



МЛЕЧНИ ПУТ- ВАШЕ ПУТОВАЊЕ МИ СМО ТУ ДА ПОМОГНЕМО

- ♥ Дојење је најлепши доживљај за мајку и дете, којим се ствара обострани осећај блискости и сигурности. Оно је незаменљив начин којим се обезбеђује идеална храна за здрав раст и развој детета.
- ♥ Мајчино млеко је увек доступно, хигијенски исправно, одговарајуће температуре, бесплатно.
- ♥ Мајчино млеко је једина храна која је беби потребна до навршених 6 месеци .
- ♥ Најинтензивнији раст и развој детета је у првој години живота. У том периоду је најважније поставити добар темељ за доживотно здравље.
- ♥ **Предности мајчиног млека за дете су вишеструке :**
 - дојена деца имају мање инфекција (цревних, упала средњег уха
 - тешких инфекција дисајних путева)
 - алергија (астма, атопијски дерматитис)
 - мањи је ризик од синдрома изненадне смрти одојчета (сидс)
 - мањи је ризик од појаве леукемије и лимфома у дечјој добу
 - боље реагују на апликоване вакцине
 - подстиче развој виших можданих функција
(нарочито је важно за децу рођену пре времена и са малом порођајном тежином)
- ♥ Велики труд који се уложи да се успостави дојење код ситних и незрелих беба ,улог је у здравље те деце.
- ♥ Постоји и дугорочни ефекат на здравље у одраслом добу: смањен ризик од метаболичког синдрома (гојазност, шећерна болест, повишен холестерол, повишен крвни притисак)
- ♥ **Предности дојења за мајку:**
 - помаже скупљању материце и тиме смањује ризик од крварења и анемије.
 - смањује се ризик оболевања мајке (карцинома дојке и јајника)
 - смањује стрес и спречава постпорођајну депресију
 - помаже у регулисању телесне тежине

♥ **Предности дојења за породицу:**

- обезбеђује више сна за маму и тату
- боље здравењ за маму и бебу
- доноси здравствену и матерјалну добробит за целу породицу
- новац који се троши за куповину млечне формуле, може бити употребљен у друге сврхе.
- успоставља складне породичне односе

Важно је да тата од почетка буде део ВАШЕ ЕКИПЕ.

Информишите се пре порођаја о предностима мајчиног млека и дојења. Школе за труднице, онлајн едукације, разговори о дојењу са својим гинекологосу прави начин за прирему .

Информишите се о проблемима који се могу јавити; то ће Вам помоћи да лакше пребродите потешкоће и уживате у првим данима са Вашом бебом.

Ви и Ваша беба сте мали тим који стрпљиво и упорно треба да стигне до циља. За све треба време. Немојте одустајати, претерано бринути јер у почетку не буде све баш онако како смо замишљали.

♥ **Донесите одлуку да дојите.**

♥ **Ви сте најбоља мама на свету!**

♥ **Ту смо увек за Вас!**

ОНЛАЈН САВЕТОВАЊЕ:

E-mail: podrskadojenju.danijela@gmail.com

Данијела Вељковић

Саветник за подршку дојењу, развојну и породично оријентисану негу ГАК "Народни Фронт"

