

## ЗНАЧЕНИЕ И ВЛИЯНИЕ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ДО 6 МЕСЯЦЕВ НА ВСЕ ПЕРИОДЫ ЖИЗНИ

*Умурзакова Чолпонай Каримовна - к.м.н. доцент  
Ташиева Гульбара Самидиновна - к.м.н., доцент.  
Стамбеков Бектур Жумабекови- преподаватель  
ЖАГУ [Bektur90@bk.ru](mailto:Bektur90@bk.ru)  
Насир Худабахи Якуб - преподаватель  
[nasir.yaqoob@mail.ru](mailto:nasir.yaqoob@mail.ru)? ЖАГУ имени А.Осмонова*

**Аннотация:** В статье рассматриваются одна из глобальных проблем современности – проблема питания детей. Рост и нервно-психическое развитие – главные индикаторы здоровья ребенка. Имеются данные, что питание в первые 6 месяцев оказывает негативное влияние на когнитивное развитие и возникновение заболеваний во взрослой жизни. В научном исследовании показана существующая проблема грудного вскармливания в Кыргызской Республики и в г.Жалал-Абад. На основе выявленных проблем обсуждаются оптимальные пути решения проблемы питания детей.

**Ключевые слова:** исключительно грудное вскармливание, грудное молоко, раннее прикладывание, рекомендации ВОЗ, консультирование.

## ЖАШООНУН БАРДЫК МЕЗГИЛДЕРИНДЕ 6 АЙГА ЧЕЙИНКИ БАЛДАРДА ТАМАКТАНУУНУН МААНИСИ ЖАНА ТААСИРИ

*Умурзакова Чолпонай Каримовна - ф.и.к. доцент  
Ташиева Гулбара Самидиновна - м.и.к., доцент.  
Стамбеков Бектур Жумабекович - ЖАМУнун окутуучусу [Bektur90@bk.ru](mailto:Bektur90@bk.ru)  
Насир Худабахи Якуб - мугалим  
[nasir.yaqoob@mail.ru](mailto:nasir.yaqoob@mail.ru)  
Б.Осмонов атындагы ЖАМУ*

**Аннотация:** Макалада учурдун глобалдуу көйгөйлөрүнүн бири - балдардын тамактануу көйгөйү жөнүндө сөз болот. Өсүү жана нервдик-психикалык өнүгүү баланын ден-соолугунун негизги көрсөткүчү. Алгачкы 6 айда тамактануу когнитивдик өнүгүүгө жана бойго жеткенде оорулардын пайда болушуна терс таасирин тийгизгендиги жөнүндө далилдер бар. Илимий изилдөө Кыргыз Республикасында жана Жалал-Абадда эмчек эмизүүнүн учурдагы абалын көрсөтөт. Аныкталган көйгөйлөрдүн негизинде балдардын тамактануу көйгөйүн чечүүнүн оптималдуу жолдору талкууланат.

**Ачык сөздөр:** эмчек эмизүү, эне сүтү, эрте тиркелүү, ДССУнун сунуштары, консультация.

## THE VALUE AND INFLUENCE OF NUTRITION IN CHILDREN UNDER 6 MONTHS OF AGE FOR ALL PERIODS OF LIFE

*Umurzakova Cholponay Karimovna  
[umurzakova@bk.ru](mailto:umurzakova@bk.ru)  
Stambekov Bektur Jumabekovich. [Bektur90@bk.ru](mailto:Bektur90@bk.ru)  
Nasir Khudabakhash Yaqoob - teacher.  
JASU named after B. Osmonov*

**Annotation:** The article deals with one of the global problems of our time - the problem of children's nutrition. Growth and neuropsychic development are the main indicators of a child's health. There is evidence that nutrition in the first 6 months has a negative impact on cognitive development and the occurrence of diseases in adulthood. The scientific study shows the current

*situation of breastfeeding in the Kyrgyz Republic and in Jalal-Abad. On the basis of the identified problems, the optimal ways of solving the problem of children's nutrition are discussed.*

**Key words:** *exclusive breastfeeding, breast milk, early attachment, WHO recommendations, counseling.*

#### Актуальность

Здоровье ребенка в течение всех периодов его жизни напрямую связаны с характером питания детей на первом году жизни.

Многочисленные работы на животных продемонстрировали, что посредством изменения питания на ранних стадиях развития можно влиять на развитие ожирения у зрелых животных, уровень артериального давления, метаболизм холестерина, устойчивость к инсулину, развитие атеросклероза, здоровье костной ткани, иммунной системы, способность к обучению, поведение и продолжительность жизни.(1,2). Исследования, в том числе рандомизированные, показывают аналогичные эффекты для здоровья общества в целом.(2,3,) Как показывают научные исследования именно в раннем детстве лежат истоки таких заболеваний взрослых как ожирение, сахарный диабет II типа, аллергические и аутоиммунные заболевания.(9,11)

Главное место в рациональном питании занимает материнское молоко – бесценный и незаменимый продукт для новорожденного. Малыш рождается, и ему нужно только молоко матери, потому что его организм приспособлен только к материнскому молоку. Никакой воды, никаких соков, даже в жару ребенку давать нельзя.

Грудное молоко настолько уникально, что независимо от внешней среды сохраняет одну и ту же температуру (температуру тела матери). К тому же для ребенка берется из организма матери все необходимые питательные вещества. Почему нельзя давать соки и воду ребенку? Потому что организм малыша еще не адаптировался, внутриутробно кишечник не работал, после рождения он только-только приступает к своей деятельности, поэтому лучшая и идеальная пища для ребенка - это материнское молоко, там есть все необходимое.(12,13)

Для каждого ребенка мать вырабатывает свое молоко по составу, по жирности, по другим критериями. То есть молоко матери для старшего ребенка будет отличаться по составу от молока для младшего ребенка. Этот процесс происходит внутриутробно, будто ребенок еще там заказывает матери, чего ему не хватает, его потребность мама "слышит" и через молоко начинает эти вещества восполнять.

Исключительное грудное вскармливание в течение шести месяцев имеет много преимуществ для детей грудного возраста и их матерей. Основными из них являются защита от желудочно-кишечных инфекций, наблюдаемая не только в развивающихся, но и в промышленно развитых странах. Благодаря раннему началу грудного вскармливания – в течение часа после рождения ребенка —обеспечивается защита новорожденного от инфекций и снижается смертность новорожденных. Риск смерти в результате диареи и других инфекций может быть более высоким среди детей, находившихся ранее на частичном грудном вскармливании или вообще не находившихся на грудном вскармливании.

Риск смерти в первые 28 дней жизни на 33% выше для новорожденных, которые начали грудное вскармливание через 2-23 часа после рождения и более чем в два раза выше среди тех новорожденных, которых начали кормить грудью через 1 день или позже после рождения, по сравнению с новорожденными, которых приложили к груди в течение первого часа после рождения. (12,13)

Исключительно грудное вскармливание спасает жизни 820 000 детей в возрасте до 5 лет в год;

Снижает материнскую смертность от рака груди на 20 000 человек.

Снижает лишний вес на 13%.

Снижает заболеваемость диабетом 2 типа на 35%.

Снижает выбросы вредных парниковых газов при производстве, транспортировке и приготовлении детской смеси.(11,12)

Если кормить детей исключительно грудью, то это приведет к тому что

У детей до 6 месяцев снижает смертность от диареи в 11 раз и от пневмонии в 15 раз.

Длительное грудное вскармливание приводит к высокому уровню интеллекта, отличными оценкам в школе и хорошей карьерой во взрослой жизни.

Рекомендации ВОЗ и ЮНИСЕФ (12) по оптимальному кормлению детей грудного и раннего возраста заключаются в следующем:

раннее начало грудного вскармливания в течение часа после рождения ребенка;

исключительное грудное вскармливание в течение первых шести месяцев жизни; и

введение надлежащего питательного и безопасного прикорма в возрасте шести месяцев наряду с продолжением грудного вскармливания до достижения ребенком возраста двух лет и больше.

В 2018 г. Национальным статистическим комитетом в рамках глобальной программы КОМП. Техническая поддержка оказывалась Детским фондом Организации Объединенных Наций (ЮНИСЕФ) при государственном финансировании и финансовой поддержке ЮНИСЕФ, ЮСАИД и фондом ООН в области народонаселения ЮНФПА проводились кластерные исследования(МИКС, 2018 г) (10). По данным данного исследования Раннее прикладывание детей к груди после рождения в течении 1 го часа производится по Кыргызской Республике в 81%, по Джалал-Абадской области у 74% детей.С0 до 6 месяцев на исключительно грудном вскармливании находятся по Кыргызской Республике 46% детей.

Целью данного исследования являлось выявление причин не соблюдения исключительного грудного вскармливания у детей до 6 месяцев.

Материалы и методы исследования

Основным методом исследования в данной работе выбрана метод опроса и консультирования мам на приеме в ГСВ Джалала-Абадской. В исследовании приняли участие 40 матерей с детьми до 6 месяцев.

Для консультирования и опроса были разработаны специальные оценочные формы питания детей, утвержденные министерством здравоохранения. Оценивалось количество кормлений в течении суток, дача других видов молока, жидкостей или пищи.

Оценивались причины введения других видов пищи или жидкостей.

Результаты исследования и их обсуждение

По результатам нашего исследования большинство опрошиваемых матерей (80%) желают кормить своего ребенка не менее 1 года и более и всего четверо молодых мамы считали достаточной продолжительность грудного вскармливания до 6-8 месяцев. По данным МИКС 2018 по Джалал-Абадской области только 74% детей ранее прикладывание груди (10). По результатам опроса наших матерей ранее прикладывание к груди было осуществлено у 32 мам что составило 80%. Причинами отсрочки раннего приложения 6-х мам были осложнения у детей после родов, у 2-х мам было осложнения при родах - кровотечение после родов.

На исключительно грудном вскармливании находились 15 детей, что составило 37%. На преимущественно грудном вскармливании находились – 6 детей -15%. Родители этих малышей считали, что в жару надо один раз в день давать ребенку воду.

Один ребенок (7%) с рождения получает адаптированную смесь из-за болезни матери и по заключению медицинских работников.

18 детей до 6 месяцев дополнительно к грудному вскармливанию получают адаптированные смеси, то есть находятся на смешанном вскармливании.

При выявлении причин перехода на смешанное вскармливание, выяснилось:

У одного малыша, работающая мама, ребенок находится под присмотром няни. Ребенок получает грудное вскармливание только после прихода мамы с работы и ночью.

17 молодых мама – ввели адаптированные смеси, думая, что у них не хватает молока. При опросе не выявлено достоверных признаков нехватки молока. Дети находясь на исключительно грудном вскармливании прибавляли в весе более 500 грам и часто мочились. Однако из-за отсутствия соответствующих знаний, поддержки и укрепления уверенности в грудном вскармливании, мамы ввели адаптированные смеси. После выписки из роддома молодые мамы находились в доме мужа 1-3 дня, после чего уезжают на 40 дней к своим родителям. Конечно, врачи ГСВ и семейные медицинские сестры успевают осмотреть и дать рекомендации по уходу только один раз. Без должной консультации и укрепления уверенности в выработке молока при частом и длительном кормлении у молодой мамы возникают сомнения, особенно если это часто плачущий ребенок. Молодые мамы не советуясь с медицинскими работниками вводят в питание детей искусственные смеси. Получение новорожденным иного вида вскармливания является для него «метаболическим стрессом», поскольку ни одна адаптированная смесь не может служить абсолютно полноценным заменителем женского молока. Дети получающие адаптированные смеси получают достоверно больше белка, чем дети на исключительно грудном вскармливании(7). Повышение потребления белка увеличивает нагрузку на почки, ускоряет темпы прибавки массы тела ребенка, что в свою очередь, в несколько раз повышает риск последующего ожирения во взрослой жизни.

После опроса и оценки питания, мы проводили консультирование по питанию детей до 6 месяцев. Нам удалось вселить уверенность продолжать исключительно грудное вскармливание у 22 мам. После того как мы рассказали какие последствия ожидают детей при введении адаптированных смесей в ближайшем и отдаленном прогнозе, все мамы решили больше не применять смеси. Шесть малышей получающие воду, будут тоже получать только исключительно грудное вскармливание. Этим мамам мы рассказали о составе грудного молока и почему и в Африке и во всем мире до 6 месяцев малыши получают только грудное молоко. Мама решили прекратить давать воду.

Итак к концу исследования наша диаграмма выглядит так:

Всего 40 детей

ИГВ - 37 детей - 92%

Смешанное вскармливание -1 ребенок- 2,5%

Искусственное вскармливание -2 ребенок – 5 %

Выводы:

1. Консультирование матерей о грудном вскармливании до родов
2. Увеличение знаний медицинских работников о раннем прикладывании к груди в течении первого часа после родов.
3. Улучшение консультирования по грудному вскармливанию в родильном отделении.
4. 3 Работа над образование мамы о выработке грудного молока и укреплении уверенности в достаточной выработке молока для своего ребенка
5. До родов медицинские работники должны выяснить об отъезде мамы, чтобы передать на наблюдение и консультации о питании ребенка на временное место пребывания мамы.

#### Литературы:

1. Singhal A, Lucas A. Early origins of cardiovascular disease. Is there a unifying hypothesis? Lancet. 2004; 363: 1642–1645.

2. Dickerson JW, McCance RA. Severe under nutrition in growing and adult animals. The dimensions and chemistry of the long bones. Br. J. Nutr. 1961; 15: 567–576.
3. Mutch DM, Wahli W, Williamson G. Nutrigenomics and Nutrigenetics: the emerging faces of nutrition. J. FASEB. 2005; 1602–1616.
4. Lucas A, Makrides M, Ziegler EE. Importance of growth for health and development (eBook). Verlag: Karger, 2010: 265 -267.
5. Воронцов И.М. Железо и смежные проблемы микронутриентного обеспечения в предконцепционной, антенатальной и постнатальной педиатрии. В кн.: Дефицит железа и желе-зодефицитная анемия у детей. Под ред. Н.С. Кисляк и др. М.: Славянский диалог, 2001: 36–58.
6. Щеплягина Л.А. Микронутриенты для роста и развития ребенка. Педиатрия. 2008; 87 (6): 74–77.
7. Pani P., Carletti C., Knowles A. et al. Pattern of nutrient intake at six months in the northeast of Italy: a cohort study // BMC Pediatr. 2014. Vol. 14. P. 127–135.
8. Т.В. Казюкова, Е.В. Тулупова. Питание в раннем детстве – основной фактор формирования и поддержания здоровья в дальнейшей жизни. Педиатрия. 2012; 95 (6): 101–107.
9. Краснов М.В., Боровкова М.Г., Николаева Л.А Вскармливание детей грудного возраста в сельской местности Чувашской Республики и Нижегородской области сельской местности. Вопросы питания. Том 87, № 3, 2018 Р 58-65
10. Кластерные обследования по многим показателям Кыргызстан 2018г Национальным статистическим комитетом в рамках глобальной программы КОМП. Техническая поддержка оказывалась Детским фондом Организации Объединенных Наций (ЮНИСЕФ) при государственном финансировании и финансовой поддержке ЮНИСЕФ, ЮСАИД и фондом ООН в области народонаселения ЮНФПА.2019г с 24-26
11. Ожирение и избыточный вес. Рекомендации ВОЗ 2020г. 6 с
12. Питание детей грудного и раннего возраста. Рекомендации ВОЗ, ЮНИСЕФ 2018г
13. Victora, Cesar G et al. Breastfeeding in the 21st century: epidemiology, mechanisms, and lifelong effect. The Lancet 2020, Volume 387, Issue 10017, 475 – 490.