

Tốt nhất cho bé, tốt nhất cho quý vị

Nên nhớ

- Sữa mẹ mang lại cho con quý vị sự khởi đầu tốt nhất trong cuộc đời.
- Đây là thức ăn duy nhất mà con quý vị cần trong khoảng sáu tháng đầu đời.
- Sữa mẹ luôn luôn tự nhiên, tinh khiết, sạch sẽ và có nhiệt độ thích hợp.
- Sữa mẹ sẽ thay đổi theo thời gian nhằm đáp ứng các nhu cầu ngày càng thay đổi của bé.
- Sữa mẹ giúp bảo vệ cho bé khỏi bị bệnh tật, dị ứng và các chứng khác.
- Sữa bột cho trẻ em không giống như sữa mẹ.
- Nuôi con bằng sữa mẹ là tốt nhất cho cả quý vị lẫn em bé.

Tạo hóa đã mang đến cho các bà mẹ loại thức ăn hoàn hảo cho những đứa con của mình - sữa mẹ. Quý vị có thể cho con mình một thứ gì đó mà không ai khác có thể cho, điều này thật tự nhiên, không tốn kém và diễn ra trong một môi trường thật thân thiện. Nuôi con bằng sữa mẹ mang lại cho con quý vị sự khởi đầu tốt nhất trong cuộc đời. Sự hỗ trợ từ gia đình và bạn bè thật sự là một phần quan trọng trong việc thiết lập và duy trì việc nuôi con bằng sữa mẹ.

Cho con bú sữa mẹ còn có ý nghĩa hơn cả việc cung cấp thức ăn cho em bé. Ôm chặt con vào lòng khi cho con bú sẽ tạo ra tình yêu thương gắn bó giữa quý vị và em bé, qua sự cảm nhận, mùi vị và thị giác, điều này sẽ in sâu vào lòng bạn và bé. Cho con bú giúp quý vị thiết lập mối quan hệ đặc biệt với em bé

Cung cấp hỗn hợp dưỡng chất thiên nhiên hoàn hảo mà con quý vị cần đến dưới dạng một công thức đặc chế cho hệ thống tiêu hóa và cơ thể đang phát triển của bé. Sữa mẹ được đặc chế riêng cho em bé.

Những thuận lợi bổ sung cho bé

Sữa mẹ không những có tất cả những dinh dưỡng mà em bé cần đến, mà nó còn làm giảm nguy cơ em bé có thể bị nhiễm trùng hoặc những bệnh như:

- nhiễm trùng đường tiểu
- nhiễm trùng bao tử và ruột (chẳng hạn như bị tiêu chảy)
- những bệnh về đường hô hấp (chẳng hạn như suyễn)
- những loại ung thư ở trẻ em
- bị béo phì, tiểu đường và bị bệnh tim về sau.

Cho bé bú sữa mẹ cũng làm giảm nguy cơ em bé bị dị ứng và không chịu được thức ăn, chẳng hạn như bệnh về tạng phủ.

Cho bé bú sữa mẹ thúc đẩy sự phát triển của hàm.

Tất cả các lợi ích của sữa mẹ vẫn chưa được khám phá hết, vì vậy nó không thể được mô phỏng trong sữa bột. Trẻ được nuôi bằng sữa mẹ dường như ít mắc các bệnh nhiễm khuẩn và ít phải nhập viện hơn trẻ nuôi bằng sữa bột.

Những thuận lợi bổ sung cho bạn

- Cho con bú sữa mẹ giúp tử cung của quý vị phục hồi tình trạng của nó như trước lúc mang thai một cách nhanh chóng.
- Cho con bú sữa mẹ có thể giúp quý vị giảm cân sau khi sinh.
- Cho con bú sữa mẹ giảm nguy cơ ung thư buồng trứng và ung thư vú thời kỳ
- Cho con bú sữa mẹ giảm nguy cơ loãng xương.
- Cho con bú sữa mẹ giúp các bà mẹ giảm các nguy cơ tiểu đường trong thai kỳ có thể phát triển thành bệnh tiểu đường Loại 2.

Tiện lợi, an toàn và tự nhiên

- Sữa mẹ luôn có sẵn ở nhiệt độ thích hợp.
- Sữa mẹ tinh khiết, sạch sẽ và an toàn.
- Đây là thức ăn duy nhất mà con quý vị cần trong khoảng sáu tháng đầu đời.
- Sữa mẹ cũng tốt cho con quý vị thậm chí khi bé đã hơn 12 tháng.
- Sữa mẹ giúp tiết kiệm thời gian vì quý vị không cần phải chuẩn bị sữa bột và khử trùng bình sữa.
- Nó luôn có sẵn cho con quý vị.
- Sữa mẹ không phải tốn tiền. Số tiền tiết kiệm được có thể hơn 1.000 đô la trong năm đầu đời của con quý vị.

Lời cảm tạ

Tài liệu này thống nhất với Các Hướng Dẫn Nuôi Trẻ Sơ sinh hiện hành và Các Hướng Dẫn Dinh Dưỡng cho Trẻ Em và Trẻ Vị Thành Niên ở Úc theo sự trình bày của Viện Y Tế Quốc Gia và Hội Đồng Nghiên Cứu Y Khoa.

Nó cũng dựa trên các thông tin chủ yếu rút ra từ:

- Cẩm Nang Nuôi Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Nhỏ, Phòng Dinh Dưỡng và Chế Độ Ăn Uống, Bệnh viện Nhi Đồng Hoàng Gia và Khu Dịch Vụ Y Tế, 2004.
- Nuôi con bằng sữa mẹ: Cẩm Nang Đơn Giản Giúp Bạn Thiết Lập Việc Nuôi Con Bằng Sữa Mẹ, Dịch vụ Y Tế Trẻ Em Cộng Đồng, Bệnh viện Nhi Đồng Hoàng Gia và Khu Dịch vụ Y tế, 2004.
- Phát Triển Khỏe Mạnh: Chế Độ Dinh Dưỡng cho Bạn và Con Bạn, Các Dịch vụ Y tế Công cộng, Bộ Y Tế Queensland, 2003.
- Dinh Dưỡng Tối Ưu cho Trẻ Sơ Sinh: Các Hướng Dẫn Có Căn Cứ 2003-2008, Bộ Y Tế Queensland, 2003.

Tài liệu này là kết quả của quá trình nhập dữ liệu và nỗ lực của nhiều chuyên gia y tế tại Queensland. Sự giúp đỡ của họ cho nội dung của tài liệu thật đáng được tri ân.

