

นมแม่ แน่นอนที่สุด

ดีต่อแม่ ดีต่อลูก

ประหยัด สะดวก
ลดความเสี่ยงมะเร็งเต้านม

ปลอดภัยโรคระดูกพรุน
รูปร่างดี ไม่อ้วน

สายใยรักที่เข้มแข็ง
ภูมิคุ้มกันโรค

สารอาหารครบ



สมอง โอกาสเพิ่มระดับ I.Q.
3.16 จุดในการทดสอบกำหนด
และ 5.26 จุด ในการเกิดก่อนกำหนด



สายตา
พัฒนาการมองเห็น
สายตาคมชัด



ช่องปาก
กรามล่างแข็งแรงฟันเกน้อยลงเมื่อโตขึ้น



ผิวหนัง
ลดโอกาส
เป็นภูมิแพ้ผิวหนัง 42 %



ระบบทางเดินหายใจ
โอกาสติดเชื้อทางเดินหายใจ ปอดบวม
น้อยกว่าทารก กินนมผสม 60%
รวมถึงโรคหืด



หู
ลดโอกาสเป็นหูน้ำหนวก



ระบบทางเดินอาหาร
ลดโอกาสโรคท้องเสียและลำไส้อักเสบ
น้อยกว่า 60 % ระบบย่อยดี
ไม่มีปัญหาท้องผูก



ไตแข็งแรง
ชั้นของเส้นน้อยกว่า
และระบบทางเดินปัสสาวะ
โอกาสติดเชื้อน้อยกว่า



ทพป. ศูนย์ส่งเสริมสนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

เคล็ดไม่ลับน้ำนมมาเร็ว

ในนมแม่มี

ฮอร์โมน

หลากหลายชนิด
ช่วยในการเจริญเติบโต

วิตามินและเกลือแร่

มีปริมาณเพียงพอดูดซึมได้ดี

สารกระตุ้นการเจริญเติบโต

ช่วยให้ ลำไส้ สมอong ประสาท
เจริญเติบโตสมบูรณ์

คาร์โบไฮเดรต มีน้ำตาลแลคโตสสูงที่สุด

ช่วยพัฒนาการสมอง และมีโอลิโกแซคคาไรด์มากกว่า
100 ชนิด ช่วยให้ลำไส้แข็งแรง

ไขมัน มีไตรกลีเซอไรด์มากที่สุด

มีโคเลสเตอรอล กรดไขมันจำเป็น DHA และ AA
ช่วยพัฒนาสมอง ระบบประสาทและการมองเห็น

น้ำย่อย มีน้ำย่อยไขมัน ทำให้อุดซึมดี

นำมาใช้ได้ดีสมบูรณ์ น้ำย่อยแป้งและอื่นๆ

โปรตีน มีเวย์โปรตีนเป็นส่วนใหญ่

ย่อยง่าย ลดความเสี่ยง
การเกิดภูมิแพ้
ลดการทำงานของไต

หลัก 3 ดุด

ดุดเร็ว

ให้ลูกดุดนมแม่
ภายในหนึ่งชั่วโมง
แรกหลังคลอด



ดุดบ่อย

ให้ลูกดุดนมแม่
บ่อยตามที่ลูกต้องการ
(ส่วนใหญ่อัน 8 ครั้ง
ต่อวัน)



ดุดถูกวิธี

ให้ลูกจับ
ลานนมให้ลึกพอ
และดุดอย่างต่อเนื่อง
ข้างละ 15 - 20 นาที
หรือจนเกลี้ยงเต้าแล้ว
สลับไปอีกข้าง

