

## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

В адаптираните млека и изкуствените храни липсват около 100 от важните съставки, които присъстват в човешкото мляко.

## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Съставът на майчиното мляко се адаптира постоянно към растежните нужди на бебето, като антителата на майчиното мляко защитават бебето от инфекции, присъстващи в околната среда.

## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Единствено майчината кърма съдържа всички хранителни и защитни съставки необходими за растежа, развитието и профилактиката на бебето.



## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Кърмените бебета са с по-малък риск от сърдечно съдови заболявания и рак в ранна възраст.

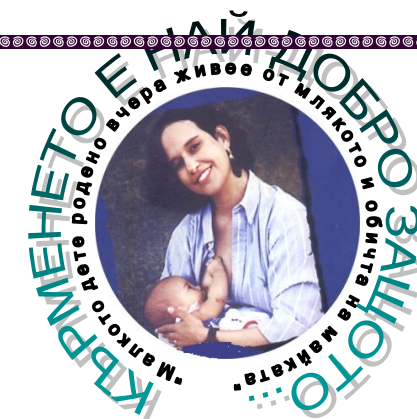
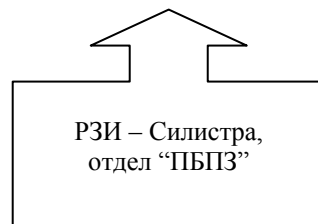
## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Бebetата, които са на изключително кърмене до 6-тия месец са с по-малък риск за заболявания на храносмилателната и дихателната система.



## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Рисковете от диабет са по-малки, кърмените бебета също са с по-малък риск от затлъстяване.



Много жени биха искали да кърмят децата си, но кърменето често им се представя от други хора като нещо много трудно, изпълнено с проблеми и усложнения. Фактически кърменето за един дълъг период след раждането, представлява единствения или най-съществен начин за обмен на информация, на любов, на доверие, на топлина и сигурност. Кърменето на детето от майката е най-човешкият акт, но същевременно това е цяло изкуство, което се научава и не винаги е лесно да се прави успешно както трябва.

Някога, в миналото, жените – бъдещи майки са израствали с живия пример около себе си на други майки, кърмещи бебетата си. Но днес не рядко се случва жена да роди детето си, без преди това никога да е имала възможност през живота си да види как се кърми и следователно, вече с бебе на ръце, нищо чудно младата майка да не знае почти нищо във връзка с кърменето. Кърменето разбира се се научава при самото кърмене, т.е. при практика. Преди всичко, майката трябва да слуша и следва своя собствен инстинкт за поставянето на детето на гърдите си – нещо което е индивидуално и уникално и след това да се съобразява с указания, разписания, графици и пр.

Неотложното удовлетворяване на потребностите чрез кърмене в тази възраст формира отношение на доверие и привързаност към майката.

Кърменето е не само продължение на телесния контакт с майката, но и задълбочаване на интуитивната връзка с нея и осигуряване на взаимно приемане. В резултат на секрецията на хормони у майката се поражда чувство на задоволство и отпускане. Установено е, че кърмещите майки се грижат по-спокойно за бебетата си, докато голяма част от не кърмещите се чувстват напрегнати, тревожни и по-често се безпокоят за евентуални проблеми при бебетата.

Кърменето има и предимства за майката-кърмачка:

- ✓ Подпомага връзката майка-дете – задоволява и укрепва нуждата на майката и детето да бъдат заедно. Честите кърмения предлагат много възможности за контакт между тях “кожа до кожа” и позволяват те да се опознаят по-добре.

- ✓ Обикновено кърмените деца плачат по-малко. Очевидно контактът с майката им дава щастие и спокойствие. Тъй като майчиното мляко е по-лесно смилаемо, при тези деца по-рядко има колики и болки в коремчето.

- ✓ Майчиното мляко не иска приготвяне. Има винаги точната температура и не се нуждае нито от съхранение, нито от хладилник, нито от стерилизация - това е изключително удобство при пътуване или нощем.

- ✓ Кърменето ще ви помогне да отслабнете. Ако сте натрупали килограми по време на бременността, от само себе си се разбира, че една дейност като произвеждане на мляко за кърмене ще изисква изгаряне на допълнително количество енергия.

## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Осигурява взаимодействие на бебетата с майката и им дава възможност да чуват говор, да имат положително социално поведение и да получават стимули.



## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Сученето осигурява правилно развитие на говора.

## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Кърменето дава възможност за по-добро визуално развитие и визуална активност, която води до готовност за четене и учене.



## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Майките, които са кърмили поне три месеца могат да намалят риска от развитие на рак на гърдата и някои видове рак на яйчниците преди менопаузата.

Кърменето намалява риска от остеопороза в зряла възраст.

## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Кърменето помага на майката и бебето да създадат тясна, изпълнена с любов връзка от самото раждане.

## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Кърменето помага за по-бързо свиване на матката след раждане. Кърмещите майки по-бързо възстановяват фигурата си.

## КЪРМЕНЕТО Е НАЙ-ДОБРО ЗАЩОТО...

Спестяваме пари и време за закупуване и приготвяне на адаптирани млека.

