Med.sestra Amina Bešić: Majčino mlijeko je najzdravija hrana za bebu

Majčino mlijeko je najzdravija i najsigurnija hrana za bebu. Brojne su prednosti dojenja, i za bebu i za majku. Majčino mlijeko štiti bebu od bolesti, sadrži sve vitamine i hranjive tvari koje vaša beba treba u prvih šest mjeseci života, bebe koje doje imaju bolji mentalni razvoj i emocionalnu sigurnost, te jači imunološki sistem. Više je benefita od dojenja i z amajku. Pomaže ženama oporaviti se nakon poroda, majke koje doje brže se vraćaju na težinu prije trudnoće, i majčino mlijeko je uvijek spremno i uvijek na pravoj temperaturi. Kasnije u životu žene koje nisu dojile imati će veći rizik od dijabetesa, osteoporoze, te raka dojke. Dojenje omogućava izgradnju snažne emocionalne veze sa bebom. Amina Bešić, medicinska sestra u Službi za zdravstvenu zaštitu predškolske i školeke djece kladuškog Doma zdravlja..amina prednosti

Kolostrum je prvo mlijeko koje se stvara već tokom trudnoće, a najčešće prva dva do tri dana nakon porođaja. Kolostrum sadrži sve što je potrebno djetetu: vitamine, minerale i puno više obrambenih antitijela nego što će majčino mlijeko ikada više sadržavati. Zato je kolostrum zaista dragocjen i majka bi ga trebala dati svom djetetu ističe med.ses. Bešić....amina kolostrum

Naša sagovorinica ističe da svaka žena može dojiti i da je svako majčino mlijeko kvalitetno, a izuzetak su jednino žene imaju karcinom, aktivnu tuberkoluzu i psihoze. Što beba bude više dojila više će biti mlijeka, a za kvalitet i količinu mlijeka važna je i zdrava prehrana, kaže med.ses. Bešić. Dojiti treba na zahtijev bebe, odnosno što češće, a noćno dojenje treba da bude učestalo kao i dnevno. Stručnjaci preporučuju isključivo dojenje, dakle bez formule, sok ili voda do šest mjeseci, mada se kod nekih bebi uz konsultacije s pedijatrom dohrana može uvesti i s 4,5 mjeseci. Najbolje je bebu dojiti do dvije godine. Dojenje je vještina koja se uči, zahtijeva strpljenje i vježbu, ali dobra vijest je da će vremenom dojenje postati lakše, kaže naša sagovornica i zaključuje i savjetuje v

Uložite vremena i dojite vašu bebu – za vaše i zdravlje vašeg djeteeta.