

왜 엄마는 아기에게

1. 아기에게 주는 이익②

모유의 비영양학적 이점

엄마 젖속에는 각종 면역체와 항염증물질, 영양분이 골고루 들어 있어 아기의 평생 건강을 결정하고 성장을 도와준다. 엄마젖을 먹는 아이는 인공유를 먹는 아이보다 위장염, 설사, 기관지 감염, 폐혈증, 중이염, 요도기계감염 수가 적고 심하지 않다.

엄마젖을 먹으면 첫6개월동안 영아사망율은 25%, 5세에서는 8-9%이상 감소시킨다.

엄마젖에는 아기의 발달과 면역, 신경, 피부 등 여러기관의 성장을 촉진하는 성장 요소가 포함되어 있어 2-3세가 될 때까지 몸안에 남아 있어 질병을 막아주고 건강하게 자라게 해준다. 아기의 당뇨, 암 및 중이염의 빈도를 현저히 감소시킨다.

세균성 뇌수막염의 경우 아기의 첫 6개월 동안 인공유를 먹는 아이에게서 엄마젖을 먹는 아이보다 12배의 차이를 보인다. 엄마젖에는 아기의 장에 PH 5.0을 유지하여 해로운 세균의 성장을 막으며, 변비가 없으며 정상균주를 유지하여 소화기 장애가 훨씬 적다. 면역물질로 임파구, 대식세포, 살아있는 세포들은 질병과 싸운다.

어머니가 세균과 박테리아에 노출되었던 적이 있는 질병에 대하여 젖에 항체가 들어있어 아기를 보호해 준다. 수유를 계속할수록 병원체를 죽이거나 번식을 억제하는 락토페린은 증가한다.

라이소자임은 인공유보다 엄마젖에 300배가 더 많이 들어있으며 병원균의 번식을 억제한다.

소아알레르기의 주원인은 우유속에 있는 베타 글로블린으로 이 성분은 엄마 젖에는 들어 있지 않다. 두유를 포함하여 모든 인공영양은 알레르기의 위험을 가져온다.

아기의 장은 모유수유를 하면 이물단백질이 인체로 들어가는 것을 막도록 급속도로 발달한다. 이물단백질에 적게 노출되므로써 알레르기 반응을 일으키지 않고 내성을 키운다.

발달측면에서의 이점

엄마젖에는 아기자신의 면역보호를 자극하고 위장관의 기능적 성숙을 자극하므로 어른이 된 이후에도 성인병에 걸릴 확률이 낮아진다.

엄마젖속의 DHA는 망막세포 발달에 중요하므로 엄마젖을 먹는 아이는 시야 민감성이 발달된다.

엄마젖의 영양소중 중추신경계 발달에 관계되는 DHA, 타우린, 유당이 풍부하여 분유아와 평균적으로 IQ 8.3point 차이를 보인다고 보고되었다, 이러한 지능 차이는 미숙아들에게는 10point이상이므로 미숙아 일수록 모유를 먹이도록 한다.

젖을 빨 때에는 인공수유보다 60배의 힘이 더 들어야 하므로 안면근육 운동으로 턱과 치아가 발달하며, 뇌 혈류량이 많아져 뇌발달을 촉진한다.

엄마젖을 먹일 때에는 인간대 인간 접촉으로 모

젖을 주어야 하나요?

자관계가 형성되어 아기에 대한 학대와 무관심이 적어진다.

2. 엄마에게 주는 이익

편리성 : 엄마젖은 언제, 어느 장소에서든지 세척 등 준비과정이 요구되지 않는다. 엄마젖이 떨어지거나 상할 염려가 없고, 알맞은 온도와 멸균된 상태로 활용이 가능하다.

밤에도 젖을 줄 수 있고 여행을 하기 편하다.

경제성 : 엄마젖을 먹임으로써 분유보다 적어도 3배는 싸다. 아기 영양공급을 위하여 많은 노력을 할 필요가 없다.

호르몬의 증가

엄마젖을 수유하는 동안 프로락틴(Prolactin)과 옥시토신(Oxytocin)이 분비되어 자궁을 수축시키고 출산 후의 출혈을 멎게한다.

프로락틴의 증가는 친근감과 모성에 유발 호르몬이며, 옥시토신은 자연적으로 평화스럽고 분만과정에서 받은 스트레스를 조절하여 출산 후 우울증을 적게 해주고 엄마로서의 역할을 다 할수 있게끔 해준다. 정서적 애착으로 아기에 대한 학대와 무관심이 적어진다. PPKK

