

Visā pasaulē atzīmē Zīdīšanas veicināšanas nedēļu

Lai atgādinātu par mātes piena nozīmi un tā unikālajām īpašībām gan kā pārtikas produktam, gan kā ārstniecības līdzeklim jaundzimušajam, **katru gadu no 1. līdz 7. augustam visā pasaulē tiek atzīmēta Zīdīšanas veicināšanas nedēļa**. Arī Rīgas Dzemdību nama speciālisti **aicina mazuļus ēdināt ar mātes pienu, jo tas ne vien pilnībā apmierina visas jaundzimušā vajadzības pēc uzturvielām, samazina dažādu slimību risku, bet ir arī neatkarojams piedzīvojums un īpašas saites veidošana starp māmiņu un bērnu**.

Mātes piens ir neaizvietoājams pārtikas produkts jaundzimušajam. Zīdītiem mazuļiem **retāk ir dažādas alerģijas, elpošanas orgānu slimības, vidusauss iekaisumi, caureja**. Ar mātes pienu ēdināti zīdaiņi retāk saslimst ar I tipa cukura diabētu, leikozi, turklāt šie bērniem dzīves laikā ir zemāks liekā svara risks. **Pierādīts, ka bērniem, kuri baroti ar mātes pienu, ir augstāks intelekta koeficients**.

Zīdīšanas laikā mātes organismā izdalās hormoni – oksitocīns jeb mīlestības hormons, kam ir liela nozīme sievietes labsajūtā, un prolaktīns, kas ne tikai stimulē piena veidošanos, bet arī palīdz veidoties mātes jūtām. **Sievietes, kuras ir zīdījušas mazuļus, dzīves laikā retāk slimo ar krūts vēzi, olnīcu vēzi un osteoporozī**.

Lai palīdzētu jaunajām māmiņām veiksmīgi uzsākt zīdīšanu un atbildētu uz visiem ar to saistītajiem jautājumiem, Dzemdību namā izveidots Zīdīšanas kabinets un tiek organizētas lekcijas par zīdīšanas fizioloģiju (<http://ej.uz/lekcijam>). Elektroniski ar materiāliem par zīdīšanu var iepazīties arī LR Veselības ministrijas izdotajā bukletā „Zīdīšanas ABC” (materiāls pieejams šeit).

Pasaules Zīdīšanas veicināšanas nedēļā Dzemdību nama mājaslapā (www.rdn.lv) un sociālajos tīklos tiks publicēti speciālistu sagatavoti informatīvi materiāli par bērna zīdīšanu, mātes pienu un citiem ar zīdīšanu saistītiem jautājumiem. Aicinām iepazīties ar ārstu neonatalogu un vecmāšu sniegtajiem padomiem!

Lai atgādinātu par mātes piena nozīmi un tā unikālajām īpašībām gan kā pārtikas produktam, gan kā ārstniecības līdzeklim jaundzimušajam, **katru gadu no 1. līdz 7.**

augustam visā pasaulē tiek atzīmēta Zīdīšanas veicināšanas nedēļa. Arī Rīgas Dzemdību nama speciālisti **aicina mazuļus ēdināt ar mātes pienu, jo tas ne vien pilnībā apmierina visas jaundzimušā vajadzības pēc uzturvielām, samazina dažādu slimību risku, bet ir arī neatkarojams piedzīvojums un īpašas saites veidošana starp māmiņu un bērnu.**

Mātes piens ir neizvietojs pārtikas produkts jaundzimušajam. Zīdītiem mazuļiem **retāk ir dažādas alerģijas, elpošanas orgānu slimības, vidusauss iekaisumi, caureja.** Ar mātes pienu ēdināti zīdaiņi retāk saslimst ar I tipa cukura diabētu, leikozi, turklāt šie bērni dzīves laikā ir zemāks liekā svara risks. **Pierādīts, ka bērniem, kuri baroti ar mātes pienu, ir augstāks intelekta koeficients.**

Zīdīšanas laikā mātes organismā izdalās hormoni – oksitocīns jeb mīlestības hormons, kam ir liela nozīme sievietes labsajūtā, un prolaktīns, kas ne tikai stimulē piena veidošanos, bet arī palīdz veidoties mātes jūtām. **Sievietes, kuras ir zīdījušas mazuļus, dzīves laikā retāk slimo ar krūts vēzi, olnīcu vēzi un osteoporozi.**

Lai palīdzētu jaunajām māmiņām veiksmīgi uzsākt zīdīšanu un atbildētu uz visiem ar to saistītajiem jautājumiem, Dzemdību namā izveidots Zīdīšanas kabinets un tiek organizētas lekcijas par zīdīšanas fizioloģiju (<http://ej.uz/lekcijam>). Elektroniski ar materiāliem par zīdīšanu var iepazīties arī LR Veselības ministrijas izdotajā bukletā „Zīdīšanas ABC” (materiāls pieejams šeit).

Pasaules Zīdīšanas veicināšanas nedēļā Dzemdību nama mājaslapā (www.rdn.lv) un sociālajos tīklos tiks publicēti speciālistu sagatavoti informatīvi materiāli par bērna zīdīšanu, mātes pienu un citiem ar zīdīšanu saistītiem jautājumiem. Aicinām iepazīties ar ārstu neonatologu un vecmāšu sniegtajiem padomiem!