**Преимущества грудного вскармливания.**

Грудное вскармливание чрезвычайно необходимо для ребенка первого года жизни. Глубочайшим заблуждением является мнение, что искусственные смеси могут заменить грудное молоко для малыша. Помните, что полному аналогу грудному молоку нет. Каждая женщина должна знать, что она сможет в 98% случаев кормить своего малыша грудью. Успех кормления малыша грудью зависит от вашего внутреннего настроя– «Я сама выкормлю своего малыша», «У меня будет много молока», «Малыш вырастет крепкий и здоровый», а также от поддержки и участия в этом членов Вашей семьи и близких. Результатом Вашего труда будет здоровый и крепкий малыш, а у Вас появится ощущение гордости и радости, что Вы выполняете свой материнский долг.

Основные преимущества грудного вскармливания:

* Оптимальный состав грудного молока наилучшим образом удовлетворяет потребности растущего организма в белках, жирах, углеводах, витаминах, микроэлементах, в связи с чем ребенок не нуждается во введении дополнительных продуктов питания (прикорма) до 4-6 месяцев жизни;
* Грудное молоко способствует заселению кишечника ребенка полезными микроорганизмами, препятствуя размножению патогенных бактерий, обеспечивая профилактику дисбактериоза кишечника;
* Грудное вскармливание снижает риск развития аллергических заболеваний, хронических заболеваний органов пищеварения у ребенка;
* Женское молоко содержит факторы, которые защищают ребенка от развития сердечно-сосудистых заболеваний, сахарного диабета, снижают риск развития синдрома «внезапной смерти»;
* Женское молоко богато компонентами, которых нет в детских питательных смесях: насыщенными жирными кислотами, обеспечивающими развитие тканей мозга и формирование нормального интеллекта ребенка;
* Замечено, что дети, находившиеся на естественном вскармливании, более доброжелательны, приветливы, общительны, имеют более тесный контакт с матерью.
* Грудное вскармливание положительно сказывается и на здоровье матери, снижается риск развития мастита, рака молочной железы и яичников;

Современные исследования показывают, что дети, находившиеся на естественном вскармливании, показывают более высокие результаты в тестах интеллектуального развития, чем дети, находившиеся на искусственном вскармливании. Важным фактором успешного интеллектуального развития является физическое здоровье. Основу для гармоничного роста и развития ребенка, определяющим его здоровье на всю дальнейшую жизнь, является материнское молоко.