Л.В. Мошурова, В.С. Леднёва, М.Ю. Лещева
**ДОМИНАНТА ЛАКТАЦИИ: МИФ ИЛИ РЕАЛЬНОСТЬ
ДЛЯ БУДУЩИХ МАТЕРЕЙ?**

ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко Минздрава России, каф. факультетской педиатрии

Резюме. Внимание врачей различных специальностей – неонатологов, педиатров, нутрициологов привлекает современная концепция «Программирование питанием в первые 1000 дней жизни». Это антенатальный период и первые 2 года жизни ребенка. Доказано влияние питания в этот период на формирование фундамента здоровья [1]. В настоящее время концепция приобретает все большее значение в связи с ростом аллергических заболеваний, метаболического синдрома у детей и взрослых. Поэтому сохранение, длительность грудного вскармливания (ГВ) и его влияние на здоровья детей приобретает огромное значение. Состав женского молока уникален. В нем содержатся все необходимые вещества для оптимального роста и развития ребенка. Но окончательно состав грудного молока не исследован и на современном этапе продолжается его изучение и влияние на здоровье детей и матерей. Прочная физиологическая и психологическая связь матери и ребенка, заложенная внутриутробно, сохраняется после рождения благодаря кормлению грудью и формирует долгосрочное здоровье. В нашей стране, как и во всем мире, тенденция к снижению ГВ сохраняется. В связи с этим, очень важно в подготовке к материнству и формировании правильного пищевого поведения ребенка убедить будущую маму в пользе и преимуществах кормления грудным молоком. Необходимо активно пропагандировать ГВ, продолжительность которого зависит главным образом от выработки «доминанты лактации» еще до рождения ребенка. В статье рассматривается отношение старшеклассниц как потенциальных матерей к детям, ГВ, показана готовность к кормлению грудным молоком и необходимость выработки «доминанты лактации».

Ключевые слова: материнство, грудное вскармливание, «доминанта лактации», старшеклассницы.

Актуальность. По данным ВОЗ, ежегодно примерно 16 миллионов девушек рожают в возрасте 15-19 лет, около миллиона – до 15 лет. Примерно 3 миллиона девушек-подростков подвергаются абортam. Самый сложный этап в воспитании ребенка – подростковый. Семьи, в которых установлены доброжелательные отношения, этот период проходят намного мягче. В иной неблагоприятной обстановке в этом возрасте появляются грубость, упрямство, непослушание, вредные привычки, ранняя половая жизнь. Подростки подвергаются стрессам, суициду. И, естественно, у девочек-подростков не формируется будущая модель семьи, теряется понятие настоящего материнства и тем более, доминанты лактации – психологической установки будущей матери на кормление ребенка грудью.

С первых дней беременности за здоровьем женщины и ее будущего ребенка наблюдает акушер-гинеколог, а после рождения - педиатр. Очень важно в подготовке к материнству и формировании правильного пищевого поведения ребенка убедить будущую маму в пользе и преимуществе (ГВ). Поэтому еще до рождения ребенка у беременной женщины должна быть выработана «доминанта лактации» [1,2,3]. Важна роль импринтинга - ребенок с первых секунд появления на свет в течение первого часа жизни «запечатляет» свою маму. От нее он получает любовь, заботу, ласку, внимание, уход, что формирует привязанность ребенка к матери. И самое главное, что может и

должна дать мама своему ребенку с первых минут жизни – ценное грудное молоко. К сожалению, несмотря на рождение долгожданного ребенка, многие мамы отказываются от кормления ребенка грудью и необдуманно, необоснованно переводят детей на искусственное вскармливание. Грудное молоко является идеальным питанием для малыша с первых дней его жизни. Материнское молоко – ценный дар, которым наделила природа женщину. Оно не требует больших материальных средств и высоких технологий. У детей, которые вскармливались грудным молоком, формируется хороший иммунитет, снижается риск развития различных заболеваний – сахарного диабета, ожирения, атопии. Они имеют более высокий уровень интеллектуального развития. ГВ оказывает благоприятное воздействие на нервную систему и психику ребенка. Дети, находящиеся на ГВ, в будущем более коммуникабельны и сами становятся хорошими родителями [4,5]. Несмотря на множество факторов, оказывающих влияние на распространенность и продолжительность ГВ, ведущим является психологический настрой женщины на длительную лактацию. Доминанта лактации – стойкая убежденность женщины в неоспоримых преимуществах ГВ и уверенность, что она сможет кормить ребенка грудью. Для успешного кормления грудью огромную роль играет и психологическая установка мамы: её настроение, поддержка близких людей, домашняя обстановка. Совокупность этих факторов способствуют образованию и выделению грудного молока. Весь этот процесс непосредственно регулируется такими гормонами как, пролактин и окситоцин. Напротив, подавляется лактация, уменьшается выработка этих гормонов при стрессе, тревоге, эмоциональной подавленности [6,7,8]. В формировании доминанты лактации огромную роль играют педиатры, акушеры-гинекологи. На занятиях в школах молодой матери в женских консультациях, родильных домах, центрах поддержки ГВ, детских поликлиниках необходимо подробно рассказывать о преимуществах ГВ. К сожалению, на современном этапе сложилась тенденция к нивелированию важности факта воспитания девочек в отношении их подготовки к созданию семьи, рождению детей и кормлению их грудью, утрачиваются русские семейные традиции в подготовке и воспитании девочек для будущего становления хорошими женами и матерями. Многие отечественные ученые (А.Я.Варга, Р.В. Овчарова, В.С.Мухина, С.Ю.Мещерякова и др.) придерживаются этой концепции. В стадиях формирования материнства наиболее важная – взаимоотношения матери и ребенка в первый год жизни при сохранении ГВ. Современные мамы не понимают необходимость этой модели поведения для личностного интеллектуального, психологического развития ребенка [9,10].

Цель исследования – изучить степень психологической готовности современных девушек к материнству в плане желания кормить своих будущих детей грудным молоком.

Материал и методы исследования. Для реализации цели составлена анкета и опрошено методом случайной выборки 160 школьниц – учащихся 10-11 классов, среди

которых половина были в возрасте 16 лет, менее половины (42%) - 17 лет и всего 9% - 18-ти лет.

Полученные результаты и их обсуждение. Практически у половины респонденток в семье по одному родному брату или сестре. Каждая третья респондентка – единственный ребенок в семье. Намного реже встречались многодетные семьи - у 8% по 3 ребенка и у трети анкетированных - 4 ребенка. Несмотря на то, что 2/3 респонденток были старшими детьми в семье, помощниками в воспитании младших и имеющими уже небольшой опыт общения с детьми, каждая пятая из них не любит детей. Проследив этапы материнства у старшеклассниц, в детстве большинство любили играть с куклами (85%), половина из них «ухаживала» за ними, «кормила», но лишь немногие (всего 15%) при этом представляли себя в роли матери, проявляя любовь в виде укачивания, ласки. Среди респонденток только 2/3 знают о том, что они кормились грудью. Вероятно, доверительных отношений между матерью и дочкой, влияющих на формирование материнства в будущем, в этих семьях не сложилось. На это также указывают полученные данные о том, что большинство старшеклассниц уже знают о том, что детей грудного возраста необходимо кормить молоком матери, но не из уст матери. Из числа анкетированных 1/3 ни разу не обсуждала с мамой вопрос грудного вскармливания (ГВ). Информацию они получили либо общаясь с ровесницами, либо из СМИ, реже – из опыта кормления младших детей в семье. По данным нашего анкетирования, почти все девушки (96%) теоретически считают, что современная мама должна кормить ребенка грудным молоком. Понятие «доминанта лактации» известно только 12% старшеклассниц. Несмотря на отсутствие проводимых мероприятий в школе по формированию института семьи, значительная роль которого отводится здоровому материнству, а значит, и рациональному ГВ, более половины респонденток были против такого рода мероприятий. Для своих детей в будущем каждая десятая анкетированная выбирает искусственное вскармливание (смеси или коровье и козье молоко).

Выводы. Проведенное анкетирование показало, что в современных семьях недостаточно уделяется внимания вопросам воспитания девушек-старшеклассниц в русских традициях, не сформирована правильная модель будущей семьи и роль в ней грудного вскармливания, доминанты лактации, а значит, здорового поколения.

Рекомендации: психологам, педиатрам, педагогам в общеобразовательных школах старшеклассникам необходимо проводить беседы, лекции-презентации, видеоуроки по пропаганде ГВ с целью выработки доминанты лактации у будущих матерей.

Литература.

1. Жданова С.И., Малиновская Ю.В., Юнусова Э.Ф. Формирование лактации на ранних этапах. факторы риска и профилактика гипогалактии [Текст] / С.И. Жданова., Ю.В. Малиновская., Э.Ф. Юнусова // Медицинский совет. 2018. № 11. С. 39-44.

2. Кулакова Г.А., Соловьёва Н.А., Курмаева Е.А. Грудное вскармливание как проблема XXI века [Текст] // Г.А.Кулакова, Н.А.Соловьёва, Е.А. Курмаева // Вопросы современной педиатрии. 2014. Т. 13. № 3. С. 93-96.

3. Каширская Е.И., Каменева О.П., Черемина Н.И., Полянина Э.З. К вопросу поддержки грудного вскармливания: от теории к практике [Текст] / Е.И. Каширская., О.П. Каменева., Н.И. Черемина., Э.З. Полянина // Медицинский совет. 2020. № 1. С. 24-29.
4. Гмошинская М.В., Алешина И.В. Система подготовки беременных женщин к полноценной и длительной лактации [Текст] / М.В. Гмошинская., И.В. Алешина // Фарматека. 2020. Т. 27. № 1. С. 55-58.
5. Грибанова Д.Я. Грудное вскармливание: психологический аспект [Текст] / Д.Я. Грибанова // В сборнике: Актуальные проблемы развития личности в современном обществе. Материалы международной научно-практической конференции. Под редакцией Д.Я. Грибановой. 2019. С. 176-181.
6. Абольян Л.В. Результаты оценки распространенности и длительности грудного вскармливания в Чеченской республике и республике Ингушетия [Текст] / Л.В. Абольян, П.М. Евлоева, Е.И. Бартенева // Вопросы детской диетологии. – 2013. – Т. 11, № 3. – С. 32–38.
7. Гмошинская М.В. Грудное вскармливание: трудности в организации и пути преодоления [Текст] / М.В. Гмошинская // Педиатрическая фармакология. – 2012. – Т. 9, № 4. – С. 70–72.
8. Е.А. Чухланцева. Материнство: феноменология и особенности формирования в онтогенезе [Текст] / Е.А. Чухланцева, Р.М. Фатыхова // Педагогический журнал Башкортостана-Уфа, 2014.-С.131-137.
9. Гмошинская М.В. Поддержка грудного вскармливания: системный подход [Текст] / М.В. Гмошинская // Вопросы детской диетологии. – 2012. – Т. 10, № 5. – С. 57–63.
10. Пути решения проблемы сохранения и поддержки грудного вскармливания [Текст] // Е.И. Каширская, У.А. Озорнина, Е.И. Снитко, И.В. Вязовая // Астраханский медицинский журнал. 2019. Т. 14. № 2. С. 15-24.

Abstract.

L.V. Moshurova, V.S. Ledneva, M.Yu. Leshcheva

DOMINANT OF LACTATION: MYTH OR REALITY FOR FUTURE MOTHERS?

Voronezh State Medical University, Department of pediatrics

The attention of doctors of various specialties - neonatologists, pediatricians, nutritionists is attracted by the modern concept of "Programming nutrition in the first 1000 days of life." This is the antenatal period and the first 2 years of a child's life. The influence of nutrition during this period on the formation of the foundation of health has been proved [1]. Currently, the concept is becoming increasingly important in connection with the growth of allergic diseases, metabolic syndrome in children and adults. Therefore, the preservation, duration of breastfeeding and its effect on the health of children is of great importance. The composition of human milk is unique. It contains all the necessary substances for optimal growth and development of the child. But finally, the composition of breast milk has not been studied and at the present stage, its study and impact on the health of children and mothers are ongoing. A strong physiological and psychological connection between the mother and the child, which was established in utero, is preserved after birth due to breastfeeding and forms long-term health. In our country, as well as throughout the world, the downward trend in breastfeeding continues. In this regard, it is very important in preparing for motherhood and shaping the correct nutritional behavior of the child to convince the expectant mother of the benefits and advantages of breastfeeding. It is necessary to actively promote breastfeeding, the duration of which depends mainly on the development of the "lactation dominant" even before the birth of the baby. The article discusses the attitude of high school students as potential mothers to children, breastfeeding, shows the willingness to breastfeed and the need to develop a "lactation dominant".

Keywords: motherhood, breastfeeding, "dominant lactation," high school student.

Reference.

1. Zhdanova S. I., Malinovskaya Yu. V., Yunusova E. F. Formation of lactation at early stages. risk factors and prevention of hypogalactia [Text] / S. I. Zhdanova, Yu. V. Malinovskaya, E. F. Yunusova // medical Council. 2018. no. 11. Pp. 39-44.
2. Kulakova G. A., Solovyova N. A., kurmayeva E. A. Breast-feeding as a problem of the XXI century [Text] // G. A. Kulakova, N. A. Solovyova, E. A. kurmayeva // Questions of modern Pediatrics. 2014. Vol. 13, No. 3. Pp. 93-96.

3. Kashirskaya E. I., Kameneva O. P., Cheremina N. I., Polyana E. Z. To the issue of breast-feeding support: from theory to practice [Text] / E. I. Kashirskaya, O. P. Kameneva, N. I. Cheremina, E. Z. Polyana // medical Council. 2020. no. 1. Pp. 24-29.

4. Gmshinskaya M. V., Aleshina I. V. System of preparation of pregnant women for full-fledged and long-term lactation [Text] / M. V. Gmshinskaya, I. V. Aleshina // Farmateka. 2020. Vol. 27. No. 1. Pp. 55-58.

5. Gribanova D. Ya. Breast-feeding: psychological aspect [Text] / D. Ya. Gribanova // In the collection: Actual problems of personal development in modern society. Materials of the international scientific and practical conference. Edited by D. Y. Gribanova. 2019. Pp. 176-181.

6. Abolyan L. V. Results of evaluation of the prevalence and duration of breastfeeding in the Chechen Republic and the Republic of Ingushetia [Text] / L. V. Abolyan, p. M. evloeva, E. I. Barteneva // Questions of children's dietology, 2013, Vol. 11, No. 3, Pp. 32-38.

7. Gmshinskaya M. V. Breast-feeding: difficulties in the organization and ways to overcome [Text] / M. V. Gmshinskaya // Pediatric pharmacology. - 2012. - Vol. 9, No. 4. - P. 70-72.

8. E. A. Chukhlantseva. Motherhood: phenomenology and features of formation in ontogenesis [Text] / E. A. Chukhlantseva, R. M. Fatyhova // Pedagogical journal of Bashkortostan-Ufa, 2014. - P. 131-137.

9. Gmshinskaya M. V. Support for breastfeeding: a systematic approach [Text] / M. V. Gmshinskaya // Questions of children's dietology, 2012, Vol. 10, No. 5, Pp. 57-63.

10. Ways to solve the problem of preserving and supporting breastfeeding [Text] / / E. I. Kashirskaya, U. A. Ozornina, E. I. Snitko, I. V. vyazova // Astrakhan medical journal. 2019. Vol. 14. No. 2. P. 15-24.

Сведения об авторах: Мошурова Лариса Васильевна – кандидат медицинских наук, доцент кафедры факультетской педиатрии ВГМУ им.Н.Н. Бурденко, ruslan4ic93@mail.ru; Леднева Вера Сергеевна – доктор медицинских наук, доцент, заведующая кафедрой факультетской педиатрии ВГМУ им.Н.Н. Бурденко lvsmmed@yandex.ru; Лещева Мария Юрьевна – ординатор ВГМУ им.Н.Н. Бурденко, pantera7695@mail.ru