

Кормить младенца грудным молоком

Грудное молоко содержит более 400 полезных для здоровья ребёнка компонентов, многие из которых невозможно включить в искусственную смесь.

Особенно важно грудное вскармливание для недоношенных детей, малышей, переживших внутриутробную гипоксию и другие осложнения, негативно повлиявшие на развитие внутренних органов.

Доказано, что около 30% грудного молока — это стволовые клетки. Они встраиваются в организм ребёнка и становятся родоначальниками совершенно нормальных клеток любого органа, компенсируя повреждения тканей, если они были.

Кроме того грудное молоко — это живая биоматерия, которая содержит зрелые клетки иммунной системы матери. Они обучают выполнению своих функций незрелые клетки младенца: лейкоциты, лимфоциты, макрофаги, микрофаги. Эти клетки защищают малыша от бактериальных и грибковых инфекций, уничтожают чужеродные бактерии и токсичные частицы, обеспечивают и формируют иммунитет.

Внимание!

Необходимо обратиться к врачу и провести тщательное медицинское обследование, если вы хотя бы однократно отмечали у своих детей остановку дыхания во время сна, цианоз, появление судорог, необычных для ребёнка сокращений конечностей.

Регулярно проходите медицинские осмотры, они помогают вовремя выявить состояния, предшествующие СВМС и своевременно начать профилактику.

Также доказано, что иммунизация по календарю прививок помогает защитить от многих инфекционных заболеваний и их осложнений, что снижает риск СВМС.

Архангельский центр медицинской профилактики благодарит за помощь в разработке буклета врачей-неонатологов перинатального центра Архангельской областной клинической больницы Чумакову Г. Н. и Павловского Н. В.

Внимательно относиться к здоровью ребёнка

Многие из пострадавших родителей заметили, что их дети в последнее время «не были собой». Они отмечали диарею, рвоту и вялость за несколько недель до смерти малыша.

Также наблюдалось следующее: изменение цвета кожных покровов (цианоз) (в 50-60% случаев); проблемы с дыханием (50%); аномальные движения конечностей (35%).

Обнаружено, что у многих детей, умерших от СВМС, были повторяющиеся эпизоды апноэ (остановки дыхания) за несколько часов и даже дней до смерти.



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ



Адрес: 163045, г. Архангельск,
пр. Ломоносова, 311, 4 этаж



Телефон / факс: 8 (8182) 27-63-50

Телефон горячей линии: 8 (8182) 21-30-36



E-mail: formylazd@mail.ru



Сайт: zdorovie29.ru



vk.com/zdorovie_29

ok.ru/zdorovie29

facebook.com/29health

twitter.com/zdorovie29.ru



СИНДРОМ ВНЕЗАПНОЙ МЛАДЕНЧЕСКОЙ СМЕРТИ: КАК ИЗБЕЖАТЬ?

Синдром внезапной младенческой смерти (СВМС) — кошмар для каждого из родителей.

Лучшее, что можно сделать для профилактики этого явления — запастись правильными рекомендациями и выполнять их.

Обычно СВМС наступает совершенно внезапно — без предшествующих болезней, тяжёлых травм и вообще без видимых причин. Чаще всего СВМС происходит во сне, поэтому его ещё называют «смертью в колыбели».

ФАКТОРЫ, УВЕЛИЧИВАЮЩИЕ РИСК РАЗВИТИЯ СИНДРОМА ВНЕЗАПНОЙ МЛАДЕНЧЕСКОЙ СМЕРТИ

Фактор риска	Увеличение риска СВМС (количество раз)
Употребление матерью наркотиков после родов	в 11,5 раз
Сон ребенка на животе	в 10,5 раз
Низкий вес при рождении (менее 2000 г)	в 9,6 раз
Юный возраст матери (18 лет и младше)	в 9,1 раз
5 и более родов женщины	в 7,7 раз
Возраст матери 19–20 лет	в 7,7 раз
Употребление матерью алкоголя	в 4,8 раз
Курение обоих родителей	в 2,9 раз

Сон младенца вне комнаты родителей	в 2,4 раза
Ребёнок из неполной семьи	в 1,9 раз
Курение матери	в 1,5 раза
Отказ от грудного вскармливания	в 1,5 раза
Курение отца	в 1,1 раза

ЧТО НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ РОДИТЕЛЯМ, ЧТОБЫ СНИЗИТЬ РИСК ВНЕЗАПНОЙ СМЕРТИ РЕБЁНКА?

Отказаться от употребления наркотиков, алкоголя, курения во время беременности и после рождения ребёнка

Употребление наркотиков, алкоголя будущей матерью — доказанный фактор риска развития у плода сильной интоксикации, кислородного голодания, недоразвитости органов и систем и патологий, несовместимых с жизнью.

Также родители, находящиеся в состоянии наркотического или алкогольного опьянения, не критичны к здоровью ребёнка, и могут не заметить симптомов, угрожающих его жизни.

Курение матери во время беременности, в том числе пассивное, приводит к снижению количества никотиновых и ацетилхолиновых рецепторов в структурах ствола головного мозга плода, что может спровоцировать остановку дыхания и внезапную смерть младенца.

Если в вашей семье курят, наилучшим решением для рождения здорового ребёнка будет отказ от употребления табака обоими родителями.

К счастью, в Архангельской области работают кабинеты по отказу от табака, где оказывают бесплатную помощь всем, кто хочет бросить курить. Справиться с другими зависимостями помогут врачи-наркологи.

Вовремя встать на учёт по беременности

Постановка на учёт до 12 недель жизни плода повышает шансы на благополучное течение беременности. На ранних сроках закладываются важные системы и органы ребёнка. В это время важно наблюдаться у врача, соблюдать его рекомендации по питанию, приёму витаминов, проходить обследования, сдавать необходимые анализы.

Наиболее частые осложнения беременности, которые могут спровоцировать СВМС:

- плацентарные аномалии,
- слабое прибавление массы тела при беременности,
- анемия,
- инфекции мочевых путей или передающиеся половым путем,
- острая и хроническая гипоксия плода,
- аномалии мозга плода,
- преждевременные роды,
- низкая масса тела при рождении (когда ребенок недостаточно зрелый, у его организма меньше контроля над дыхательной функцией и сердечным ритмом).

Ранняя постановка на учёт по беременности позволит вовремя выявить факторы риска для здоровья малыша и скорректировать их.

Обеспечить малышу безопасный сон

Ребёнок должен спать на спине в комнате родителей, но не в постели папы и мамы, на ровной поверхности без лишних предметов в кроватке: игрушек, балдахин, бортиков и т.д. Нельзя укутывать ребёнка большими тяжёлыми одеялами, закрывать лицо.

Помните: чрезмерное укутывание повышает температуру тела младенца. Это приводит к увеличению скорости метаболизма, и малыш может потерять контроль над дыханием.