

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Karmienie piersią chroni przed depresją poporodową

Matki, które po urodzeniu dziecka karmią je piersią, są o 50 proc. mniej narażone na depresję poporodową - przekonuje pismo „Maternal and Child Health” powołując się na badania 14 tys. kobiet.



Periodyk wskazuje jednak, że jest również odwrotna zależność: matki, które chcą karmić swe dziecko piersią, ale nie mogą tego robić, są aż dwukrotnie bardziej zagrożone tego rodzaju depresją. Depresja poporodowa ujawnia się zwykle już po 4-6 tygodniach i występuje u 10 proc. matek. Z wcześniejszych badań, jakie przeprowadziła dr Giulia Muraca-Muir z University of British Columbia w Vancouver wynikało, że na depresję najbardziej podatne są kobiety w wieku 40-44 lat, występuje ona u nich aż pięciokrotnie częściej w porównaniu do matek w wieku 35-39 lat.

Autorką najnowszych badań jest dr Maria Iacovou z Cambridge University. Po przebadaniu 13 tys. 998 matek z południowo-zachodniej Anglii doszła do wniosku, że kobiety, które po urodzeniu dziecka karmią je piersią, tak jak to zamierzały, o 50 proc. rzadziej wpadają w depresję poporodową.

Dr Iacovou twierdzi, że karmienie naturalne chroni kobiety przed tzw. baby blues. Ostrzega jednak, że najbardziej zagrożone są nią te matki, które nie mogły karmić naturalnie, choć bardzo tego chciały. Nie ma jednak pewności, jak duże znacznie ma długość karmienia.

Jakie są główne wnioski z tych badań?

Specjalistka potwierdza, że warto zachęcać kobiety karmienia naturalnego, bo jest ono korzystne zarówno dla dziecka jak i dla niej samej. Zwraca jednak uwagę, że szczególną troską powinny być otoczone matki, które bardzo pragnęły karmić piersią, ale z różnych powodów nie mogą tego robić.

Dr Iacovou twierdzi, że kobiety po porodzie są częste wyczerpane opieką nad dzieckiem, choćby z powodu ciągłego niedospania. Karmienie piersią pozwala je odstresować i złagodzić związany z tym ogromny wysiłek. Ssanie piersi przez dziecko powoduje wydzielanie korzystnych dla zdrowia psychicznego hormonów i neuroprzekaźników.

Źródło: www.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/22062.html>



23-12-2024

[Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego](#)

[Narodzenia](#)

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

[Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#)

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

[Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#)

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

[Świąteczna apteczka](#)

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

[Radioaktywny pluton się nie ukryje](#)

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

[Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy