



## Mleko mamy najlepsze dla dziecka

**Światowa Organizacja Zdrowia zaleca, aby mama karmiła dziecko wyłącznie piersią do końca szóstego miesiąca życia dziecka. A potem kontynuowała karmienie przez dwa lata wraz z produktami uzupełniającymi. Dlaczego?**

Skład mleka matki jest idealnie dostosowany do potrzeb dziecka. A bliski kontakt matki z dzieckiem, jaki wytwarza się dzięki karmieniu piersią, wzmacnia jego poczucie bezpieczeństwa na dalsze życie.

**Może się zdarzyć, że nie możesz karmić piersią – w ogóle lub czasowo. Nie martw się tym. Skorzystaj z dobrej jakości mleka sztucznego, które dostarczy Twojemu dziecku wszystkiego, czego potrzebuje do prawidłowego rozwoju.**

## Zalety karmienia piersią

Jest wiele powodów, dla których warto karmić dziecko piersią. Mleko matki m.in.:

- dostarcza optymalnych dla dziecka wartościowych składników, takich jak: białka, tłuszcze, węglowodany, mikro- i makroelementy oraz substancje biologicznie czynne – w odpowiednich stężeniach i proporcjach
- podnosi odporność dziecka
- stymuluje wzrost i dojrzewanie komórek nabłonka jelit, poprawia ich motorykę, funkcje trawienia i wchłaniania oraz zapewnia prawidłową florę bakteryjną, co chroni dziecko przed szkodliwymi drobnoustrojami w przewodzie pokarmowym
- zmniejsza ryzyko:
  - cukrzycy
  - otyłości
  - alergii
  - astmy
  - nadciśnienia
  - infekcji, zwłaszcza głównie układu pokarmowego, oddechowego i moczowego, a także zapalenia ucha i innych ogólnych zakażeń
  - rozwoju niektórych rodzajów nowotworów, w tym białaczki limfatycznej i szpikowej
  - nagłej śmierci łóżeczkowej u niemowląt
  - hospitalizacji w pierwszym roku życia dziecka i związanego z nią stresu
  - martwiczego zapalenia jelit u dzieci urodzonych przedwcześnie
  - rozwoju posocznicy (SEPSA) u dzieci urodzonych przedwcześnie.

Ssanie piersi sprzyja ćwiczeniu mięśni twarzy i jamy ustnej, co pozytywnie wpływa na rozwój mowy u dziecka.

**Karmienie piersią ma wiele korzyści także dla matek, m.in. ogranicza ryzyko:**

- **krwotoku poporodowego i niedokrwistości z powodu niedoboru żelaza**
- **zachorowania na nowotwory kobiece (rak piersi, rak jajnika, rak trzonu macicy)**
- **rozwoju osteoporozy.**

## Zgłoś dziecko do ubezpieczenia

Narodziny dziecka oznaczają mnóstwo nowych obowiązków dla wszystkich członków rodziny i codzienne uczenie się nowych rzeczy – nie tylko karmienia piersią. Nie zapomnij jednak w tym ferworze o zgłoszeniu dziecka do ubezpieczenia. Nie dzieje się to bowiem automatycznie w momencie, gdy rejestrujesz jego narodziny w urzędzie stanu cywilnego. Musisz zgłosić dziecko do ubezpieczenia jako członka rodziny. Masz na to 7 dni od momentu:

- nadania nowo narodzonemu dziecku numeru PESEL
- powstania nowego tytułu do ubezpieczenia – jeśli np. zmienisz pracę lub rozpoczniesz działalność gospodarczą.

**Wszystkie dzieci mają prawo do bezpłatnego leczenia. Ale rodzice mają obowiązek zgłoszenia dzieci do ubezpieczenia.**

## Przeczytaj także



### Mniejsze ryzyko nowotworu dzięki karmieniu piersią

Tradycyjnie lekarzami, którzy zachęcali do karmienia piersią, byli pediatrzy, położnicy i lekarze rodzinni. Teraz dołączają do tej grupy onkolodzy



### Opieka medyczna dla kobiet w ciąży

Przepisy zawierają wiele ułatwień dla kobiet w ciąży i po porodzie. Warto o nich wiedzieć nie tylko od święta!



### Jak dbać o zdrowy rozwój psychiczny dziecka

Jeśli nauczymy dzieci samoakceptacji i rozwiązywania problemów, będą mogły lepiej radzić sobie z wyzwaniami w dorosłym życiu