

Я.Я. Яковлев, Ф.К. Манеров

МЛПУ Городская детская клиническая больница № 4,
Новокузнецкий государственный институт усовершенствования врачей,
г. Новокузнецк

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В ПИТАНИИ ДЕТЕЙ ПЕРВОГО ГОДА ЖИЗНИ И СУЩЕСТВУЮЩИЕ ПРОБЛЕМЫ В ГОРОДЕ НОВОКУЗНЕЦКЕ

Важность соответствующего питания детей младшего возраста для выживания, роста и развития хорошо известна. Своевременное введение адекватного и безопасного прикорма в 6 месяцев помогает заполнить диетический разрыв, который не может быть заполнен одним грудным молоком. Целью нашего исследования являлась оценка ситуации по грудному вскармливанию в г. Новокузнецке и сравнение ее с рекомендациями ВОЗ. Специально разработанные анкеты были предложены матерям, которые кормили своих детей, беременным и девочкам старших классов школы. По результатам нашего исследования, ситуация по питанию детей раннего возраста в г. Новокузнецке не отвечает рекомендациям ВОЗ.

Ключевые слова: грудное вскармливание, дети раннего возраста.

The importance of appropriate infant and young child feeding for child survival, growth and development is well known. Timely introduction of adequate and safe complementary foods at six months of age helps to fill the dietary gaps that cannot be met by breast milk alone. The aim of our study was to appreciate situation of infant feeding in Novokuznetsk and to compare with recommendation of WHO. Specially elaborated questionnaires were given to mothers concerning their infants feeding, to pregnant and to girls of the upper school. We concluded that situation of infant feeding is inadequate of WHO recommendation in Novokuznetsk.

Key words: infant feeding, young child.

«Золотым стандартом» в питании детей первого года жизни является грудное вскармливание — феномен общей биологической адаптации, программирования и стимуляции развития детей периода новорожденности и раннего возраста, где собственно питание является только одним из компонентов интегральной среды развития ребенка, формирующей ту совокупность влияний и взаимодействий, которая и составляет ранний опыт ребенка (Воронцов И.М., Фатеева Е.М., 1998). По данным ВОЗ (2002), недостаточное или неполноценное питание является прямой или косвенной причиной около 6,5 миллионов случаев смерти в год среди детей в возрасте до пяти лет, из которых более 4,3 миллионов происходят на первом году жизни. Улучшение питания грудных детей и детей раннего возраста должно стать первоочередной задачей и рассматриваться в качестве неотъемлемой составной части социально-экономического развития (Michaelsen K. et al., 2003).

Во всем мире, по данным ВОЗ, не более 35 % детей грудного возраста вскармливаются исключительно грудью в течение первых четырех месяцев жиз-

ни; прикорм часто начинается слишком рано или слишком поздно, а продукты прикорма часто бывают недостаточно питательными и небезопасными.

К сожалению, в нашей стране работа в этом направлении проводится недостаточно. Реальная практика вскармливания детей не всегда соответствует рекомендациям, мало изучается, и не всегда принимается во внимание (Нетребенко О.К., 2002). В начале XX века в России 51 % матерей прекращали исключительно грудное вскармливание к 6 месяцам и 18 % вообще не кормили своего ребенка грудью (Жук В.Н., 1903). В настоящее время ситуация не намного лучше. Так, в г. Новокузнецке естественное вскармливание остается на крайне низком уровне. По данным кафедры педиатрии Новокузнецкого ГИУВа, более 3/4 детей получают иную, чем грудное молоко, пищу уже в возрасте до 3 месяцев, а к возрасту 6 месяцев около 90 % детей находятся, как минимум, на смешанном вскармливании.

Среди многочисленных проблем питания здоровых детей в России первое место, несомненно, занимает проблема поддержки грудного вскармливания, распространенность которого, несмотря на ряд ак-

тивно проводящихся в последние годы мероприятий, в среднем по России у детей 3-месячного возраста составляет лишь около 30 % (Конь И.Я., 2003).

Уже более тридцати лет Всемирная организация здравоохранения уделяет внимание вопросам грудного вскармливания и адекватного питания детей первого года жизни, которые возведены в ранг государственных. За этот период накоплен огромный теоретический и практический опыт. Во многих странах, в том числе и в России, этот опыт с успехом используется, и уже дал свои положительные результаты. Необходимо подчеркнуть, что все рекомендации ВОЗ основаны на изучении большого количества научной литературы (так, только в 2000 году было обработано более 3000 научных источников), обследования более 10000 детей в период с 1997 год по 2001 год и многоцентровых исследований в около 200 странах мира.

В 1990 году ВОЗ/ЮНИСЕФ была принята Инночентийская декларация о защите, пропаганде и поддержке грудного вскармливания. Декларация ставила определенную глобальную цель и поэтому превратилась в руководство для правительств в их действиях. В последующих материалах ВОЗ «подтверждается важность грудного вскармливания для здоровья и нормального роста и развития грудных детей и подчеркивается его вклад в обеспечение здоровья женщин вследствие того, что благодаря ему снижается риск рака груди и яичников, уменьшается кровотечение за счет того, что грудное вскармливание помогает матке восстановить прежние размеры, откладывается на более поздний срок наступление новой беременности и обеспечиваются социально-экономические выгоды» (ВОЗ, 1999).

В 1992 г. ВОЗ и ЮНИСЕФ предприняли совместную инициативу «Больница, доброжелательная к ребенку» (ИБДР), которая была направлена на защиту, пропаганду и поддержку грудного вскармливания. Эта инициатива внедрена во многих больницах и роддомах в России. Именно в этой программе ВОЗ были приняты общезвестные «Десять шагов, ведущих к успешному грудному вскармливанию».

Столь большое значение вопросам питания детей придается в связи с тем, что неправильная практика вскармливания и ее последствия являются основными препятствиями, мешающими устойчивому социально-экономическому развитию. «Правительства не добьются успехов в своих усилиях по ускорению экономического развития в сколько-нибудь долговременном плане, если не будет обеспечен оптимальный рост и развитие ребенка, особенно благодаря соответствующей практике вскармливания» (ВОЗ, 2002).

Повышенный интерес к вопросам грудного вскармливания наблюдается в последние десятилетия. Этот период наступил после «увлечения» искусственными заменителями грудного молока в 70-х годах XX века. Осознание неверного подхода к питанию детей грудного возраста наступило после появления работ, доказывающих преимущества грудного вскармливания. Эти преимущества заключаются в более низких показателях младенческой смертности, меньшей забо-

леваемости, лучшем иммунитете, более развитом интеллекте у детей, выросших на грудном вскармливании (Фатеева Е.М., Лешкевич И.А., 1998).

Естественное вскармливание представляет собой наиболее сбалансированное, адекватное и рациональное питание для грудного ребенка, т.к. полностью соответствует базисным принципам диетологии, что подтверждается принятием грудного молока в качестве «золотого стандарта» в биологии питания.

Подавляющее число матерей могут и должны кормить грудью, и подавляющее число детей грудного возраста могут и должны вскармливаться грудью. Тем не менее, кормление грудью не происходит как инстинктивный акт. Кормление грудью – это искусство, которому надо учиться. Некоторые женщины легко начинают кормить грудью с первого дня и никогда не имеют проблем, но многие сталкиваются на этом пути с трудностями. В то же время, необходимо помнить, что кормление грудью – это право женщины, а не ее обязанность (Vinther T., Helsing E., 1997). Женщина делает свой выбор только после рождения ребенка. Каждая мать должна сама сознательно решить: будет ли она кормить ребенка грудью или заменителями грудного молока. Но нужно помнить и о праве грудного ребенка получать самую качественную и самую адаптированную для него пищу – грудное молоко. Таким образом, решение матери о виде вскармливания своего ребенка должно быть осознанным и принципиальным шагом.

Целью нашего исследования является изучение реальной ситуации по вскармливанию детей первого года жизни в городе Новокузнецке и оценка соответствия ее современным рекомендациям ВОЗ.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Нами были разработаны оригинальные анкеты. Анкеты включали несколько блоков вопросов – социальный статус с паспортными данными, вопросы по элементарным знаниям правил грудного вскармливания, некоторые физиологические нормы ребенка, вопросы по срокам введения прикормов и их качественному составу и др. Некоторые вопросы дублировались в иной форме, что дало в дальнейшем возможность более точно оценить достоверность ответов на них. Опрос проводился методом случайной выборки в 2002-2007 годах. Всего опрошено более 1200 человек.

В первую группу вошли 316 детей старше одного года, проживающие в г. Новокузнецке и других городах Юга Кузбасса. Средний возраст детей составил 6,4 года; средний возраст женщин на момент рождения ребенка – около 25 лет. Во второй группе для оценки уровня информированности и знаний по грудному вскармливанию были опрошены 327 беременных (средний возраст 25 лет) в третьем триместре из тех же регионов. Опрос проводился на базе родильных домов г. Новокузнецка. Для оценки уровня информированности старшеклассниц были опрошены 451 ученица лицеев города Новокузнецка. Школьницам задавались вопросы, на которые они могли знать ответы либо из курса биологии, либо,

получая информацию от родителей, из книг, журналов и т.д. Средний возраст опрошенных — 15 лет.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Примерно одинаковый процент женщин в первой и второй группах ответили на вопрос о желанности ребенка положительно — более 97 %. Среди матерей 87,1 % женщин кормили или кормят ребенка грудью. Среди беременных 98 % женщин планируют кормить грудью. Желание кормить грудью также высоко. Среди матерей 97,4 % и среди беременных 97,2 % ответили положительно. В то же время, более 2/3 женщин в обеих группах не обучены правилам кормления ребенка.

На вопросы по элементарным знаниям правил грудного вскармливания были получены следующие ответы. Считаю полезным молоко среди матерей 75,9 % и среди беременных 82,6 %. В настоящее время уже общепринята позиция о времени первого прикладывания ребенка к груди — это необходимо делать сразу после рождения ребенка. Среди матерей с этим согласились только 71,3 %, а беременные считают этот довод верным только в 59,7 % случаев. Кроме того, в этих группах 22,4 % и 11,8 % женщин, соответственно, затруднились ответить на вопрос. Не знают, как стимулировать лактацию, 24,1 % среди матерей и 39,6 % беременных.

Только 30,9 % детей приложили к груди в первый час после родов. В первой группе 15 % женщин считают возможным прекращение исключительно грудного вскармливания до 3 месяцев. Среди беременных 27,8 % считают нормальным введение иной, чем грудное молоко, пищи в возрасте от 1 до 3 мес. Введение иной пищи в возрасте 4-6 месяцев считают допустимым 28,5 % матерей и 22,3 % беременных. В целом, 43,5 % матерей настроены вводить иную, чем грудное молоко, пищу в возрасте до полугода.

Более 3/4 детей получили иную, чем грудное молоко, пищу в возрасте до 3 месяцев. К 6 месяцам уже более 90 % детей получают иную, чем грудное молоко, пищу. Что же вводили в качестве прикормов чаще, и по каким причинам? Среди детей в возрасте от 0 до 3 месяцев включительно ввели соки и фрукты — 27,6 %. Смеси введены 23,2 % детей, кефир и йогурт — 14,9 %, коровье/козье молоко и каши — по 8,8 %, овощи — 7,5 %, желток — 5,3 %, творог — 3,5 %. В 53,8 % случаев причиной введения иной, чем грудное молоко, пищи ребенку в возрасте от 0 до 3 месяцев матери назвали нарушения лактации («мало молока», «пропало молоко», «плохое молоко», ребенок отказался от грудного молока). Причем у всех этих женщин было желание кормить грудью, треть обучалась правилам кормления грудного ребенка, и 2/3 женщин ответили, что знают, как стимулировать лактацию.

Каковы действия женщины при нехватке грудного молока? Среди матерей 38,8 % докармливали адаптированной смесью и 15,5 % перевели ребенка на искусственное вскармливание. 12,1 % женщин кор-

мили неадаптированными кисломолочными продуктами, 9,5 % — сочетали смесь и кефир. Только 7,8 % женщин пытались увеличить лактацию всеми способами, не прибегая к докорму. Каждая пятая женщина затруднилась ответить на этот вопрос. Среди беременных почти 2/3 женщин настроены докармливать смесями, каждая пятая — кефиром, а стимулировать лактацию без введения докорма готовы лишь 6,9 % беременных.

Откуда же женщины получают информацию по питанию детей? Среди матерей наибольшим доверием пользуются врачи (61,2 %) и собственные родители (52,6 %). Менее половины женщин используют книги и журналы. Среди беременных источники информации примерно те же, что и у матерей, но литература используется реже.

Среди школьниц старших классов 93,5 % знают о наличии психологической связи между ребенком и матерью. О пользе грудного вскармливания для здоровья женщины знают только 39,6 %. 71,9 % школьниц считают, что старшеклассницам нужно знать о питании грудных детей и 77,6 % считают, что для этого необходимо обучение. О влиянии грудного вскармливания на будущее здоровье ребенка знают 73 % школьниц. Предполагают, что дешевле кормить грудным молоком, 81,3 % школьниц. Об отрицательном влиянии на ребенка цельного коровьего молока знают 29,5 % школьниц. Наиболее значимыми источниками информации по питанию детей для девочек являются родители и родственники — 64,1 %. Остальные источники информации занимают менее 15 %.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, ситуация по грудному вскармливанию среди населения г. Новокузнецка не отвечает современным требованиям. Не выполняются рекомендации ВОЗ по длительности грудного вскармливания и срокам введения иной, чем грудное молоко, пищи. Важна доступность качественной и современной информации о грудном вскармливании для женщин до беременности. Нельзя, чтобы женщина узнавала о современных подходах к грудному вскармливанию только в родильном доме после родов.

Родители и родственники — основные источники информации по питанию для школьниц и женщин. Следовательно, невозможно в целом изменить отношение к грудному вскармливанию без участия родителей будущих матерей. Необходимо возрождение естественного вскармливания, качественное обучение не только родителей, но и медиков, методам и приемам поддержки и защиты его.

Школьницы старших классов являются потенциальными матерями, что дает возможность уже в выпускных классах обратить внимание девочек на вопросы питания детей. Необходимо уделять внимание информированности девочек о пользе грудного вскармливания не только для ребенка, но и для женщины. Только желание женщины и доступность информации может увеличить частоту грудного вскармливания.

* * *