



КАК ПОНЯТЬ, ЧТО МЕДРАБОТНИК МЕШАЕТ КОРМИТЬ ГРУДЬЮ

Доктор Джек Ньюман

Все медработники *говорят*, что они двумя руками за грудное вскармливание. Если вы без проблем кормите, никто вам мешать не будет. Или будет, несмотря на то, что у вас все в порядке. Но как только вы столкнулись с какой-либо проблемой, например, у вас не получается кормить, вы устали или не ладите с мужем, врач обязательно посоветует отлучить ребенка от груди или начать докармливать его смесью. Как понять, что медработник поможет кормить грудью и поддержит в трудную минуту, или хотя бы не будет вам мешать? Вот краткий список признаков, который поможет вам быстро разобраться, поддерживает ли врач кормление на деле или только на словах.

Медработник мешает грудному вскармливанию, если:

1. Во время беременности или сразу после рождения ребенка врач предлагает вам пробники смесей или брошюры производителей искусственного питания. И пробники смесей, и рекламные материалы заманивают маму кормить ребенка искусственными смесями. Когда врач раздает литературу или товары производителей искусственного питания, он рекламирует их товар. На сегодняшний день нет никаких данных о том, что для здорового ребенка одна марка смеси лучше другой. Любые рекламные материалы (бумажные, аудио или видео), которые прилагаются к пробникам смесей, исподволь или открыто подрывают веру в то, что у вас получится кормить, и напропалую нахваливают искусственное питание. Все еще не верите в злые умыслы производителей смесей? Тогда подумайте, зачем они всеми правдами и неправдами завоевывают право распространять именно свою продукцию и литературу через врачей и роддома? Почему медработники не рекламируют грудное вскармливание?

2. Врач считает, что грудное и искусственное вскармливание ничем не отличаются. Многие искусственники вырастают здоровыми и довольными жизнью людьми. Не все груднички вырастают здоровыми и счастливыми. И тем не менее, это не доказательство того, что между грудным и искусственным вскармливанием нет разницы. Искусственная смесь лишь отдаленно напоминает грудное молоко. Более того, сегодняшняя смесь — это попытка воспроизвести то, что мы знали, вернее, о чем мы только начинали догадываться относительно состава грудного молока, несколько лет назад. Например, давным-давно было известно, что докозагексаеновая и арахидоновая кислоты важны для развития мозга ребенка. И только недавно эти кислоты стали добавлять в искусственные смеси. Значит ли это, что смеси стали лучше? Нет, потому что неизвестно, усваиваются ли эти добавки должным образом. Похожие вещества из грудного мо-



лока и смесей всасываются совершенно по-разному. Эти различия существенно влияют на здоровье детей и отражаются на нем, когда дети вырастают. Я уже не говорю о всем разнообразии составляющих грудного молока, которых вообще нет в смесях, хотя всем известно, как они важны в первые годы жизни ребенка! Как вы уже, наверное, догадались, речь идет об антителах и клетках, которые защищают ребенка от инфекций, о факторах роста, которые помогают дозреть иммунной системе, мозгу и другим органам. Во время кормления грудью завязываются качественно иные отношения между мамой и ребенком. Кормление смесью из бутылки совсем не похоже на отношения на основании грудного вскармливания. Очень грустно, если у вас не получилось кормить грудью, хотя в большинстве случаев проблемы с кормлением *можно* было предупредить. Однако это не повод снисходительно обманывать вас. Грудное вскармливание не гарантирует здоровья и счастья ребенка, но нельзя и отрицать то, что оно *сильно влияет* на вероятность вырастить благополучного и здорового человека.

3. Врач говорит, что нет ничего лучше смеси марки X. Подобные утверждения означают, что врач слишком много общался с распространителями этой смеси или наслушался рекламы. А может быть, именно эта смесь подошла собственным детям врача больше, чем другие. Попросту, вместо научно обоснованной рекомендации врач дает вам предвзятый совет.

4. Врач не советует кормить сразу после рождения малыша, потому что вы устали после родов или потому, что врач думает, что дети не хотят сосать грудь сразу после рождения. Если ребенок лежит на вас и сам не хочет сосать — не беда. Тем не менее, многие дети начинают сосать вскоре после рождения. Во время кормления не обязательно сидеть. Дети чудесно сосут грудь, пока мама лежит и отдыхает или даже спит. Новорожденные могут взять грудь не сразу, но это не значит, что надо лишать их возможности добраться до груди, когда они захотят. Важно не пропустить этот момент. Большинство детей хотят сосать и лучше всего берут грудь через час-два после рождения. Если в это время унести ребенка от матери, можно упустить время, когда наладить кормление легче всего. Как только ребенок родился, нет ничего важнее, чем научиться кормить грудью. Если ребенка взвешивают, делают ему уколы, закапывают в глаза, и у вас совсем нет времени попробовать приложить малыша к груди, — медработники мешают вам кормить.

5. Врач уверяет, что путаницы сосков не существует, и советует как можно раньше дать ребенку бутылку, чтобы малыш привык к соске. Зачем давать ребенку бутылку, если путаницы сосков не существует? Ведь тогда ребенок сможет научиться сосать бутылку в любое время, не так ли? Если врач отрицает, что ребенок может отказаться от груди в пользу бутылки, он путает причину и следствие. Нужно еще доказать, что искусственные соски безвредны. Ни одно млекопитающее в дикой природе никогда не сосало из соски. Человек первый придумал соску, но до недавнего времени люди почти не кормили детей из бутылки. До сих пор не доказано, что искусственные соски безопасны для кормления грудью. Медработник, который всю жизнь прожил среди людей, которые кормят из бутылочек, принимает за физиологическую норму кормление

из бутылки и сосок, а не грудное вскармливание. Поэтому он ошибочно думает, что искусственные соски совершенно безвредны и безопасны. Не все дети путаются между грудью и соской, не все дети плохо сосут, потому что они не могут переключиться между сосанием груди и соски. Однако некоторые дети отказываются от груди после того, как им дали соску. Искусственные соски — один из факторов, который приводит к тому, что кормить не получается.

6. Врач советует отлучить ребенка от груди, если вы или ребенок заболели, если вам нужно пить лекарства, сдать анализы, делать рентген или пройти лечение. Очень часто врачи ошибочно считают, что ребенка надо отлучить от груди. Крайне редко лечение, процедура или заболевание действительно несовместимы с кормлением. Врач, который поддерживает кормление, постарается найти возможность не прерывать грудное вскармливание на время лечения. В фармакологических справочниках для врачей и вкладышах к лекарственным препаратам почти всегда пишут, что прием препарата противопоказан при грудном вскармливании. Фармацевтические компании боятся судебных исков, поэтому их меньше всего волнуют интересы матерей и детей. Если матери надо пить лекарства, врач должен подобрать препарат, совместимый с кормлением. *Большинство* лекарств совместимы с кормлением. Во многих случаях есть несколько препаратов, которыми можно лечить данное заболевание. Если врач прописывает лекарство, несовместимое с кормлением, — он считает, что кормление не важно.

7. Врач крайне удивлен, что вы все еще кормите шестимесячного малыша. Многие медработники думают, что детей нужно кормить искусственными смесями до 9–12 месяцев. Сегодня уже есть смеси для кормления 18-месячных и даже трехлетних детей! Неудивительно, если медики скоро начнут советовать кормить детей смесями до трех лет. В то же время врачи считают, что грудное молоко и грудное вскармливание после шести месяцев — блажь или даже вредная привычка. Почему же суррогатное питание лучше нормального? Откуда появились такие странные идеи? Кормление грудью два-три года считается обычным и нормальным почти во всем мире. Вездесущая реклама искусственного питания привела к тому, что нормальное грудное вскармливание становится редкостью.

8. Врач рассказывает, что после шести месяцев в грудном молоке нет ничего полезного. Даже если бы это было так, *грудное вскармливание (сам процесс)* без молока ценно само по себе как неповторимые отношения между матерью и ребенком. И все же молоко есть молоко, с жирами, белками, калориями, витаминами, антителами и другими защитными факторами. По мере взросления ребенка некоторых веществ в молоке даже становится больше, чем когда ребенок был маленький. Если кто-то утверждает, что после шести месяцев в молоке нет ничего полезного или питательного, он ничегошеньки не смыслит в грудном вскармливании.

9. Врач учит ни в коем случае не давать ребенку засыпать у груди. Зачем усложнять себе жизнь? Хорошо, если ребенок может уснуть без груди. И все же прелесть



кормления заключается в том, что ребенка легко убаюкать у груди. Испокон веков, всегда и везде дети мирно засыпали, посасывая грудь. Какая мать не растает, когда теплый комочек спокойно, без слез засыпает у ее груди? Кормление грудью помогает быстро уложить ребенка спать: маме легко, а ребенку спокойно.

10. Врач советует оставить больного ребенка в больнице под предлогом, что вам лучше отдохнуть без него дома. Несомненно, вам нужно побольше отдохнуть, особенно когда вы ухаживаете за больным малышом. Роддом или больница, которые поддерживают кормление на деле, должны сделать так, чтобы вам было удобно в больнице, где лежит ребенок. Больным детям нужно кормление даже больше, чем здоровым.

11. Если у вас не получается кормить, и врач не знает, как вам помочь, он не направляет вас за помощью к другим специалистам. Почти все сложности с кормлением легко предупредить или решить по ходу дела. Введение докорма искусственной смесью чаще всего мешает, а не помогает наладить кормление. К сожалению, *большинство врачей (и особенно педиатров)* не знают, как помочь кормящей женщине. Зато вокруг есть другие специалисты, которые знают, как справиться с трудностями. Не сдавайтесь! Ищите квалифицированную помощь для того, чтобы научиться кормить грудью. «Для того, чтобы быть хорошей мамой, не обязательно кормить грудью», — верное утверждение, но от него не легче, если вы хотите кормить, а у вас не получается.

12. Врач утверждает, что рекомендации ВОЗ разработаны для стран «третьего мира». Кормление смесями даже в благополучных странах приводит к тому, что дети больше болеют и даже умирают. Недавние исследования показали, что из-за кормления смесями в США ежегодно умирает около тысячи детей, и еще больше страдают от заболеваний, которые можно предотвратить кормлением грудью. Благополучие защищает от болезней лишь до определенного момента. Помимо этого, в каждой стране, какой бы богатой она не была, есть очаги «третьего мира». Например, в канадском городе Торонто есть дети, у которых высокий риск не просто заболеть, но и умереть, если их кормить смесями. ВОЗ рекомендует минимальные правила, которые подходят для всех стран мира, вне зависимости от уровня достатка и развития в стране. Природные катаклизмы происходят в самых благополучных странах, так же, как и в развивающихся. Никто не застрахован от перебоев в водоснабжении, питании, электроэнергии и здравоохранении. Если врач говорит, что ВОЗ рекомендует кормление грудью только для детей из стран «третьего мира», это звучит ровно так же, как реклама смесей и выступления производителей искусственного питания против рекомендаций ВОЗ. ВОЗ/ЮНИСЕФ всегда четко заявляли, что рекомендации по грудному вскармливанию, инициатива «Больница, дружелюбная к ребенку» и Международный свод правил маркетинга заменителей грудного молока распространяются на все страны мира.

Редакция 2011 года
Автор Джек Ньюман, врач-педиатр,
консультант ЮНИСЕФ по инициативе «Больница, дружелюбная к ребенку».