

فوائد الرضاعة الطبيعية للطفل





فوائد الرضاعة الطبيعية للطفل:

بداية صحية ومناعية للطفل بالبداية بالرضاعة المبكرة خلال الساعة الأولى من الولادة. فاللبأ، يوفر الحصانة الأولى للطفل باحتوائه على الأجسام المضادة الحيوية وعوامل النمو. وتعتبر الرضاعة الطبيعية الحصرية (أي بدون إدخال أية أطعمة إضافية أو سوائل، بما في ذلك الماء) لمدة ٦ أشهر ثم استمرارها حتى سن عامين هي التغذية الصحية للطفل. الرضاعة الطبيعية تمنع الوفاة المبكرة وحماية المواليد ضد العدوى والأمراض.

ضرورية لتنمية الطفولة المبكرة وتدعيم نمو الدماغ وزيادة معدل الذكاء والتحصيل الدراسي. توفر نسبة كبيرة من المغذيات والعوامل المناعية التي يحتاجها الطفل حتى بعد ستة أشهر مع التغذية التكميلية. تقلل من خطر الإصابة بالأمراض غير المعدية بما في ذلك الربو في مرحلة الطفولة والبدانة والسكري.



فوائد الرضاعة الطبيعية للأم:

المساعدة بين الولادات حيث تعد مانعاً للحمل بشرط الرضاعة الطبيعية الحصرية في الستة أشهر الأولى من عمر الطفل واستمرار الرضاعة ليلاً ونهاراً. الحد من خطر النزف بعد الولادة. انخفاض خطر الإصابة بسرطان الثدي والمبايض وبعض الأمراض القلبية الوعائية وهشاشة العظام. يساعد على فقد الوزن المكتسب خلال الحمل. تكون الأم مع الرضاعة الطبيعية أكثر هدوءاً وأقل فرصة للتعرض للكآبة.



فوائد الرضاعة الطبيعية للمجتمع:

لا تحتاج إلى التعبئة والتغليف، والنقل، والتخزين، أو الطبخ، مما يجعلها صديقة للبيئة. تقلل من المصاريف المالية للأسرة التي تصرف على الحليب الصناعي وقوارير الرضعات والماء.



مخاطر عدم الرضاعة الطبيعية على صحة المواليد والأطفال:

احتمال أكبر للإصابة بالتهابات الأذن الحادة، أمراض الجهاز الهضمي والجهاز التنفسي، الربو، النوع الثاني من السكري، وسمنة الأطفال. الرضاعة الطبيعية هي وسيلة من وسائل الأمن الغذائي والتغذية عالية الجودة للرضع ويحميهم من زيادة مخاطر المرض والموت في حالات الطوارئ والكوارث.

