش در کودکان شده است و بچه های که در نوزادی از شیر مادر تغذیه کرده اند از IQ بالاتری برخوردار هستند.

این متخصص تغذیه گفت: تغذیه با شیر مادر نیز سلامتی مادران را در در مواجهه با بیماری ها بهبود می بخشد و احتمال سرطان پستان را در مادران کاهش می دهد و از طرف دیگر احتمال چاقی و بیماری های قلبی عروقی را در این مادران نسبت به مادرانی که از شیر خشک برای تغذیه کودکان خود استفاده کرده اند کاهش می دهد.

ایشان به این نکته اشاره کرد و گفت: تغذیه کودک با شیر مادر باعث می‌شود که انزیم شادی آور در مادر ترشح شود مثل پروکسی، پرولاکتین و اکسی توسین در نتیجه احتمال افسردگی بعد از زایمان رو در مادر کمتر خواهد کرد و در نتیجه تغذیه با شیر مادر باعث کنترل بهتر استرس در مادران خواهد شد. همچنین تغذیه با شیر مادر باعث می‌شود که پیوند بهتری بین مادر و فرزند ایجاد شود و از آنجایی که این پیوند اگر خیلی بهتر تشکیل شود احتمال مشکلات اجتماعی و رفت داری رو در آینده کودک را به شکل چشمگیری کاهش خواهد داد. مادری که به فرزند خودش شیر می دهد خیلی زود با نشانه های رفتاری کودک خودش آشنا شده و از طرف دیگر نوزاد یاد می گیرد در این فرآیند به مراقبین خودش اعتماد کند .