



Среди кормящих мам бродят несколько мифов, связанных с употреблением алкоголя при кормлении грудным молоком.

Молока становится больше

МИФ: алкоголь (в вариациях мифа – конкретно пиво) улучшает

лактацию, увеличивает количество молока.

ПРАВДА: согласно исследованиям ученых, хотя употребление пива и увеличивает количество прикладываний к груди, оно не увеличивает количество молока. Напротив, после употребления пива и других алкогольных напитков количество молока снижается примерно на 25%. А частота прикладываний увеличивается потому, что ребенок не наедается за привычное время, так как кормление становится затрудненным.

Ребенок лучше спит



МИФ: выпитый мамой спиртной напиток помогает малышу уснуть. Довольно часто кормящей маме могут советовать выпивать бокал вина или пива перед вечерним кормлением, чтобы ребенок лучше

спал ночью.

ПРАВДА: исследователи доказали, что алкоголь в молоке действительно вызывает сонливость у малыша, но сон этот поверхностный, фазы сна короткие. В результате ребенок не может полноценно выспаться и восстановить силы, а кроме того, постоянно просыпается, мешая отдохнуть и маме.

Спиртное не меняет вкус молока

МИФ: алкоголь не влияет на вкус молока.



регулярном употреблении, малыш может совсем отказаться от груди.

Надо сцеживаться

МИФ: сцеживание помогает устранить алкоголь из молока.

ПРАВДА: этот миф также безоснователен. Алкоголь не накапливается в молоке и через некоторое время возвращается обратно в кровоток, чтобы выйти из организма. Сцеживание никак не влияет на количество алкоголя в молоке и не ускоряет его выведение. Также бесполезны в этом случае попытки ускорить выведение хмеля с помощью большого количества жидкости – чая или воды.

Снимает стресс после родов

МИФ: минимальные дозы алкоголя помогают снять стресс сразу после родов.

ПРАВДА: очень опасный миф, так как спиртные напитки только усиливают депрессивные состояния любого происхождения – послеродовые в том числе. А для новорожденного малыша удар будет гораздо сильнее, поскольку его организм только начал адаптироваться к самостоятельной жизни.

Когда нельзя ни капли:

- В первые трех месяца жизни малыша. Печень малыша совершенно не способна переработать токсины алкоголя, поэтому они вызовут отравление всех внутренних органов.

- В первый год жизни активно формируется мозг ребенка. Поступление алкоголя в организм в это время вызывает остановку развития клеток головного мозга, что может стать причиной психических заболеваний и умственной отсталости у ребенка.

Материнская грудь, убивающая младенцев:

1. Дети умирают от удушья, задавленные в кроватях уснувшими пьяными матерями.
2. Дети умирают от травм, причиненных по неосторожности пьяными матерями.
3. Дети привыкают с младенчества к алкоголизму у пьяных матерей. Кормить ребенка грудью после употребления алкоголя это же самое, что развести молоко водкой и породительно заботливо предложить бутылочку с этой смесью.

В случае чрезмерного употребления алкоголя, возможны следующие изменения со стороны поведения ребенка:

При однократном употреблении спиртного:

Вялость, сонливость

Глубокий сон

Слабость

При хроническом злоупотреблении спиртным:

Недостаточное набирание веса

Задержка психомоторного развития

Снижение количества молока и замедление сосательного рефлекса у ребенка

ГБУЗ «Забайкальский краевой перинатальный центр»



**Мифы об алкоголе при
грудном вскармливании**

Помните, что у Вас всегда есть выбор!!!