นมแม่ คือหลักชัย ปกป้องโรคภัย ตลอดชีวิต

นมแม่ คือหลักชัย ปกป้องโรคภัยตลอดชีวิต
BREASTFEEDING: A WINNING GOAL for Life!

World Breastfeeding Week 1-7August 2014
สัปดาห์นมแม่โลก 1-7สิงหาคม 2557

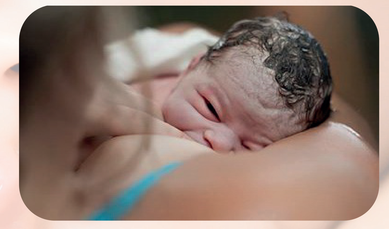
เมื่อแม่ตั้งเป้าหมายที่จะให้นมแม่ เท่ากับแม่ได้ตั้งหลักชัยให้กับลูกตั้งแต่แรกเกิด มุ่งสู่การป้องกันโรคภัยและมีชัยชนะตลอดชีวิต

หลักชัยที่ 1

ชัยชนะของแม่ การเอาชนะใจตนเองของแม่ เมื่อมีลูกเพิ่มเข้ามาในชีวิต แม่จะต้องมีการปรับตัวปรับใจครั้งใหญ่ เพื่อที่จะน้อมนำใจตนเอง เข้าหาใจของลูก รับรู้ผ่านทางใจของลูก เรียนรู้เพื่อให้ความต้องการของลูกมาก่อนความต้องการของตนเอง

หลักชัยที่ 2

ชัยชนะของลูก ในการเริ่มชีวิตใหม่ทารกแรกเกิดคลอดออกมาพร้อมที่จะใช้สัญชาตญาณในการเริ่มต้นดูดนมแม่ ลูกได้เรียนรู้แล้วว่าเต้านี้คือแหล่งอาหารและความอบอุ่น ลูกจะฝึกการดูดอย่างขยันขันแข็ง ลูกค่อยๆ เรียนรู้ว่า ไม่มีอะไรได้มาง่ายๆ แต่ถ้ามีความพยายามลูกก็จะประสบความสำเร็จ ซึ่งเป็นชัยชนะของลูก นำไปสู่การชนะโรคภัย เพราะนมแม่มีสารภูมิต้านทานเฉพาะเจาะจงสำหรับเชื้อที่แม่เคยได้รับมาก่อน ลูกที่กินนมแม่จึงได้สารภูมิต้านทานนั้นๆ และเซลล์ที่มีชีวิตเข้าไปด้วย ทำให้ป่วยน้อยลง และพบว่า ทารกที่ไม่ได้นมแม่เป็นโรคท้องเสีย ทางเดินหายใจอักเสบ หูชั้นกลางอักเสบ มากกว่าทารกที่กินนมแม่ นอกจากนี้พบว่าทารกที่กินนมแม่ลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคอ้วนได้ถึงร้อยละ 24



หลักชัยที่ 3

ชัยชนะของครอบครัว ชนะภัยทางเศรษฐกิจ เนื่องจากครอบครัวนมแม่ไม่ต้องเสียเงินซื้อนมผงสำเร็จรูป และลูกแข็งแรงไม่ค่อยเจ็บป่วย ไม่ต้องคอยหาหมอรักษาโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ถ้าครอบครัวสามารถเก็บออมเงินส่วนที่ประหยัดนี้ไว้ได้ ก็จะมีทุนเพื่อการศึกษาของลูกเตรียมไว้พร้อมสรรพสำหรับอนาคต

หลักชัยที่ 4

ชัยชนะของสังคม การให้นมแม่ช่วยให้โลกน่าอยู่ขึ้น เพราะการให้นมแม่ประหยัดทรัพยากรของโลก ประหยัดการใช้พลังงาน ลดโลกร้อน ไม่เบียดเบียนธรรมชาติ ทำให้มีการเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน มีการเชื่อมโยงซึ่งกันและกัน เชื่อมต่อสายใยผูกพันรักระหว่างแม่ลูก แผ่ขยายออกไปสู่คนในครอบครัว และคนในสังคมรอบตัว ในที่สุด ความเป็นตัวตนของแต่ละคนจะค่อยๆ มาหลอมรวมกันเพื่อวัตถุประสงค์ร่วม คือ "สังคมนมแม่"

ปรับปรุงข้อมูลจากมูลนิธิศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย

จัดนิทรรศการโดย ศูนย์ฝึกอบรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่และโภชนาการเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล