Ana südü ilə qidalandırma həftəsi

Təşkil olunan maarifləndirmə tədbirlərinin məqsədi ana südü ilə qidalandırmanın əhəmiyyətini təbliğ və təşviq etməkdir

Ana südü uşaqların sağlamlığını ən yüksək səviyyədə təmin edir və xarici mühitin xoşagəlməz təsirlərinə qarşı orqanizmin müqavimətini artırır. Eyni zamanda, körpələri ana südü ilə qidalandırmağın ən mühüm üstünlüklərindən biri də ana ilə uşaq arasında emosional və fiziki əlaqəni təmin etməkdir.

Ənənəvi olaraq, 1-7 avqust Ümumdünya Ana Südü ilə Qidalandırma Həftəsi hər il Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatı (ÜST), BMT-nin Uşaq Fondu (UNICEF) və digər təşkilatlar tərəfindən qeyd edilir.

Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyi və UNICEF-in birgə təşkilatçılığı ilə hər il ölkəmizdə həm də 1-7 oktyabr "Azərbaycanda ana südü ilə qidalandırma həftəsi" keçirilir.

Belə tədbirlərin təşkilində əsas məqsəd ana südünün üstünlüklərini, süni qidaların ana südünə nisbətdə fərqini analara izah etmək və ana südü ilə qidalanan uşaqların sayını artırmaq üçün geniş maarifləndirmə işlərini aparmaqdır.

Körpənizin sağlamlığı ana südündən başlayır!

ÜST dünyaya göz açan körpəni həyatının ilk saatından başlayaraq 6 ayına qədər yalnız ana südü ilə qidalandırmağı tövsiyə edir. Doğuşdan sonra döşdən ifraz edilən ağız südü (moloziva) körpənin sağlamlığı üçün çox faydalıdır.

İlk 6 ayı ərzində körpəyə su, çay, meyvə şirəsi, bal və s. kimi əlavə maye və ya qidaların verilməsi məsləhət görülmür, çünki körpənin qəbul etdiyi ana südü onun bütün ehtiyaclarını tam şəkildə ödəyir. 6 aydan sonra ana südü ilə yanaşı, əlavə bəsləyici qidalar da uşağın qidalanmasında yer almalıdır.

Ana südü ilə qidalandırmanı dayandırmaq haqda uşağın 12-14 ayından tez düşünməyin.

Ana südü ilə qidalandırmanın üstünlükləri

Ana üçün:

- Uşaqlığın yığılmasına kömək etməklə doğuşdan sonrakı qanaxmaların qarşısını alır
- Süd vəzisində və yumurtalıqlarda bədxassəli yenitörəmələrin inkişaf riskini aşağı salır
- Süd vəzisində durğunluq və iltihabın qarşısını alır
- Doğuşdan sonrakı ilk aylarda yeni hamiləlikdən qorunmağa kömək edir

Körpə üçün:

- Uşaqda fiziki, psixo-emosional inkişafa və müsbət keyfiyyətlərin formalaşmasına imkan yaradır
- Tamdəyərli qidadır, tez həzm olunur
- Uşağın ahənglə böyüməsinə və zehni inkişafına imkan yaradır
- Uşaqda diatezin, raxitin, anemiyaların yaranmasının qarşısını alır
- Körpəni mədə-bağırsaq və respirator infeksiyalardan, pnevmoniyadan qoruyur
- İmmun sistemini gücləndirir

Ana südü körpələr üçün ən ideal qidadır və gələcəkdə uşağın piylənmədən əziyyət çəkməsinin qarşısını alır.

Körpəsini ana südü ilə qidalandırmaq qadınlarda süd vəzi və yumurtalıq şişləri, şəkərli diabet kimi sağlamlıqla bağlı yarana biləcək problemlərin qarşısını alır.

Hər bir ana bilməlidir ki, dünyaya göz açan körpəni ana südü ilə qidalandırmaq onun müqəddəs borcudur!

İSİM
İCTİMAİ SƏHİYYƏ VƏ İSLAHATLAR MƏRKƏZİ

Vərəqə "Azərbaycan gəncliyi 2017-2021-ci illərdə" Dövlət Proqramının həyata keçirilməsi üzrə Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin Tədbirlər Planına uyğun olaraq Səhiyyə Nazirliyi İctimai Səhiyyə və İslahatlar Mərkəzi tərəfindən hazırlanmış və çap olunmuşdur.