

Најбоље за бебу, најбоље за Вас

Упамтите

- Мајчино млеко даје Вашој беби најбољи почетак за живот.
- То је једина храна која је потребна Вашој беби за, отприлике, првих шест месеци живота.
- Мајчино млеко је увек природно, свеже, чисто и на одговарајућој температури.
- Ваше млеко ће се временом променити да се прилагоди потребама Ваше бебе које се мењају.
- Мајчино млеко помаже у заштити Ваше бебе против болести, алергија и других обољења.
- Формула за бебе није исто што и мајчино млеко.
- Дојење је најбоље за Вас и Вашу бебу..

Природа је снабдела мајке савршеном храном за њихове бебе – мајчиним млеком. Ви можете дати својој беби нешто што нико други не може, и што је природно, бесплатно и еколошко подобно. Дојење даје Вашој беби најбољи могући старт у животу. Подршка Ваше породице и пријатеља стварно је важан дио започињања и настављања дојења.

Дојење је више од самог обезбеђивања хране за Вашу бебу. Док држите своју бебу уза се за време дојења, међу вама се ствара блиска веза проткана љубављу путем додира, мириса и слике која оставља утисак на Вас и Вашу бебу.

Дојење обезбеђује перфектну природну мешавину хранљивих састојака потребних Вашој беби у облику специјално развијеном за његов или њен пробавни систем који се развија и тело које расте. Мајчино млеко је направљено специјално за Вашу бебу.

Додатне предности за Вашу бебу

Ваше млеко не само да има све хранљиве састојке потребне Вашој беби, оно такође смањује ризик да беба развије инфекције и болести као што су:

- инфекције уринарног тракта
- гастроинтестиналне инфекције (на пр., пролив)
- болести дисајних органа (на пр., астма)
- нека дечија обољења рака
- гојазност, шећерна болест и болести срца касније у животу.

Дојење смањује ризик да Ваша беба развије алергије и неподношљивост хране као што је срдобоља.

Дојење потпомаже развој вилице.

Све врлине мајчиног млека треба тек да се открију да би се могле репродуковати у формули хране за бебе. Бебе храњене мајчиним млеком имају мање изгледа да добију инфекције и да иду у болницу од беба које се хране формулом за бебе.

Додатне предности за Вас

- Дојење помаже да се Ваша матица брже врати у стање пре трудноће.
- Дојење Вам може помоћи да смањите тежину после порога.
- Дојење смањује вероватноћу рака на јајницима и пременопаузалног рака дојке.
- Дојење смањује вероватноћу остеопорозе.
- Дојење смањује вероватноћу да мајке с трудничким дијабетесом развију дијабетес типа 2.

Погодно, сигурно и природно

- Мајчино млеко је увек на располагању и на правој температури.
- Оно је свеже, чисто и безбедно.
- То је једина храна потребна Вашој беби за време првих шест месеци.
- Оно је добро за Вашу бебу чак и кад су он или она старији од 12 месеци.
- Оно Вам штеди време, јер Ви не треба да припремате формулу и стерилизујете бочице.
- Оно је увек спремно за Вашу бебу.
- Мајчино млеко је бесплатно. Уштеда би могла износити више од 1000 долара за прву годину живота Ваше бебе.

Захвалница

Овај памфлет је у складу са важећим смерницама за храњење беба (Infant Feeding Guidelines) и за исхрану деце и младих у Аустралији (Dietary Guidelines for Children and Adolescents in Australia) у издању National Health and Medical Research Council.

Такође је базиран на информацијама из:

- Infant and Toddler Feeding Guide, Department of Nutrition and Dietetics, Royal Children's Hospital and Health Service District, 2004.
- Breastfeeding: A Simple Guide to Help You Establish Breastfeeding, Community Child Health Service, Royal Children's Hospital and Health Service District, 2004.
- Growing Strong: Feeding You and Your Baby, Public Health Services, Queensland Health, 2003.
- Optimal Infant Nutrition: Evidence Based Guidelines 2003-2008, Queensland Health, 2003.

Овај памфлет је резултат уложених напора многих професионалних здравствених радника Квинсленда. Њихова помоћ у припреми овог материјала је од велике важности.

