

عنوان مقاله:

شیر مادر

محل انتشار:

پانزدهمین کنگره انجمن علمی تغذیه کودکان ایران (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسنده:

مهرداد برون

خلاصه مقاله:

در این مقاله نگاهی به مزایای مصرف شیر مادر شگفتی های یک غذای کامل و تاثیر استرس بر شیر مادر را بررسی می کنیم. شیر مادر حاوی مواد مغذی و ارزنده ای است که به منزله اولین و مهمترین اقدام ایمن سازی برای حفاظت کودک بر ضد بیماری های عفونی است. تغذیه با شیر مادر رابطه عاطفی بین مادر و فرزند را افزایش می دهد و اثر مطلوبی بر رشد روانی و عاطفی شیرخوار دارد تا حدی که کودکان تغذیه شده با شیر مادر از امنیت روانی بیشتری برخوردارند. احتمال ابتلا به سرطان پستان و تخمدان، شکستگی لگن، پوکی استخوان، دیابت در زنانی که خود به فرزندانشان شیر می دهند کمتر است. به دلیل ترشح هورمون مخصوص در مادرانی که خود فرزندانشان را شیر می دهند اینگونه مادران، از امنیت خاطر و شادابی بیشتری برخوردار بوده و کمتر افسرده می شوند. غالباً تاثیر استرس بر شیر مادر غیر مستقیم است. موقعیت ها در شرایط تنش زا سبب تغییراتی در عملکرد مادر می شود که به تغذیه با شیر مادر آسیب وارد می کند. استرس واکنش خروج شیر را مهار کرده و سبب کاهش تولید شیر می شود.

کلمات کلیدی:

شیر مادر، شیر خشک، استرس، کودک

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/988261>

