

## کلستروم:

کلستروم اولین شیری است که توسط مادر تولید می شود. یک مایع زرد رنگ سرشار از آنتی بادی که سیستم ایمنی بدن نوزاد را تقویت و از او در برابر بیماری ها محافظت میکند

آنتی بادی نوعی پروتئین است که توسط سیستم ایمنی ساخته می شود و به ویروس ها و باکتری ها حمله کرده، آنها را از بین می برد. این شیر به شکل گیری لوله گوارشی نوزاد نیز کمک می کند

کلستروم، نوزاد را در مقابل بیماری های باکتریایی و ویروسی به ویژه آنهایی که مادر، نوزاد و خانواده بیشتر در معرض آن هستند حفظ و از ای کولی (نوعی باکتری) و آلرژی جلوگیری میکند. مصرف ماهی به تولید چنین پروتئین هایی در شیر مادر کمک می کند.

## انواع پروتئین:

۱. شیر انسان حاوی دو نوع پروتئین است پروتئین وی و کازئین که نسبت آنها به هم ۶۰ به ۴۰ است

پروتئین وی پروتئین خالص، طبیعی و با کیفیت بالاست و پروتئین کازئین یکی از منابع اصلی تامین کلسیم مورد نیاز بدن انسان می باشد. این تعادل پروتئینی موجب هضم سریع و آسان آنها می شود. این دو نوع پروتئین به شدت کودک را در برابر عفونت ها محافظت میکند

لاکتوفرین:

لاکتوفرین نام یک پروتئین در شیر مادر است که مانع رشد باکتری ها در دستگاه گوارش میشود.



منبع: کتاب مادران و نوزادان نوواک

شماره تماس بیمارستان:

41325521

تکلت قابل توجه برای شما مددجو محترم:

۱.

۲.

۳.

۴.

بسمه تعالی



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی گیلان  
بیمارستان غدیر سیاهکل

## فواید تغذیه با شیر مادر

### فواید شیر مادر برای نوزاد

۱ جلوگیری از اختلالات روانی در آینده

۲ تامین بسیاری از مواد مغذی

۳ حفاظت از بدن نوزاد در برابر بیماری ها

۴ کمک به افزایش هوش نوزاد

۵ منبعی در دسترس و بی نیاز از گرم کردن



واحد آموزش سلامت

کمیته آموزشی بیمارستان غدیر

فروردین ۱۴۰۰

شیر تا پیاز شیر دهی:

فواید شیر مادر بر هیچ کس پوسیده نیست  
اما همچنان چیزهایی هست که شاید در  
مورد شیر مادر ندانید. احتمالاً بعد از خواندن  
این مطالب شگفت زده خواهید شد که شیر  
مادر تا چه اندازه برای نوزاد ارزشمند و  
ضروری است

شیر مادر نخستین غذایی است که به نوزاد  
تازه متولد شده داده میشود بنابراین کیفیت  
آن از اهمیت زیادی برخوردار است

شیر دهی ممکن است به صورت مستقیم  
توسط مادر یا غیر مستقیم از طرسق شیر  
دوش به نوزاد انجام شود. طبق توصیه های  
سازمان جهانی بهداشت بهتر است کودک در  
۶ماه اول از طریق شیر مادر تغذیه شود و  
سپس در صورت آمادگی لازم از مواد  
غذایی جامد استفاده کند

فواید شیر مادر برای نوزاد به حدی است که  
آثار مثبت آن در کودکی و بزرگسالی کاملاً  
مشهود است

چه املاح و ویتامین هایی در شیر مادر  
وجود دارد:

شیر مادر بهترین منبع مواد مغذی برای  
نوزاد است

بسیاری از عناصر موجود در شیر مادر  
کودک را مقابل عفونت و بیماری ها  
حفظ میکند

پروتئین های موجود در شیر مادر بسیار  
راحت تر از پروتئین موجود در شیر گاو  
هضم می شوند

### املاح و ویتامین های موجود در شیر مادر



در ادامه برخی از املاح موجود در شیر  
مادر و خواص آن برای نوزاد بیان شده  
اند