

ADVANTAGES OF BREAST MILK

1. **Breast milk is personalized only for your baby** – It contains the perfect amount of everything your baby need.
2. **Protection from allergy** – Your baby will be less likely to have allergies, which the strong proteins in cow's milk can cause.
3. **Can protect against respiratory problems like asthma.**
4. **Less chance of obesity** – Since breast fed babies are fed on demand on their appetite, breast feeding may help reduce the chance of becoming over-weight.
5. Nursing for at least one year has been **shown to reduce infections.**
6. **Easier to digest** – Your breast milk is designed for your baby's sensitive digestive system. The amount of proteins and fat in breast milk is individually tailored to your baby's needs.
7. **No constipation** – Since breast milk has a natural laxative, infants on breast milk rarely becomes constipated.
8. **Convenience**- With breastfeeding there is no worry about bottles and nipples clean, carrying bottled milk and keeping in proper temperature. Breast milk is always ready to be used and in perfect temperature.
9. **Money saving** – Breast milk is free, where bottle-feeding is expensive for the formula, bottles and nipples.
10. **Good for the mother** – Helps uterus to contract to its pre-pregnant size. Also delay your periods providing you from a reprieve from that "timely month".
11. **Strong emotional mother-baby benefits** – The skin to skin , eye to eye and cuddling during breastfeeding creates a wonderful bonding between mother and baby.
12. **In general**- Researches from United States, Europe and other developed countries have provide strong evidence that human breast milk decreases the incidences and/or severity of diarrhea, lower infection such as otitis media, bacteremia, bacterial meningitis, urinary tract infection and necrotising enterocolitis.



فوائد حليب الصدر

١. حليب الصدر خاص بطفلك فقط ، وهو يحتوي على الكمية الكافية من كل شيء يحتاجه طفلك.
٢. حماية من الحساسية- سيكون طفلك أقل عرضة للحساسية التي تسببها البروتينات الموجودة في حليب البقر.
٣. حماية ضد مشاكل التنفس كالربو.
٤. أقل عرضة للسمنة، حيث أن الطفل الذي يعتمد على الرضاعة الطبيعية يأخذ حاجته منه فقط فإن هذا يقلل من عرضة الطفل للوزن الزائد
٥. أثبت أن الرضاعة الطبيعية لما لا يقل عن سنة يقلل أعراض العدوى.
٦. سهل الهضم، خلق حليب صدرك ليلانم نظام الهضم الحساس عند طفلك حيث أن كمية البروتينات والكرbohydrates الموجودة فيه تلانم احتياجات طفلك.
٧. يمنع الإمساك حيث أن حليب الصدر يحتوي على ملين طبيعي فتأذرا ما يصاب الأطفال الذين يرضعون طبيعيا بالإمساك.
٨. مناسب- حيث لاداعي للقلق من تنظيف الحلمات ،حمل الرضاعات وحفظها في درجة حرارة مناسبة فحليب الصدر جاهزا على الدوام وبدرجة الحرارة الملائمة.
٩. توفير المال ،حيث أنه مجاني بينما الرضاعات مع الحليب والحلمات غالية
١٠. جيد للأم، حيث يساعد الرحم على الانقباض لوضعه السابق كما قبل الحمل.
١١. منفعة عاطفية قوية للأم والطفل ،حيث أن الطفل سيكون بحضن الأم الجلد على الجلد، العين بالعين مما يزيد ارتباط الأم بطفلها
١٢. بشكل عام، أثبتت الأبحاث من الولايات المتحدة ،أوروبا ودول أخرى متطورة أن حليب الصدر البشري يقلل حدوث الإسهال ،التهاب الأذن الوسطى،تجرثم الدم،التهاب السحايا،التهاب المجاري البولية والتهاب الأمعاء النخري.

