



Sữa non là thức ăn tốt nhất

Sữa non là **"dòng sữa đầu tiên"** mà người mẹ nuôi con bằng sữa mẹ tạo ra trong nhiều tuần trước khi sinh và trong những ngày đầu nuôi con bằng sữa mẹ. Chỉ còn đợi em bé của quý vị được sinh ra. Loại sữa đặc biệt này có ít chất béo và giàu carbohydrate, protein và các kháng thể; đó cũng là loại sữa rất dễ tiêu hóa. Mặc dù lượng sữa non này thấp, nhưng lại giàu chất dinh dưỡng cô đặc. Đây là loại thực phẩm đầu tiên hoàn hảo!

Nếu quý vị lo lắng rằng quý vị không có sữa trong vài ngày đầu tiên sau khi sinh, hãy nhớ rằng một ít sữa non có tầm quan trọng rất lớn. Đặt vú vào miệng bé thường xuyên để bé "nhâm nhi" sữa non. Điều này giúp quý vị tiết ra "dòng sữa thứ hai", sữa già, sớm hơn.

Để giúp em bé của quý vị nhận được đầy đủ lợi ích từ sữa non, hãy chắc chắn một vài lần cho bú đầu tiên là sữa non. Nếu cần phải bổ sung vì quan ngại y tế, hãy thử vắt một ít sữa non của quý vị. Quý vị có thể vắt một ít sữa non bằng tay hoặc sử dụng dụng cụ bơm sữa và cho trẻ uống sữa được bơm ra bằng thìa hoặc xylanh. Đề nghị nhân viên tư vấn nuôi con bằng sữa mẹ để được hỗ trợ. Hãy chắc chắn ruột của bé được bảo vệ trước tiên bằng sữa non trước khi cho các loại chất lỏng khác vào.

Sữa non có tác dụng nhuận tràng cho em bé, giúp bé đi ra phân su, hỗ trợ trong lần đi tiêu đầu tiên và giúp ngăn chặn bệnh vàng da.

- Sữa non thường được gọi là "máu trắng" vì loại sữa này cung cấp một lượng lớn các tế bào sống (tế bào bạch huyết và đại thực bào, tương tự như tế bào trong máu) giúp bảo vệ em bé của quý vị khỏi các nhiễm trùng và bệnh tật.
- Sữa non có vai trò quan trọng đặc biệt trong việc bảo vệ đường tiêu hóa của bé. Ruột của trẻ mới sinh rất dễ thấm qua (rò rỉ). Sữa non giúp bịt kín các lỗ cực nhỏ bằng cách "sơn" đường tiêu hóa với một hàng rào ngăn chặn hầu hết các protein lạ (từ thức ăn mà người mẹ ăn vào hoặc từ sữa công thức) không thâm nhập vào ruột và có thể khiến bé dễ bị dị ứng.
- Sữa non được xem là sự chủng ngừa đầu tiên của bé vì có lượng lớn kháng thể được gọi là secretory immunoglobulin A (sIgA).
- Sữa mẹ thay đổi từ sữa non thành sữa già, nồng độ các yếu tố miễn dịch và kháng thể giảm, nhưng lượng sữa mẹ tăng rất nhiều. Vì vậy, lượng chiến binh chống nhiễm trùng mà bé nhận được vẫn khá ổn định trong suốt quá trình bú sữa mẹ.

Tài liệu này có thể được sao chụp. Nguồn thông tin giáo dục nuôi con bằng sữa mẹ năm 2016

Xin vui lòng lưu ý rằng thông tin cung cấp chỉ nhằm mục đích giáo dục và thông tin chung. Thông tin không nhằm mục đích cũng như không ngụ ý thay thế ý kiến tư vấn y khoa chuyên môn. Luôn hỏi ý kiến từ bác sĩ của quý vị nếu có bất kỳ câu hỏi nào về tình trạng bệnh lý của quý vị hoặc của trẻ sơ sinh. Không bao giờ bỏ qua ý kiến tư vấn y khoa chuyên môn hoặc chậm trễ hỏi ý kiến vì một điều mà quý vị nhận được trong thông tin này.