



# اهمیت تغذیه با شیر مادر



دکتر کتایون خاتمی

فوق تخصص بیماری های گوارش و کبد کودکان  
استادیار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

1399 اسفند 13

# مزایای تغذیه با شیر مادر

3

— شیرخوار

— مادر

— خانواده

— بیمارستان

— کشور

## مشکلات حاد

4

- ؛ اسهال و عفونت های گوارشی
- ؛ عفونت های تنفسی و بستری شدن در بیمارستان
- ؛ اونیت مدیای حاد و مزمن
- ؛ عفونت دستگاه ادراری
- ؛ سیتی سمی و مننژیت باکتریال
- ؛ انتروکولیت نکروزان
- ؛ سندرم مرگ ناگهانی شیرخوار
- ؛ مرگ شیرخوار بعد از دوران نوزادی

## مشکلات مزمن

5

i دیابت ملیتوس وابسته به انسولین (تیپ 1)

i دیابت ملیتوس غیر وابسته به انسولین (تیپ 2)

i چاقی و اضافه وزن

i آسم و آلرژی

i بیماری های التهابی روده

i لوکمی دوران کودکی (لوکمی حاد لنفوسیتی و لوکمی حاد میلوژنوس)

CI %95	OR	توضیح	درصد ریسک کمتر	بیماری
0/36-0/7	0/5	تغذیه انحصاری با شیر مادر به مدت 6 ماه یا بیشتر، در مقابل 3 ماه	50	اوتیت مدیا
0/28-0/94	0/51	تغذیه انحصاری با شیر مادر به مدت 6 ماه یا بیشتر، در مقابل 4-6 ماه	49	عفونت گوش میانی تکرار شونده
0/18-0/74	0/3	تغذیه انحصاری با شیر مادر بیش از 6 ماه در مقابل کمتر از 6 ماه	70	عفونت دستگاه تنفسی فوقانی

CI %95	OR	توضیح	درصد ریسک کمتر	بیماری
0/07-0/79	0/23	تغذیه انحصاری با شیر مادر 4-6 ماه در مقابل 6 ماه یا بیشتر	77	عفونت دستگاه تنفسی تحتانی
0/43-0/82	0/60	تغذیه انحصاری با شیر مادر 3 ماه یا بیشتر، سابقه فامیلی مثبت آتوپیک	40	آسم
0/6-0/92	0/73	تغذیه انحصاری با شیر مادر 3 ماه یا بیشتر، سابقه فامیلی منفی آتوپیک	27	آسم

CI %95	OR	توضیح	درصد ریسک کمتر	بیماری
0/07-0/9	0/26	تغذیه انحصاری با شیر مادر بیش از 4 ماه	74	برونشیت RSV
0/51-0/94	0/23	تغذیه انحصاری با شیر انسان	77	انتروکولیت نکروزان
0/59-1/19	0/84	تغذیه انحصاری با شیر مادر بیش از 3 ماه سابقه فامیلی منفی	27	درماتیت آتوپیک



CI %95	OR	توضیح	درصد ریسک کمتر	بیماری
0/41-0/92	0/58	تغذیه انحصاری با شیر مادر بیش از 3 ماه سابقه فامیلی مثبت	42	درماتیت آتوپیک
0/32-0/4	0/36	مصرف هر مقدار شیر مادر	64	گاستروانتریت
0/51-0/94	0/61	مصرف هر مقدار شیر مادر	31	بیماری التهابی روده

CI %95	OR	توضیح	درصد ریسک کمتر	بیماری
0/67-0/86	0/76	مصرف هر مقدار شیر مادر	24	چاقی
0/4-0/89	0/48	تماس با گلوتن بیش از 2 ماه در زمان تغذیه انحصاری	52	بیماری سلیاک
0/54-0/93	0/71	تغذیه انحصاری با شیر مادر بیش از 3 ماه	30	دیابت تیپ 1
0/44-0/85	0/61	مصرف هر مقدار شیر مادر	40	دیابت تیپ 2

CI %95	OR	توضیح	درصد ریسک کمتر	بیماری
0/71-0/91	0.8	بیش از 6 ماه	20	لوکمی (ALL)
0/73-0/98	0.85	بیش از 6 ماه	15	لوکمی (ALL)
0/24-0/31	0.27	تغذیه انحصاری با شیر مادر	73	سندرم مرگ ناگهانی شیرخوار

# مزایای شیر مادر برای شیرخوار

12

i تغذیه (کامل، تغییرات ترکیب، کلاستروم)

i مصونیت (در سال اول مصونیت کامل نیست: اسهال، پنومونی، اوتیت، مننژیت)

i کاهش بیماریهای آلرژیک

i روانی: IQ, Bonding

i بهترین روش شیردهی در موارد اورژانس

# مواد بیواکتیو شیر مادر

13

- ؛ پروتئین ها : لاکتوفرین، لیزوزیم ....
- ؛ هورمون ها: اریتروپوئین، پرولاکتین، انسولین ....
- ؛ فاکتورهای رشد: فاکتور رشد اپی تلیال، فاکتور رشد شبه انسولین ....
- ؛ نوروپتیدها: نوروتنسنین، سوماتوستاتین ....
- ؛ سایتوکاین ها: IL-6 و TNF- $\alpha$  ....
- ؛ عوامل ضد التهابی: آنزیم ها، آنتی اکسیدان ها، ....
- ؛ نوکلئوتیدها

# سلول های شیر

14

i ماکروفاژ

i لنفوسیت

i نوتروفیل

i سلول های اپی تلیال

i تعداد در هر میلی لیتر کلسترم = 4000

# مزایای شیر مادر برای مادر

15

؛ جلوگیری از خونریزی

؛ کمک به کاهش وزن اضافی هنگام زایمان

؛ کاهش ریسک سرطان پستان و تخمدان

؛ تنظیم باروری

؛ ایجاد حس اعتماد و موفقیت

؛ زحمت کمتر برای مادر

# مزایای شیر مادر برای خانواده

16

؛ عاطفی و تغذیه ای

؛ اقتصادی

؛ کاهش دفعات بیماری (مراجعه به پزشک ، خرید دارو، آزمایشگاه، بستری شدن در بیمارستان )

؛ بچه شیر مادر خوار آرامتر و با عاطفه تر است.



# مزایای شیر مادر برای بیمارستان

17

؛ احتیاج به نرسری ندارد.

؛ **RI** عفونت نوزادی را کاهش می دهد.

؛ نیاز کمتری به پرسنل پرستاری است.

؛ **RI** اعتبار بیمارستان را افزایش می دهد

؛ شیر مادر خوار کمتر مورد **Abuse** قرار می گیرد.

# مزایای شیر مادر برای کشور

18

؛ جلوگیری از مصرف ارز

؛ تربیت آینده سازان لایق

