

ارتباط مستقیم شیر مادر با ضریب هوشی و وزن ایده‌آل کودک

11 مرداد 1403

فوق تخصص طب نوزادان گفت: شیر مادر دارای یکسری آنتی بادی‌ها است که مقاومت بدن را در برابر عفونت‌ها و ویروس‌ها افزایش می‌دهد و موجب تقویت سیستم ایمنی بدن کودک می‌شود.

دکتر عزت خدشناس - عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، با اشاره به اینکه هفته جهانی تغذیه با شیر مادر از سال ۱۹۹۲ میلادی یک تا هفتم اگوست در نظر گرفته شده است که همان ۱۰ تا ۱۶ مرداد ماه است تا خانواده و مردم از مزایای تغذیه با شیر مادر آگاهی یابند، خاطر نشان کرد: شیر مادر در شش ماه اول زندگی به تنهایی برای تغذیه نوزاد کافی است و در شش ماه دوم نیز اکثر کالری‌ها و مواد مورد نیاز بدن کودک را تامین می‌کند.

وی با بیان اینکه شیر مادر حاوی ویتامین‌ها، پروتئین‌ها و چربی‌ها است، گفت: شیر مادر تمام ترکیبات مورد نیاز برای رشد کودک را داراست علاوه بر این تغذیه با شیر مادر این اطمینان را می‌دهد که نوزاد به صورت مطلوب و مناسبی رشد کند و تکامل یابد.

خدشناس با اشاره به اینکه هضم شیر مادر راحت است، اما تغذیه با شیر مادر خطر ابتلای کودک را به آسم و آلرژی کاهش می‌دهد و در آینده کودک کمتر دچار مشکلات حساسیتی می‌شود، گفت: همچنین نوزادانی که شیر مادر می‌خورند به میزان قابل توجهی کمتر دچار عفونت گوش، بیماری‌های تنفسی، اسهال و استفراغ و سندرم مرگ ناگهانی شیرخوار می‌شوند.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با بیان اینکه کودکی که با شیر مادر تغذیه می‌شود اگر مبتلا به بیماری شود، نیاز کمتری به بستری شدن در بیمارستان دارد، اظهار کرد: شیر مادر ارتباط مستقیم با رشد ذهن و میزان ضریب هوشی کودک دارد، به دلیل اینکه ارتباط فیزیکی بین مادر و فرزند و ارتباط چشمی باعث پیوند بیشتر مادر با کودک و احساس امنیت و اطمینان در هر دو می‌شود.

وی با تاکید بر اینکه تغذیه با شیر مادر به جای چاقی بیش از حد، باعث رسیدن نوزاد به وزن صحیح و ایده‌آل می‌شود، گفت: تغذیه با شیر مادر موجب می‌شود کودک در بزرگسالی کمتر دچار دیابت، چاقی و سرطان‌های خاص شود.



#دکتر_کبری_درویش_پیشه

خداشناس با اشاره به اینکه همچنین چون طعم شیر مادر در هر روز متفاوت است، ذائقه کودک را به سمت پذیرفتن غذاها با طعم های متفاوت بیشتر می کند تا بعد از شش ماهگی طعم های مختلف را بهتر بپذیرد، عنوان کرد: شیر مادر در هر زمان و مکانی آماده و همراه است، از همین رو دغدغه تغذیه کودک کمتر می شود.

بنابر اعلام وزارت بهداشت، وی اظهار کرد: علاوه بر فواید شیردهی برای کودک و مادر، تماس پوست با پوست و ارتباط نزدیک با کودک باعث ترشح هورمون اکسی توسین در مادر می شود که این هورمون باعث جریان یافتن شیر می شود. علاوه براین، به هورمون شادی معروف است و به مادر احساس امنیت و شادی می دهد و باعث کاهش وزن بعد از زایمان می شود.

خداشناس بیان کرد: شیردهی به نوزاد، خطر ابتلا به فشار خون، سرطان پستان و تخمدان و دیابت را در مادر کاهش می دهد.