

Коррекция ошибок при грудном вскармливании. Преодоление мифов и заблуждений



**Кафедра педиатрии им. Ф. Д. Агафонова ПИМУ
к.м.н. Скочилова Татьяна Владимировна
27.05.2020**

Грудное вскармливание является «золотым стандартом» оптимального питания, отработанным тысячелетней эволюцией

д.м.н., профессор И.М. Воронцов



Важнейшие свойства женского грудного молока

широкий спектр
биологически
активных веществ и
защитных факторов

протективное
воздействие на
биоценоз

Пищевое
обеспечение

Формирование
эндокринно-
метаболических
стереотипов

оптимальная
температура

высокая
усвояемость
(аутолитический
тип пищеварения)

Психологический
импринг

Формирование
иммунологической
толерантности

сбалансированный
уровень пищевых
ингредиентов

Формирование
когнитивных
функций

Обеспечение
адекватного
пищевого
поведения

Кормление грудью в мировой истории – что может быть проще?



Мифы лактации

- ✓ Малый размер груди, плоские соски
- ✓ Кормить сложно и больно
- ✓ Лактация портит внешность
- ✓ Не будет молока или не хватит ребёнку
- ✓ «Копить молоко» к кормлению
- ✓ В одно кормление давать обе груди
- ✓ «Непереносимость» и «плохое качество» грудного молока
- ✓ Невозможность совмещения с работой/учёбой
- ✓ Лучше докормить смесью при беспокойстве ребенка
- ✓ Смеси такого же состава, как и грудное молоко
- ✓ Успокаивать ребенка только грудью
- ✓ Кормление грудью метод контрацепции
- ✓ Если молока много, никакие прикормы не требуются
- ✓ Кормящая мама должна «дорого» питаться.....



Мифы лактации

- ✓ Малый размер груди
- ✓ Плоские соски
- ✓ Кормить сложно и больно
- ✓ «Непереносимость» грудного молока
- ✓ «Плохое качество» грудного молока»
- ✓ Не будет молока или не хватит ребёнку



Техника прикладывания к груди



сидя



на боку



из-под руки



Перекрестная
колыбель



кожей*

Уход за молочной железой в период лактации: лечение сухости сосков и болезненных трещин.

В составе (на 1 г):
 дексапантенол 50мг
 Ланолин 250 мг

- ❖ Единственное лекарственное средство с декспантенолом без консервантов¹
- ❖ Проверен временем - применяется с 1944 года
- ❖ Высокий уровень эффективности и безопасности при лечении опрелостей и пеленочного дерматита подтверждены в клинических исследованиях²



* Бепантен от компании Bayer - лидер продаж в мире среди безрецептурных препаратов для лечения и ухода за кожей, Nicolas Hall's Global OTC Database DB86, 2015, EUP, MRP, non prescription medicated skincare



1. Среди ТОП-5 лидеров продаж- мазей, содержащих 5% декспантенол как активный ингредиент (Д-Пантенол, (Ядран-Нижфарм/Эгис), Декспантенол (Вертекс), Декспантенол (Татхимфармпрепараты), Пантенол-(Тева)
2. В сравнительном рандомизированном исследовании с участием 62 новорожденных, ни у одного из детей, которым с профилактической целью была назначена мазь Бепантен (n=40), за время пребывания в стационаре не развился пеленочный дерматит, побочных реакций не наблюдалось. Яцык Г.В., Акоев Ю.С. Клиническая эффективность различных средств по уходу за кожей новорожденных на основе Д-пантенола Consilium medicum. Приложение // Педиатрия. 2004. №6 (2).

Мифы лактации

- ✓ Невозможность совмещения с работой/учёбой
- ✓ Докорм смесью при беспокойстве ребенка
- ✓ Смеси такого же состава, как и грудное молоко



Состав грудного молока:

Вода

Углеводы

- лактоза
- олигосахариды

Белки

- альфа-молочный альбумин
- сывороточный альбумин
- сывороточный белок
- лактоферрин
- казеин

Аминокислоты (20 видов)

Жиры

- триглицерид
- длинноцепочечные полиненасыщенные жирные кислоты
- докозагексаеновая кислота

Витамины

- бета-каротин
- а-токоферол
- рибофлавин
- инозитол
- биотин

Минеральные вещества

- марганец
- кобальт
- фосфор
- железо
- кальций
- натрий
- магний
- калий

Мононенасыщенные жирные кислоты

Противомикробные вещества (9 видов)

Карбоновые кислоты

- альфагидроксипальмитовая кислота
- молочная кислота

Небелковые азоты

- мочевая кислота
- креатинин
- мочевина
- пептиды
- креатин

Нуклеотиды (13 видов)

- арахидоновая кислота
- линолевая кислота
- эйкозапентаеновая кислота
- конъюгированная линолевая кислота

Антипротеаза

Фосфолипиды

Сфинголипиды

Энзимы (9 видов)

- хлор
- холин
- селен
- медь
- цинк
- хром
- фтор
- йод

Свободные жирные кислоты

Насыщенные жирные кислоты

Состав адаптированной молочной смеси:

Вода

Углеводы

- кукурузный мальтодекстрин
- лактоза

Жиры

- подсолнечное масло
- пальмовый олеин
- кокосовое масло
- масло C. cohnii
- соевое масло
- масло одноклеточных грибов *Mortierella alpina*

Минеральные вещества

- хлористый кальций
- трикальцийфосфат
- сульфат марганца
- хлористый магний
- сульфат железа
- йодистый калий
- селенат натрия
- сульфат цинка
- цитрат натрия
- фосфат калия
- сульфат меди
- цитрат калия
- соль

Белки

- частично гидролизированный концентрат сывороточного белка с пониженным содержанием минералов

Фермент

- трипсин

Аминокислоты

- L-карнитин
- таурин

Нуклеотиды (4 вида)

Соевый лецитин

Витамины

- альфа-токоферола ацетат
- пиридоксина гидрохлорид
- тиамин мононитрат
- пантотенат кальция
- фолиевая кислота
- биотин
- ацетат ретинола
- аскорбат натрия
- никотинамид
- рибофлавин
- инозитол
- B12
- D3
- K1
- H

Гипогалактия

- (от греческих *hypo* и *galaktios* – «низкое» и «молоко») – состояние, характеризующееся понижением секреторной деятельности молочных желез в период лактации

Истинная (первичная)

3-5%

1. нейрогормональные нарушения, определяющие несостоятельность лактопоэза:

Функциональная неполноценность молочных желез при инфантилизме, заболеваниях органов внутренней секреции

2. Тяжелые гестозы, кровотечения в послеродовом периоде, травматические акушерские операции, послеродовые инфекции

Вторичная

МАМА

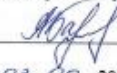
РЕБЁНОК

Психологические
причины

Физиологические
причины

**Лактационный криз –
не представляет
опасности для
здоровья ребенка.**

Технологии создания банков грудного молока

Утверждено	Согласовано
Председатель Исполкома Союза педиатров России	Главный консультативный специалист педиатр Минздрава России
 Л.С. Наумова-Баранова	 А.А. Баранов
03.09.2019 г.	03.09.2019 г.



Программа оптимизации вскармливания детей
первого года жизни
в Российской Федерации

Методические рекомендации

2019



Для продвижения и дальнейшего развития Инициативы «Больница, доброжелательная к ребенку» в Российской Федерации **создана общественная профессиональная организация «Ассоциация врачей за грудное вскармливание» (РАГВ)**, создаются и работают центры поддержки грудного вскармливания.

Правила кормления грудью

- **Раннее прикладывание в родовом зале**
- **прикладывать малыша к груди «по требованию»;**
- не забирать грудь до тех пор, пока ребенок сам её не отпустит;
- не пропускать ночные кормления;
- не кормить с обеих грудей за одно кормление;
- не копить молоко;
- рутинно не сцеживать молоко (по показаниям);
- часто не мыть грудь с мылом;
- не использовать заменители груди;
- не употреблять много жидкости именно в день прибытия молока;
- без показаний не допаивать.

Мероприятия, применяемые при вторичной гипогалактии (лактационных кризах):

- более частые прикладывания к груди;
- урегулирование режима и питания матери (включая оптимальный питьевой режим за счет дополнительного использования не менее 1 литра жидкости в виде чая, компотов, воды);
- воздействие на психологический настрой матери;
- ориентация всех членов семьи на поддержку грудного вскармливания;
- контрастный душ на область молочных желёз, мягкое растирание груди махровым полотенцем;
- использование специальных напитков и препаратов, обладающих лактогонным действием;

!!! При этом детские молочные смеси в питание ребёнка без показаний не вводятся.

Объём и состав женского молока меняются:

**В зависимости от
возраста ребенка**

**В зависимости от
времени суток**

**Во время кормления
(«переднее» и
«заднее молоко»)**

**От состояния
питания матери**



***Основной принцип грудного
вскармливания –
«спрос рождает
предложение»***

Диета мамы при наличии аллергии в семье

- Исключить продукты, содержащие молочный белок
- Исключить рыбу, курицу, говядину, телятину
- Исключить соевые продукты
- Исключить овощи, фрукты и ягоды яркой окраски — красные и оранжевые
- Исключить экзотические фрукты
- Исключить яйца
- Исключить сладости
- Исключить орехи



Витаминно - минеральный дефицит в питании матерей снижает ценность грудного молока!

По результатам 10-летнего наблюдения Института питания РАМН, дефицит витаминов и минералов у кормящих женщин составляет:

- Витамины группы В – 20 -100% обследованных
- Фолиевая кислота -70%
- Аскорбиновая кислота – 13 – 64%
- Каротиноиды – 25 -94%

У 70-80% обследованных наблюдается сочетанный дефицит 3-х и более витаминов.

**Зависимость
обеспеченности
витаминами ребёнка**

**обеспеченность
беременной и кормящей
мамы**

Сезон года.

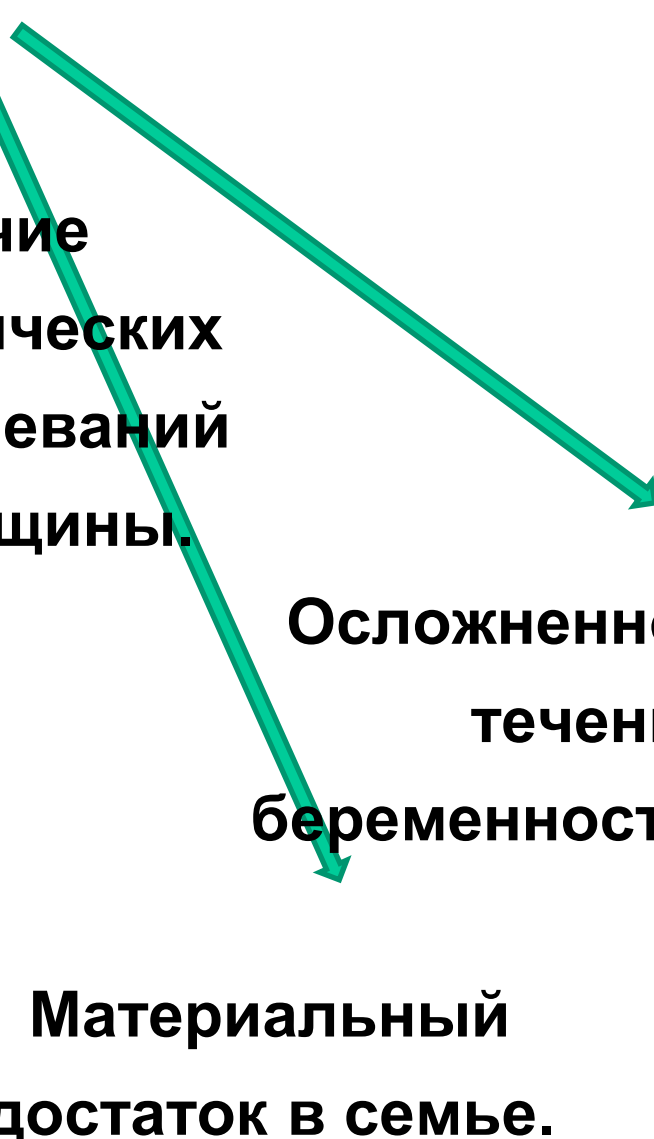
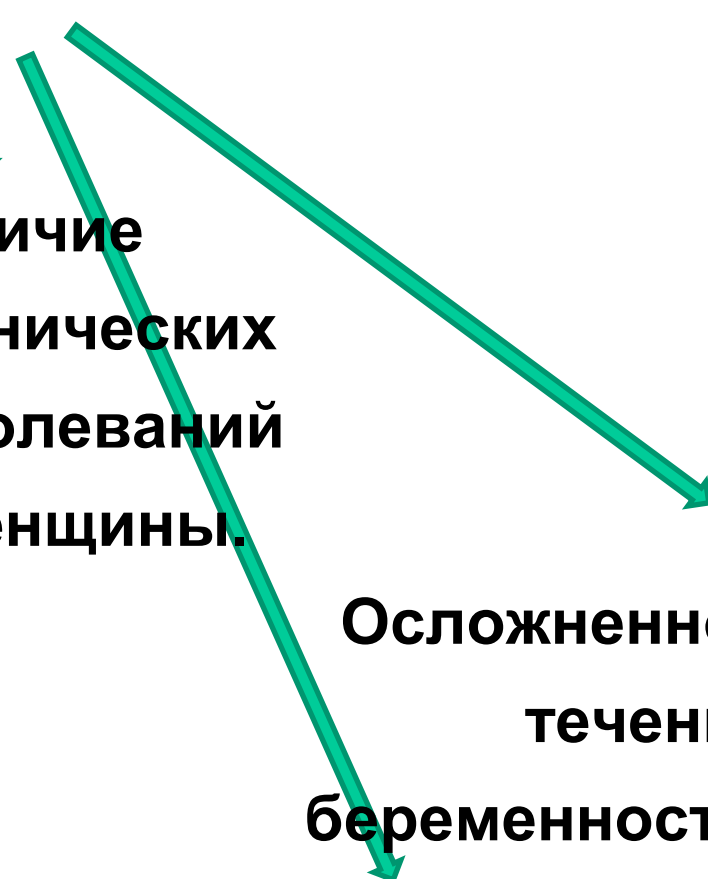
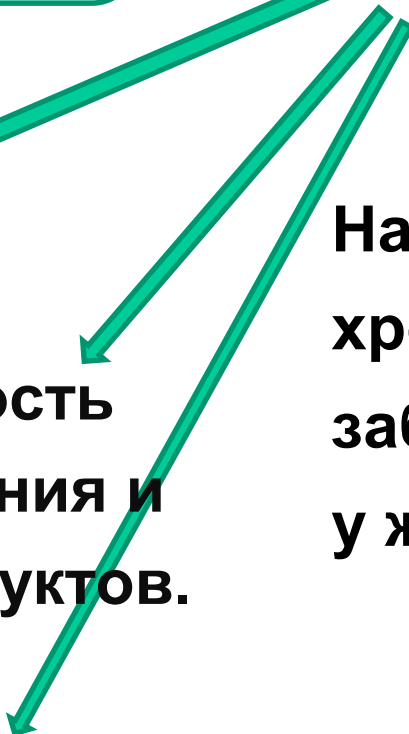
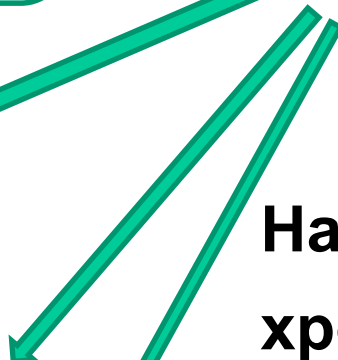
**Полноценность
рациона питания и
качество продуктов.**

**Наполняемость
продуктов
микронутриентами**

**Наличие
хронических
заболеваний
у женщины.**

**Осложненное
течение
беременности.**

**Материальный
достаток в семье.**



- **Потери витаминов** при кулинарной обработке в зависимости от витамина, вида продукта и способа приготовления могут составлять от **10% до 40–90%**.
- **Биологическая доступность** разных витаминов из различных продуктов колеблется в широких пределах — от **5 до 80%** от их общего содержания.

В период грудного вскармливания потребность женщины в витаминах и минералах возрастает до 1,5 раз



Глава 2. Питание кормящих матерей

- Установлено, что оптимальный рацион кормящей женщины, состоящий из натуральных продуктов, не может содержать достаточного количества витаминов и минеральных веществ.
- Их дефицит при сбалансированном и разнообразном питании даже в высокоразвитых в экономическом отношении странах (Европа, Япония, США, Австралия и др.) составляет в среднем 20–30%, достигая по отдельным компонентам 50–60%.

Для улучшения рационов питания кормящих женщин, достаточной выработки грудного молока и оптимизации его состава целесообразно **использовать специализированные продукты** для беременных и кормящих женщин.

Для восполнения дефицита витаминов и минеральных веществ также **используются ВМК.**



Программа оптимизации вскармливания детей
первого года жизни
в Российской Федерации

Методические рекомендации

Полноценный состав грудного молока возможен только при адекватном витаминно- минеральном обеспечении во время беременности и в течении всего лактационного периода

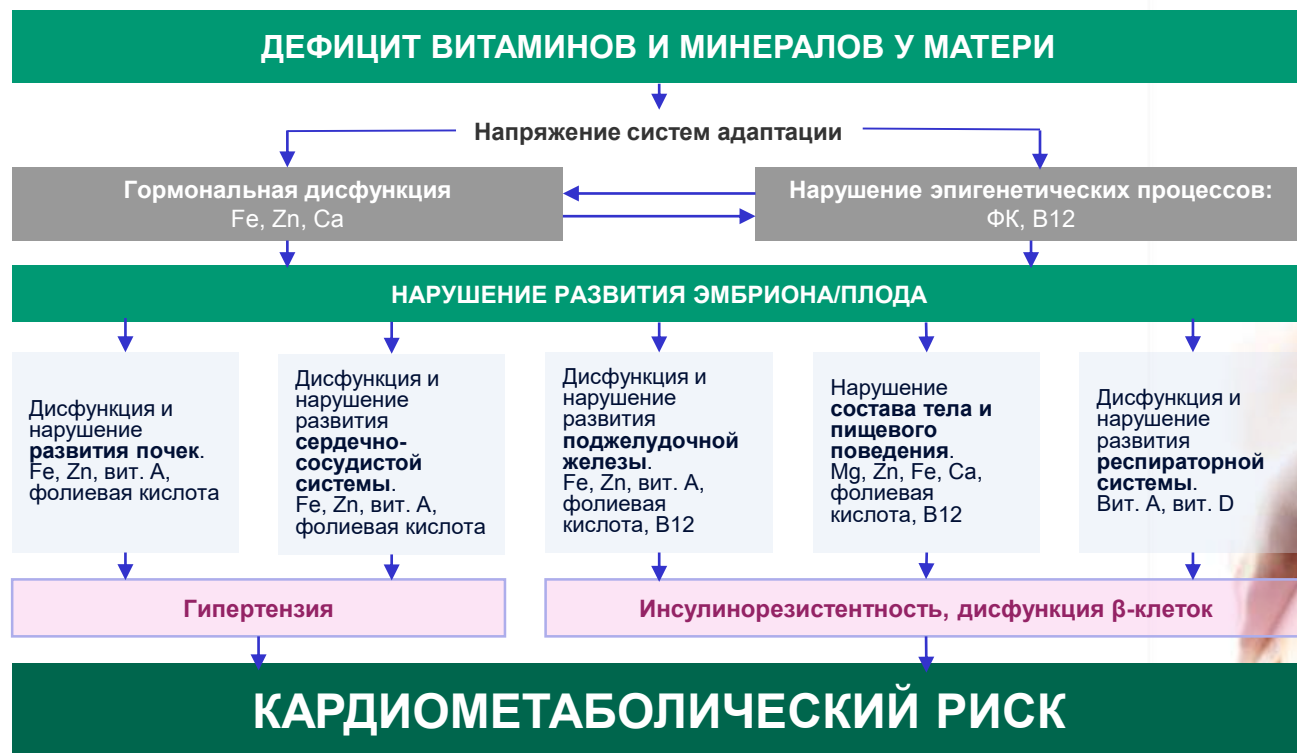
- Для достижения высокой витаминной ценности молока женщина должна принимать витамины на протяжении всей беременности.
- Прекращение приема витаминов после родов приводит к микронутриентному дефициту грудного молока уже через 2 недели.

Коденцова В.М., Вржесинская О.А., Лукоянова О.Л. Витамины в питании кормящей женщины и ее ребенка Гинекология (приложение к журналу Consilium medicum). — 2002. — Т. 4, № 1.

содержание усиленной
дозировки фолиевой
кислоты (800 мкг), а
также железа и
витамина D



Дефицит микронутриентов у матери – последствия для ребенка на всю жизнь!



ООН и ВОЗ рекомендуют отдавать предпочтение комплексам с полной формулой

// ВМК с полной формулой одновременно компенсируют недостаточность многих микронутриентов.

// Применение поливитаминов более физиологично, так как с продуктами питания человек получает одновременно целый набор витаминов и минералов, действующих в синергии.

Наиболее важные ингредиенты в составе ВМК, рекомендованные ООН и ВОЗ

Медь	Селен	Йод
Витамин А	Витамин В ₁	Ниацин
Витамин В ₂	Витамин В ₆	Витамин В ₁₂
Витамин С	Витамин D	Витамин Е

Элевит®. Дифференцированный подход к обеспечению витаминами и минералами планирующих, беременных и кормящих женщин

Планирование - 1 триместр
Элевит 1

Схема приема
комплексов
Элевит®
у женщин с
низким риском
перинатальных
осложнений



**Формирование
сердца и мозга**

- // Метафолин®
- // йод
- // железо
- // витамин D

2–3 триместр
Элевит 2



новинка

**Развитие сердца и
мозга**

- // две формы омега 3:
ДГК и ЭПК*
- // железо
- // йод

Кормление
Элевит 3
Кормление



**Развитие мозга
и зрения после
рождения**

- // омега-3
- // йод
- // витамин A

Элевит®. Дифференцированный подход к микронутриентному сопровождению планирующих, беременных и кормящих женщин

Для профилактики ВПР, перинатальных осложнений и поддержки в период планирования, беременности и грудного вскармливания разработана линейка ВМК Элевит®, состав которой адаптирован к потребностям женщин разных групп риска

	Планирование	I триместр	II триместр	III триместр	Кормление
Женщины с низким риском развития перинатальных осложнений	Элевит® 1		Элевит® 2		Элевит® 3 Кормление
Женщины групп среднего и высокого рисков* развития перинатальных осложнений старше 30 лет; и/или имеет хронические соматические заболевания (в том числе, Hb ниже 120 г/л, высокий ИМТ); и/или отягощенный акушерско-гинекологический анамнез (в том числе, в анамнезе ВПР; и другие осложнения беременности); и/или с вредными привычками.	Элевит® Пронаталь				

*Высокий перинатальный риск – это увеличение опасности смерти или болезни плода и новорожденного в следствии неблагоприятных факторов со стороны матери, заболеваний самого плода или врожденных пороков развития (ВПР)

Элевит® Кормление

Единственный ВМК для обеспечения кормящей матери жизненно необходимыми микронутриентами, включая комбинацию Омега-3, железа, витаминов А и D, фолиевой кислоты для лучшего развития малыша.

Омега-3 (ДГК) и лютеин — развитие головного мозга и зрительного аппарата у ребенка на грудном вскармливании.

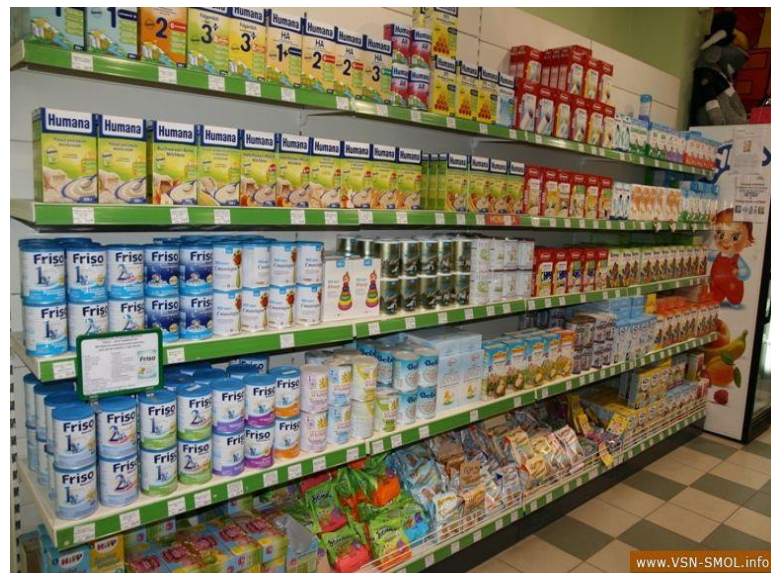


Пищевые и биологически активные вещества	Содержание в суточной дозе (1 капсула)
ДГК (омега-3), мг	200
Витамин А, мкг РЭ (ретинол-эквивалент)	721
Витамин В1, мг	1,4
Витамин В2, мг	1,6
Витамин В5, мг	7,0
Витамин В6, мг	2,0
Витамин В12, мкг	2,0
Витамин С, мг	60
Витамин D, мкг	5,0
Витамин Е, мг ТЭ (токоферол-эквивалент)	5,0
Ниацин, мг	17
Фолиевая кислота, мкг	200
Биотин, мкг	35
Лютеин, мкг	250
Кальций, мг	120
Железо, мг	9
Йод, мкг	150
Цинк, мг	9,5
Селен, мкг	35

Алгоритм выбора адаптированной молочной смеси зависит:

- ✓ от веса и возраста ребенка,
- ✓ от социально-экономических условий семьи,
- ✓ аллергоанамнеза,
- ✓ вида родоразрешения,
- ✓ наличия жалоб и симптоматики,
- ✓ индивидуальной переносимости продукта.
- ✓ Выбор качественного продукта в пределах «широкой линейки» продукции (Нутриция)

**Более 80
наименований
в Н.Н.**



Благодарю за внимание !

