

Вопросы и ответы

Раздел «Вопросы и ответы» составлен по материалам международной организации Ла Лече Лига. В разделе содержится информация по вопросам, которые часто возникают у родителей грудных детей. Не все из того, что здесь написано, подойдет именно вашей семье. Ла Лече Лига не дает советов или медицинских рекомендаций. Ла Лече Лига делится с Вами информацией о грудном вскармливании. Если у вас возникла серьезная проблема с кормлением, обратитесь напрямую к местному лидеру Ла Лече Лиги. Обязательно проконсультируйтесь со своим врачом по любому медицинскому вопросу. Лидеры Ла Лече Лиги – не медицинские работники.

В моей семье есть аллергики. Как это может повлиять на кормление ребенка грудью?

Содержащиеся в грудном молоке вещества создают защитный слой в кишечнике ребенка, не давая мельчайшим частицам пищи проникать в его кровеносную систему. Если же микрочастицы пищи все же попадают в кровь, что чаще случается при искусственном вскармливании, то белые кровяные тельца реагируют на эти частицы пищи как на чужеродную субстанцию и «атакуют» их. Такого рода реакция называется аллергической. Симптомы аллергии включают диарею (понос), боли в животе, насморк, слезоточивость, пеленочную сыпь, экзему и беспокойство или бессонницу у ребенка.

Если кто-то из членов Вашей семьи страдает пищевой аллергией, Вам лучше временно отказаться от пищи, вызывающей любого рода реакцию у Вас или у отца ребенка. Кормление грудью помогает сгладить симптомы аллергии. Например, если у вас аллергия на молочные продукты, то белок коровьего молока может вызывать аллергическую реакцию у ребенка и через грудное молоко. Однако, у ребенка на исключительном грудном вскармливании гораздо меньшая вероятность проявить реакцию на данный аллерген в будущем. Грудное молоко снижает вероятность того, что ребенок среагирует на аллерген.

Наиболее часто аллергическая реакция возникает на молочные продукты, пшеницу, цитрусовые, кукурузу, орехи и моллюсков. Если Вы заподозрили, что ребенок реагирует на какой-то из этих продуктов в Вашем питании, попробуйте поочередно исключить вышеуказанные продукты из рациона и посмотрите, не улучшится ли состояние ребенка. На очищение младенческого организма от аллергена может уйти до десяти дней. У ребенка также может быть аллергическая реакция на компоненты витаминов или пищевых добавок (например, железо, консерванты или красители), которые принимаете или Вы сами, или даете их прямо ребенку. Обратите внимание на то, что витамины и фтористые добавки не рекомендуется давать детям младше шести месяцев.

Кофеин, хотя и не является аллергеном, может стать причиной бессонницы и раздражительности у ребенка. Сократите употребление кофе, чая или шоколада и посмотрите, не исчезнут ли тревожащие ребенка симптомы.

Также см. статью «Аллергии и семья грудного ребенка» <http://www.lalecheleague.org/Lang/russian/NB.html>

Перевод Ольги Лукашковой