Allergiamegelõzés

Az anyatej mindent tud

Az anyatej összetétele a gyermek életkorának megfelelõen módosul, még azt is „figyelembe veszi", hogy koraszülöttrõl, vagy érett újszülöttrõl van szó. Az elõtej (kolosztrum) kis mennyiségben sok tápanyagot tartalmaz – ez a „kezdõ" szopó újszülött apró gyomrában elfér és sok fontos fehérjét, zsírt biztosít számára. A késõbbi hetekben, hónapokban már nagyobb mennyiséget szopik a csecsemõ, ekkor úgy látszik, mintha felhígult volna az anyatej – ettõl függetlenül tápértéke megfelel a baba igényeinek - mondta el Dr. Hidvégi Edit PhD gyermekorvos, a Budai Allergiaközpont munkatársa.

A szoptatásnak – tudományos vizsgálatokkal igazoltan – nagyon sok elõnye van a mesterséges (tápszeres) táplálással szemben. Az anyatejes csecsemõkbõl okosabb gyermekek lesznek, kevésbé híznak el, kisebb a valószínûsége a cukorbetegség kialakulásának, valamint ritkábbak a légúti hurutos betegségek, hasmenések a szoptatás ideje alatt. Az allergia-megelõzésben is fontos szerepet játszik az anyatej: jelentõsen csökkenti a csecsemõkori ekcéma, a tápszerek kiváltotta tejallergia gyakoriságát és a csecsemõ-kisdedkori asztmás jellegû nehézlégzés jelentkezését.

Az anyatej fogyasztása nem unalmas a csecsemõ számára, holott 6 hónapon keresztül naponta ötször-hétszer ezt kapja. Hiszen az anya által megevett ételek molekulái – ugyan csak nagyon kis mennyiségben -, de átjutnak a tejbe. Ez okozhat egyes esetekben haspuffadást, hasfájást a babának. A kifejezetten allergiás hajlamú csecsemõk ettõl az anyatejbe került igen minimális mennyiségû idegen fehérjétõl is kóros tüneteket mutathatnak: véres székletük, testszerte száraz, ekcémás bõrük lehet. (Emiatt szakorvosi vizsgálatra feltétlenül szükség van.) Ilyenkor az anyuka szoptathat tovább, ha az allergént kihagyja az étrendjébõl.

Az anyatejben kevesebb a vas, mint a tápszerekben, de jobban felszívódik, így ritkán lesz a baba vérszegény. Csak a D vitamin-pótlásról kell szoptatás alatt gondoskodni, egyébként az anyatej valóban mindent tud!

Forrás: Weborvos

Kapcsolódó cikkek:

A szoptatás támogatása a szülés körüli idõszakban egészséges anya és érett újszülött esetén

Szoptatás: az élet elsõ órája

A tejtermelés megalapozása

Szoptatós kvíz

Anyatej és anya fõztje 1.

Anyatej és anya fõztje 2.

Anyatej és anya fõztje 3.

Szoptatás Hete - több bababarát hely kellene