مزایای استفاده از شیر مادر

شیر مادر مائده الهی پروردگار عالم به انسان است که بدلیل مزایای بی نظیر و بدون جانشین آن ، همواره ترویج تغذیه با شیر مادر به عنوان راهکار موثر کاهش مرگ و میر کودکان و ارتقا سلامت آنان از اجزا مراقبت‌های بهداشتی کشور محسوب شده است . براساس گزارشات جهانی اگر تمام نوزادان بلافاصله پس از تولد در تماس پوست با پوست با مادران قرار گیرند و به مدت 6ماه به طور انحصاری با شیر مادر تغذیه شوند و تا دو سال به طور مناسب ادامه یابد، مرگ و میر کودکان زیر 5 سال در سطح جهان 13-20 درصد کاهش خواهد یافت. به گفته کارشناسان تغذیه از جمله مهمترین مزایای شروع تغذیه با شیر مادر در ساعت اولد تولد دریافت شیر آغوز یا کلستروم می‌باشد که برای نوزاد بسیار مغذی است . نیاز غذایی نوزاد در هنگام تولد خیلی کم و مقدار آغوز برای تامین نیازهای او کافی است .آغوز سرشار از عوامل حفاظتی و ایمنی بخش بوده و اولین ایمن سازی نوزاد محسوب می شود . آغوز سرشار از ویتامین A است که برای حفاظت از چشم و کاهش عفونت‌ها اهمیت دارد.