

DLA DZIECKA:

1. Mleko matki jest najlepsze dla dziecka. Zmienia się wraz z rozwojem i wzrostem niemowlęcia, zaspokaja jego potrzeby żywieniowe.
2. Wraz z mlekiem matka przekazuje swojemu dziecku substancje aktywne biologicznie – przeciwciała, czynniki przeciwbakteryjne i przeciwwirusowe, enzymy, hormony, komórki macierzyste.
3. Rzadziej występują choroby układu oddechowego (zapalenie płuc, oskrzeli, astma) i pokarmowego (biegunki, martwicze zapalenie jelit, zaparcia oraz inne zaburzenia trawienia i wchłaniania)
4. Mleko matki zmniejsza również ryzyko wystąpienia infekcji dróg moczowych, zapalenia ucha środkowego, anemii, atopowego zapalenia skóry
5. U dzieci karmionych naturalnie obserwuje się lepszy rozwój poznawczy (zawarte w pokarmie kwasy tłuszczowe, cholesterol i cukry korzystnie wpływają na rozwój i pracę mózgu)
6. Karmienie naturalne stanowi profilaktykę nadwagi i otyłości, cukrzycy, chorób serca i naczyń krwionośnych w wieku dojrzałym.
7. Ssanie piersi wspomaga rozwój jamy ustnej. U dzieci karmionych tylko i wyłącznie piersią rzadziej występują wady wymowy i zgryzu.
8. Karmienie naturalne zmniejsza ryzyko wystąpienia zespołu nagłej śmierci łóżeczkowej (SIDS)
9. Karmienie piersią zaspokaja wiele potrzeb dziecka. Ciepło, bliskość, zapach matki mają ogromny wpływ na psychikę niemowlęcia i jego rozwój emocjonalny. Dzieci karmione piersią są ufne, radosne i pogodne.

DLA MATKI:

1. Karmienie piersią umacnia więź między matką i dzieckiem. Kobieta karmiąca piersią łatwiej i szybciej uczy się rozpoznawać sygnały płynące od dziecka. To sprawia, że opieka nad nim staje się łatwiejsza.
2. Karmienie piersią zaspokaja również potrzeby emocjonalne matek. Wiele kobiet karmiących piersią wspomina te chwile jako najpiękniejsze w życiu.
3. Karmienie piersią zwiększa zużycie kalorii. Karmiące kobiety szybciej tracą tłuszcz nagromadzony w czasie ciąży.
4. Karmienie naturalne powoduje szybsze obkurczanie się mięśnia macicy, co chroni przed nadmierną utratą krwi, a tym samym przed niedokrwistością.
5. Karmienie piersią zmniejsza ryzyko zachorowania na nowotwór piersi i jajnika.
6. w wieku podeszłym rzadziej dochodzi do złamań stawu biodrowego i zmniejsza się ryzyko osteoporozy
7. Jeśli karmienie trwa ponad 12 miesięcy, kobiety rzadziej chorują na nadciśnienie tętnicze, cukrzycę, hiperlipidemię i chorobę niedokrwinną serca w okresie pomenopauzalnym.
8. Karmienie piersią wpływa na psychikę kobiety. Pod wpływem karmienia kobieta staje się spokojniejsza, łatwiej znosi trudy macierzyństwa, czerpie z niego radość i satysfakcję, jest bardziej cierpliwa i łagodniejsza, ma lepsze podejście wychowawcze.
9. Karmienie zmniejsza ryzyko depresji poporodowej.