

Министерство здравоохранения РФ
Северный государственный медицинский университет
Кафедра пропедевтики детских болезней и поликлинической педиатрии



Грудное вскармливание: век нынешний и век минувший

проф. В.И.Макарова

IX Международный медицинский форум Донбасса «Наука побеждать... болезнь»,
Донецк, 25-26 ноября 2025 г.



Вопросы, которые появляются у современных мам в связи с рождением ребенка

- Кормить ребенка грудью или нет
- Как долго кормить грудью
- Если не кормить грудью, то чем заменить грудное кормление
- Если не кормить грудью, будет ли ребенок здоров



Что мы знаем о грудном вскармливании?

Грудное и естественное вскармливание – синонимы?

В Древнем Египте, Греции и Риме было принято кормить детей исключительно грудным молоком, оно считалось единственным вариантом питания грудничков, а в некоторых странах лактацию воспринимали как божественный дар.

Кормление грудью было совершенно нормально и естественно



Древнегреческие мифы приносят особый смысл в грудное вскармливание: материнское молоко считалось напитком, придающим силу и бессмертие. Например, сам Зевс, сочувствуя своему сыну Гераклу, родившемуся от обычной женщины, накормил его молоком своей божественной супруги Геры. В момент прикладывания та спала, а когда пробудилась и с испугом оттолкнула от груди чужое дитя, разлетевшиеся в небесах молочные капли стали созвездием Млечного Пути.



Немного истории

Во все времена кормление грудью способствовало выживанию младенцев и их крепкому здоровью. Русские богатыри, обладавшие недюжинной силой, огромным ростом, способностью съесть в один присест по десять блюд и голосом рушить стекла в окнах, имели легендарную славу вплоть до самой революции – «Русские женщины вскармливают богатырей».



Однако...

Крестьянки кормили своих детей так. Из-за необходимости работать вне дома, кормление грудью было затруднено. Новорожденного ребенка укутывали в пеленки, клали в колыбель со специально прорезанным отверстием для стока, вставляли ему в рот коровий рог с отрезанным концом, куда был набит смоченный сладкой водой ржаной хлеб, и уходили работать на весь день до вечера.



Немного истории

В высших сословиях в дореволюционной России кормление грудью не было распространено, считалось хорошим тоном отдавать ребенка кормилице. Худосочная барышня в корсете, отдающая ребенка кормилице, – это образ городского быта, более характерный для Петербурга, чем для Москвы и других городов.



Дворянки, жившие в провинциальных усадьбах, гораздо реже пользовались услугами кормилиц, поскольку их окружение не требовало столь строгого соответствия модным нормам внешнего вида и поведения. Длительный период грудного вскармливания малышей также был характерным для России: обычно он составлял 3-4 года. Так, к примеру, около 4 лет кормили грудью маленького графа Левушку Толстого.

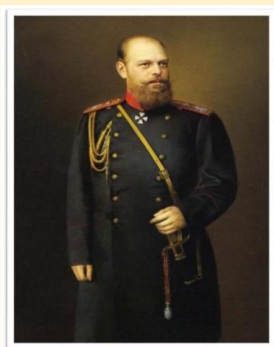


Немного истории

Юная Екатерина II страдала от того, что была лишена возможности самостоятельно кормить новорожденного Павла, которого императрица отняла у нее сразу после рождения. Екатерина считала, что это отлучение от матери послужило причиной нелюбви к ней сына.

Передача царских детей кормилице вскоре стала нормой: сложилась даже традиция приглашать для этой цели крестьянок из определенной деревни Ярославской губернии.

Цари из династии Романовых благодарно относились к своим кормилицам, или «мамкам».



Трогательно любил свою старенькую «мамку» Император Александр III, обладавший внушительным ростом и крепким богатырским телосложением.



Немного истории



Традицию «мамок» в царской семье прекратила императрица Александра Федоровна Романова, вскормившая всех пятерых детей самостоятельно. Это потребовало от неё немало усилий и наряду с трудными беременностями практически изолировало её от светской жизни и зимних балов. Двор был недоволен императрицей, которая, по их мнению, была «не царица, а только мать».



Революция в России и «освобождение женщины» положили конец грудному вскармливанию: мать принадлежала отныне не детям, а строящемуся государству.



Оказалось, что все то, что рекомендуют сейчас кормящим мамам, давным-давно знали наши прабабушки. Об этом свидетельствуют толковые рекомендации по грудному вскармливанию, отображенные в санитарно-просветительных плакатах 20-40 годов прошлого века.



Санитарно-просветительные плакаты 20-40 годов прошлого века



Санитарно-просветительные плакаты 50-70 годов прошлого века



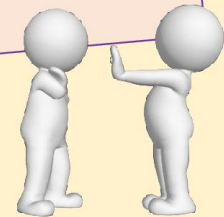
В процессе грудного вскармливания формируется целый комплекс тончайших психофизиологических контактов между матерью и ребенком, которые могут остаться пожизненной основой внутрисемейных отношений.



Кормление грудью дает ребенку ощущение благополучия и навсегда запечатлевается на его психике.

Есть мнение, что дети, длительно (до 1 года и более) находившиеся на грудном вскармливании, растут более защищенными и приспособленными к жизни, они реже отличаются агрессивностью, более спокойны и равнодушны.

Однако, тем не менее, миф о доступности искусственного вскармливания и его равноценности грудному ещё очень живуч, и многие наши мамы и бабушки поддерживают его, не имея опыта успешного кормления.



Положение о безусловном преимуществе грудного вскармливания для здоровья ребенка не подвергается сомнению

- снижает риск инфекционных заболеваний
- обеспечивает долгосрочную защиту, формируя таким образом основу будущего здоровья
- играет защитную роль в отношении развития ожирения в старшем возрасте



Состав молока адаптируется под постоянно меняющиеся потребности младенца



Изменения в составе происходят не только в долгосрочной перспективе, но и даже в процессе одного кормления, отвечая при этом потребностям ребенка и во многом формируя его поведение



Эволюционный феномен грудного вскармливания — сохранение баланса между возможностями организма матери обеспечить ребенка полным набором нутриентов и способностью организма ребенка максимально полно и эффективно эти нутриенты усвоить



Попробуем доказать научными фактами (1)

Молоко меняется по мере роста ребенка

Сразу после рождения ребенка молозиво укрепляет иммунитет новорожденного (секреторный иммуноглобулин А). Молозиво содержит меньше питательных веществ, таких как лактоза или жир, но больше белка и калия, что идеально подходит организму новорожденного младенца.

В зрелом молоке много питательных веществ и иммуноглобулина и **большой** объем молока.

На втором году молока становится меньше (потому что ребенок начинает чаще питаться другой пищей), оно плотнее, а количество антител и жира в нем увеличивается, чтобы соответствовать растущей нагрузке на иммунитет ребенка.

Это обстоятельство выражается еще одним феноменом — **замедлением темпов роста ребенка в первый год жизни** (достаточно вспомнить «классические» цифры помесечных прибавок массы тела у ребенка первого года жизни, которые, начиная с четвертого месяца, уменьшаются на 50 г). Это замедление дает возможность ребенку дольше оставаться с матерью, получая грудное вскармливание до того момента, когда он будет готов к введению прикорма и уменьшению количества грудного молока в рационе.

Для мамы замедление темпов роста ребенка позволяет ей медленнее «расходовать» резервы организма, необходимые для продукции грудного молока.



Состав грудного молока определяет здоровый рост ребенка

Попробуем доказать научными фактами (2)

Молоко меняется во время скачков роста и болезней ребенка

Основной состав зрелого молока остается примерно неизменным на протяжении всего периода кормления, однако количество отдельных его компонентов может колебаться в зависимости от потребностей ребенка. Во время скачков роста ребенок начинает есть чаще, вследствие чего молоко матери становится более жирным и питательным.

Помимо этого, ученые убеждены, что грудное молоко меняет свой состав во время болезней ребенка. Вступая в контакт со слюной ребенка, организм матери «считывает» информацию о состоянии здоровья ребенка и «добавляет» в молоко антитела, специфичные для конкретной болезни.

Молоко меняется в зависимости от времени суток

Многие женщины отмечают повышенную выработку грудного молока в самом начале дня, ранним утром. Ближе к вечеру молоко становится более плотным, содержит больше серотонина и других веществ, которые помогают ребенку быстрее успокоиться и заснуть.

Молоко меняется во время кормления

Даже во время одного кормления молоко меняет свой состав. Сперва ребенок получает более жидкое, так называемое «переднее» молоко, а затем — более густое и питательное «заднее» молоко. Переднее молоко утоляет первый голод ребенка и дает ему силы на сосание густого заднего молока, которое необходимо для роста и развития.



Попробуем доказать научными фактами (3)

Молоко меняет вкус

Ряд исследований показал, что еда, которую употребляет кормящая женщина, влияет на вкус ее грудного молока. Согласно исследованию 2008 года, дольше всего в грудном молоке сохраняется вкус ментола, а вот вкус съеденного банана ребенок может почувствовать только на протяжении часа после его употребления.

Исследование 2001 года показало, что дети матерей, которые продолжительное время употребляли морковный сок, чуть позже предпочитали морковь остальным овощам.

Также вкус молока зависит от его состава: молозиво отличается соленым вкусом, а после созревания молоко становится более сладким и «медовым» на вкус. Сцеженное молоко обладает «мыльным» привкусом.

Молоко меняет цвет

Мы привыкли, что молоко должно быть белого цвета, однако нормальное грудное молоко может быть голубоватым, желтым, кремовым или даже оранжевым.

Цвета молока, которые должны вызывать беспокойство: розовый, красный или ржаво-оранжевый — они могут свидетельствовать о наличии крови в молоке. Причем кровь может говорить как о травме сосков, так и о более серьезных проблемах, например, опухоли груди.



Как долго

Матери, которые продолжают кормить грудью своих малышей старше года, нередко слышат от старших родственниц: «Вот придумывают какие-то новомодные веяния! В наши времена все было не так...». В их времена действительно было не так. Но если поинтересоваться историей вопроса, то мы увидим все ту же традицию «долгокормления». А небольших и отдаленных сел послевоенная тенденция отлучения от груди в год и вовсе не коснулась...



Обычно для кормления грудью использовался принцип трех длинных постов – то есть мать кормила два Больших поста и один Успенский, либо два Успенских и один Большой, в среднем от полутора до двух лет.

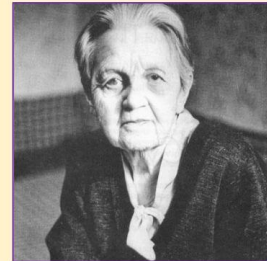
В летнее время, когда детская смертность становилась особенно высокой из-за кишечных инфекций, от груди не отнимали даже подросткового ребенка.



**Профессор Мария Владимировна Пиккель, зав.кафедрой педиатрии
Архангельского медицинского института в 1965-1983 гг (позднее академии,
сейчас Северный государственный медицинский университет)**



О своем раннем детстве Мария Владимировна так пишет в своих воспоминаниях: «Я родилась 3 апреля 1911 года – последний поздний ребенок. Мама долго кормила меня грудью, больше года. Когда ей советовали прекратить это затянувшееся кормление, она отвечала: Оставьте меня в покое, я знаю, что я делаю – это последний ребенок». Я очень ей благодарна, уверена, что это стало залогом моего здоровья и сил выдержать болезни, особенно туберкулез (он у меня был относительно легким). Благодаря ей, я имею здоровое сердце и голову даже в мои 92 года...»



Воспоминания все время со мной, работая по 1973 г. Вскоре детское свидетельство в Государственной поликлинике г. Архангельска, уехал к брату, прожил там до 1978 г. Уехал в Петербург по болезни мамы. Все время радостно вспоминаю район д. Мелюха 8/11 1911 г. Архангельск с 1932 г. Вместе с семьей, работала в Акт. Медико-Индустриале. Уехала в 1948 г. Братья все родившиеся не много, кроме дочери сестры, карьеры в до сих пор правдами высказываю и с карьерой тещей в последние время.



Однако, оптимально - кормить до 1,5 лет.

И вот почему.

К полутора годам пропадает сосательный рефлекс, и сосание из необходимости становится психологической зависимостью: грудь ассоциируется у ребенка с успокоением и защитой.

Потом малыша сложно отлучить от груди. В каких-то случаях даже доходит до психологической травмы или нелепых ситуаций, когда «взрослый» ребенок просит грудь в общественных местах.



Тем мамам, которые решили кормить грудью после одного года, стоит знать, что преимущества ГВ для ребёнка не прекращаются за одну ночь. Хотя ряд экспертов считает, что после года бонусы, особенно важные для грудничков, уже не играют особенной роли для здоровья, но они все еще есть.



Плюсы, связанные с выбором продолжительного грудного вскармливания


- **Снижение риска ожирения:** чем дольше младенцы питаются хоть каким-то количеством грудного молока, тем больше у них шансов избежать ожирения и диабета в детстве и в дальнейшей жизни (Tianjin Medical University, Китай)
- **Высококачественное питание:** пока детей продолжают кормить грудью, они получают питание повышенной ценности (клиника Майо, США)
- **Обретение утешения у груди:** дети чувствуют себя защищенными
- **Связь с ребёнком:** если женщины решают кормить грудью детей старше года, они создают невероятную эмоциональную связь с ними. Эта связь заставляет матерей очень чутко реагировать на потребности своих малышей — что важно для их развития
- Значительное **снижение риска рака молочной железы** у женщин (Centers for Disease Control and Prevention, Джорджия, США)
- Значительное **снижение риска рака яичников** у женщин (Харбин, Китай)



Минусы, связанные с выбором продолжительного грудного вскармливания

- **Проблема с зубами** у детей: как и в случае с детьми, которые пьют кефир или смесь перед сном (Школа общественного здравоохранения Мичиганского университета); «зубастые» малыши на длительном ГВ подвержены риску кариеса
- **Психологическая проблема - осуждение окружающих:** чем старше становится ребенок, тем проблема сильнее, которая заключается в том, что их осуждают другие. Как бы людям ни хотелось верить, что общество принимает чужой образ жизни, когда что-то кажется ненормальным, осуждающие ваш образ жизни точно появятся
- **Загруженность мамы:** грудное вскармливание до года — это круглосуточная работа. После года это это может приводить к невозможности надолго оставить ребёнка, если он тревожится, а также к проблеме, о которой теперь стали больше говорить эксперты — тактильной усталости мам.





Вопросы, которые появляются у современных мам в связи с рождением ребенка

- Кормить ребенка грудью или нет –

Кормить, но помнить о том, что грудное молоко полностью обеспечивает ребенка всеми нутриентами только первые 16 недель. А далее природа придумала «окно толерантности» (4-6 мес) для введения прикорма, который ребенок должен получать после 6 мес, не отказываясь от грудного молока

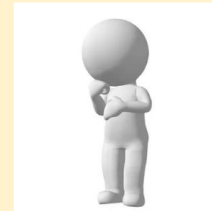
- Как долго кормить грудью –

До 1,5 (в исключительных случаях – до 2) лет

- Если не кормить грудью, то чем заменить грудное кормление –

Искусственными адаптированными смесями. ГДМ

- Если не кормить грудью, будет ли ребенок здоров -



Почему грудное донорское молоко?*

Не оправдались ожидания, что можно полноценно заменить грудное молоко детскими смесями.

Метаболом молока содержит 6–7 тыс. соединений, часть из них — практически «живые» компоненты: иммунные и стволовые клетки, микроРНК, микробиота, гормоны и т.д.

Создать их искусственно пока не представляется возможным, и при отсутствии лактации у матери единственная близкая альтернатива — грудное донорское молоко (ГДМ)

Многочисленные работы доказали, что у младенцев, получавших искусственные добавки, повышен риск диареи, непереносимости и некротизирующего энтероколита (НЭК)

Пока уверенные доказательства несомненной пользы есть лишь для НЭК. Здесь ГДМ демонстрирует отличные результаты по сравнению со смесями — относительный риск в случае применения последних выше в 2,5 раза, и для предупреждения этого заболевания важно максимально исключить или отсрочить кормление недоношенных смесями, включая обогатители, на основе коровьего молока.



*Даутова Л.А. 2023. <https://praesens.ru/zhurnal/elektronnyy-zhurnal/sp-neo/>

Спасибо!



Использованы фотоматериалы Shutterstock

