

# ПРЕИМУЩЕСТВА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЛЯ МАТЕРИ



Улучшает здоровье женщины



Содействует восстановлению после родов



Снижает уровень стресса и послеродовой депрессии



Снижает показатели ожирения и помогает вернуться к первоначальному весу



Предупреждает послеродовые кровотечения



Уменьшает риск развития рака молочной железы и яичников



Сохраняет запасы железа и препятствует развитию анемии

# ПРЕИМУЩЕСТВА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ ДЛЯ РЕБЕНКА



Грудное молоко является идеальной пищей для ребенка, необходимое для его развития



Грудное молоко способствует повышению иммунитета ребенка и защите от болезней



Грудное молоко содержит все необходимые питательные элементы для ребенка до шести месяцев, включая воду



Грудное вскармливание помогает правильному развитию зубов и челюсти ребенка



Грудное вскармливание усиливает эмоциональную связь матери с ребенком



Грудное вскармливание способствует умственному и физическому развитию ребенка в будущем



**ГРУДНОЕ МОЛОКО - ЛУЧШЕЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ РЕБЕНКА!**

Источник: ВОЗ



## ЭНЕ ҮЧҮН ЭМЧЕК ЭМИЗҮҮНҮН АРТЫКЧЫЛЫКТАРЫ



Аялдын ден соолугун жакшыртат



Төрөгөндөн кийин калыбына келүүгө көмөктөшөт



Стрессин жана төрөттөн кийинки депрессиянын деңгээлин азайтат



Толуп кетүү көрсөткүчтөрүн төмөндөтөт жана баштапкы салмагына кайтууга жардам берет



Төрөттөн кийинки кансыроолордун алдын алат



Сүт безинин жана жумурткалыклардын рагынын өнүгүү тобокелчилигин азайтат



Темирдин запастарын сактайт жана аз кандуулуктун өнүгүүсүнө тоскоол болот

## БАЛА ҮЧҮН ЭНЕ СҮТҮНҮН АРТЫКЧЫЛЫКТАРЫ



Бала үчүн эне сүтү анын өнүгүүсү үчүн зарыл болгон идеалдуу тамак-аш болуп саналат



Эне сүтү баланын иммунитетинин жогорулашына жана оорулардан коргонуусуна көмөктөшөт



Эне сүтү бала үчүн алты айга чейинки бардык зарыл болгон аш болумдуу элементтерди, анын ичинде сууну камтыйт



Эне сүтү менен багуу баланын тиштеринин жана жаагынын туура өнүгүүсүнө жардам берет



Эне сүтү менен багуу эненин бала менен эмоционалдык байланышын бекемдейт



Эне сүтү менен багуу баланын келечектеги акыл-эс жана дене бой жактан өнүгүүсүнө көмөктөшөт



## ЭНЕ СҮТҮ – БАЛА ҮЧҮН МЫКТЫ АЗЫК!

Булак: БДСУ



Кыргыз Республикасынын  
Саламаттык сактоо министрлиги



USAID  
Америкалык элинен

Бул баракча коммерциялык эмес ДжейЭсАй Рисерч энд Трейнинг Инститют (JSI Research&Training Institute, Inc. (JSI)) менен 7200AA18C0070 келишиминин негизинде АКШнын эл аралык өнүктүрүү боюнча агенттиги (USAID) аркылуу америка элинен жардамы менен ишке ашырылды. Иштеп чыгарылган өндүрүм JSI уюмунун жоопкерчилигинин астында жана АКШнын эл аралык өнүктүрүү агенствосунун (USAID) же АКШ өкмөтүнүн ой-пикирин сөзсүз түрдө чагылдыруусу шарт эмес.