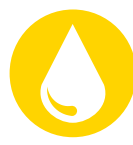




Η αξία του μητρικού γάλακτος στη Μονάδα Εντατικής Θεραπείας Νεογνών


Το μητρικό γάλα δεν είναι απλώς θρεπτική τροφή, είναι ιατρική παρέμβαση. Η παροχή του γάλακτος αυτού είναι ό,τι πιο χρήσιμο μπορούν να κάνουν οι μητέρες για τα βρέφη τους που βρίσκονται στη μονάδα εντατικής θεραπείας νεογνών. Η ενημέρωση των γονέων με τεκμηριωμένες πληροφορίες για το μητρικό γάλα μπορεί να βοηθήσει οικογένειες με πρόωρο ή άρρωστο βρέφος, ώστε να του παράσχουν το καλύτερο δυνατό ξεκίνημα ^{1,2}.

Συστατικά που προστατεύουν

 **Το πανίσχυρο πρωτόγαλα**
Το πρωτόγαλα βρίθει παραγόντων που διευκολύνουν την ανάπτυξη των εντέρων και μειώνουν τον κίνδυνο λοιμώξεων στα βρέφη. Όσο πιο πρώιμα γεννιέται ένα βρέφος, τόσο πιο υψηλή είναι η συγκέντρωση αυτών των συστατικών ^{2,3!}


 **Βόμβα αντισωμάτων**
Καθώς η μητέρα αγγίζει ή κρατά το βρέφος της, αρχίζει να παράγει συγκεκριμένα αντισώματα κατά των μικροβίων στο περιβάλλον του βρέφους της. Κατόπιν, το βρέφος λαμβάνει αυτά τα προστατευτικά αντισώματα μέσω του μητρικού γάλακτος ^{4,5}.


 **Ζωντανά κύτταρα**
Το φρέσκο μητρικό γάλα περιέχει χιλιάδες έως εκατομμύρια ζωντανά κύτταρα ανά χιλιοστόλιτρο. Σε αυτά περιλαμβάνονται λευκοκύτταρα που προστατεύουν το βρέφος από τις λοιμώξεις, καθώς και βλαστοκύτταρα που μπορούν να δράσουν ως εσωτερικό σύστημα δόμησης και αποκατάστασης ⁶.



 **Λίπη για την ανάπτυξη του εγκεφάλου**
Το μητρικό γάλα περιέχει πολλές και διάφορες λιπαρές ουσίες, όπως π.χ. ω3 λιπαρά οξέα, οι οποίες βελτιστοποιούν την ανάπτυξη του εγκεφάλου αλλά και ολοκλήρου του οργανισμού, σε πρόωρα βρέφη που στερήθηκαν την κρίσιμη σημασία ανάπτυξη του τελευταίου τριμήνου ^{7,8}.




Καλύτερα αποτελέσματα τις πρώτες μέρες


 **Σχέση δόσης-απόκρισης**
Οι αυξημένες δόσεις μητρικού γάλακτος έχουν ως αποτέλεσμα τη μείωση του κινδύνου εμφάνισης ασθενειών ². Για κάθε επιπλέον 10 ml μητρικού γάλακτος ανά κιλό και ανά ημέρα, μειώνεται ο κίνδυνος εμφάνισης σηψαιμίας στο βρέφος κατά 19% ⁹. Κάθε σταγόνα μετράει!

 **Υποστήριξη γρήγορης ανάπτυξης**
Το μητρικό γάλα επιταχύνει την ανάπτυξη του νευρικού συστήματος πέραν της παραμονής του βρέφους στη Μονάδα Εντατικής Θεραπείας Νεογνών ². Τα βρέφη που λαμβάνουν ≥ 110 ml μητρικού γάλακτος ανά κιλό και ανά ημέρα παρουσιάζουν αύξηση του δείκτη ευφυΐας (IQ) τους κατά 5 μονάδες και βελτίωση 14% στην συμπεριφορική αξιολόγηση, στους 18 μήνες ¹⁰.

 Μητρικό γάλα =  Ασθένειες

 Μητρικό γάλα =  IQ

 **Μικρότερη βραχυπρόθεσμη νοσηρότητα**
Σε σύγκριση με το βρεφικό γάλα σε σκόνη, το μητρικό γάλα μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης νεκρωτικής εντεροκολίτιδας (NEC), σηψαιμίας, συνδρόμου αιφνίδιου βρεφικού θανάτου και πολλών άλλων ασθενειών κατά τον πρώτο χρόνο ζωής του βρέφους ¹¹⁻¹⁵.

 **Επιστροφή στο σπίτι νωρίτερα**
Τα πρόωρα βρέφη που λαμβάνουν μητρικό γάλα αντί για βρεφικό γάλα σε σκόνη έχουν περισσότερες πιθανότητες να πάρουν εξιτήριο νωρίτερα και παρουσιάζουν μικρότερο κίνδυνο εμφάνισης ανάγκης για νοσηλεία κατά τον πρώτο χρόνο μετά το εξιτήριο ^{10,11}.


6-10 x
μείωση NEC
αποκλειστικά με μητρικό γάλα ¹²


3 x
μείωση NEC
με μητρικό γάλα και γάλα σε σκόνη ¹²

2 εβδομάδες
νωρίτερα εξιτήριο
από το μαιευτήριο ¹¹

6.8 %
μειωμένος κίνδυνος
νέας νοσηλείας ¹⁰

Οφέλη για μια ζωή

 **Μικρότερη μακροπρόθεσμη νοσηρότητα**
Σε σύγκριση με το βρεφικό γάλα σε σκόνη, η διατροφή με μητρικό γάλα μειώνει τον κίνδυνο εμφάνισης ασθενειών καθ' όλη τη διάρκεια ζωής του βρέφους. Για παράδειγμα, παρατηρείται μείωση στην πιθανότητα εμφάνισης νευρολογικής βλάβης, παιδικής παχυσαρκίας και επακόλουθου σακχαρώδη διαβήτη τύπου 2 ^{14,16,17}.

 **Καλύτερη ποιότητα ζωής**
Επειδή το μητρικό γάλα μειώνει τη νοσηρότητα και τη θνησιμότητα σε σύγκριση με τη διατροφή με βρεφικό γάλα σε σκόνη, μειώνει κατά συνέπεια το κόστος περίθαλψης, αυξάνει την παραγωγικότητα της κοινωνίας και βελτιώνει την ποιότητα ζωής ¹⁴.

Το γάλα κάθε μητέρας είναι ειδικά «σχεδιασμένο» για το βρέφος της. Οι μητέρες θα πρέπει να ενθαρρύνονται να χρησιμοποιούν θηλάστρο για την άντληση πρωτόγαλακτος και ώριμου μητρικού γάλακτος για όσο το δυνατόν μεγαλύτερο χρονικό διάστημα, αφού αυτό είναι κάτι που μόνον οι ίδιες μπορούν να προσφέρουν στο παιδί τους. Με την υποστήριξη των μητέρων να αρχίσουν από νωρίς τη συχνή χρήση θηλάστρου, τα βρέφη τους θα βιώσουν τα οφέλη της αποκλειστικής διατροφής με μητρικό γάλα καθ' όλη τη διάρκεια της ζωής τους ¹⁸.

Βιβλιογραφικές αναφορές

1 Kim, J.H. et al. J Obstet Gynecol Neonatal Nurs 41, 122-137 (2012).
2 Meier, P.P. et al. Clin Perinatol 37, 217-45 (2010).
3 Ballard, O. & Morrow, A.L. Pediatr Clin North Am 60, 49-74 (2013).
4 Van de Perre, P. Vaccine 21, 3374-3376 (2003).
5 Liu, B. et al. Breastfeed Med 8, 354-362 (2013).
6 Hassiotou, F. et al. Adv Nutr 5, 770-778 (2014).

7 Belkand-Gerson, J. et al. Pediatr Gastroenterol Nutr 47, S7-9 (2008).
8 Deoni, S.C. et al. Neuroimage 82, 77-86 (2013).
9 Patel, A.L. et al. J Perinatol 33, 514-9 (2013).
10 Vohr, B.R. et al. Pediatrics 118, e115-e123 (2006).
11 Schanler, R.J. et al. Pediatrics 116, 400-6 (2005).
12 Lucas, A. et al. Lancet 336, 1519-1523 (1990).

13 Sisk, P.M. et al. J Perinatol 27, 428-433 (2007).
14 Renfrew, M. et al. UNICEF (2012).
15 Hauck, F.R. et al. Pediatrics 128, 103-110 (2011).
16 Hintz, S.R. et al. Pediatrics 115 696-703 (2005).
17 Horta, B.L. et al. WHO (2013).
18 Edwards, T.M. et al. J Perinat Neonat Nurs 24, 246-253 (2010).