

## پیام های بهداشتی به مناسبت هفته جهانی ترویج تغذیه با شیر مادر

- مادرانی که به نوزادان خود شیرمی دهند کمتر به بیماریهای فشارخون، چربی خون و بیماریهای قلبی و عروقی مبتلا می شوند.
- شیر مادر بهترین منبع تغذیه برای نوزادان است.
- مادران مشکوک یا مبتلا به کوید ۱۹ منعی برای کودک خود با شیرمادر ندارند.
- تغذیه انحصاری با شیر مادر برای شیرخواران زیر ۶ ماه در رشد و تکامل و بهبود سیستم ایمنی شیرخوار و پیشگیری از ابتلا به عفونت موثر است.
- شیرمادر مرگ و میر نوزادان و شیرخواران را کاهش می دهد .
- شیر مادر موجب بهبود وضعیت سلامت و تکامل مغزی کودک و شیرخوار می شود.
- تماس پوست با پوست مادر و نوزاد و تغذیه با شیرمادر ، خطر مرگ نوزاد و شیرخوار را به میزان قابل توجهی کاهش می دهد.
- عدم حمایت از تغذیه با شیرمادر در محیط کار ، علاوه بر خطرات سلامتی ، بار اقتصادی خانوار را نیز افزایش می دهد.
- فراهم کردن تسهیلات و حمایت از مادران باردار و شیرده در محیط کار گامی موثر در تامین سلامت مادران و کودکان است.
- تغذیه با شیرمصنوعی خطر عفونت های مکرر گوش ، بیماری های اسهالی، مشکلات دندان، مشکلات عصبی ، اختلال در تنفس در نوزادان و شیرخواران را افزایش می دهد.