



**Tomasz Kobosz**, 2017-06-22 13:51

## Karmienie piersią może uratować życie matki



Fot. Thinkstock

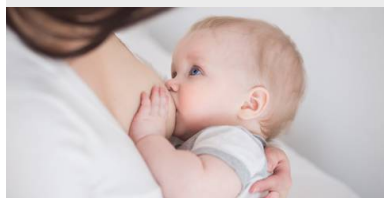
**O pozytywnym oddziaływaniu mleka matki na zdrowie niemowląt napisano i powiedziano już bardzo wiele. Równie interesująca jest jednak kwestia wpływu karmienia piersią na organizm kobiety. Brytyjscy i chińscy naukowcy dostarczyli właśnie nowych danych na ten temat.**

Dzięki wcześniejszym badaniom wiadomo, że u kobiet karmiących piersią obniża się ryzyko zachorowania w przyszłości na raka piersi, jajnika czy osteoporozę. Najnowsza praca zespołu brytyjskich i chińskich uczonych pokazuje, że korzyści mogą dotyczyć także układu krążenia.

Do analizy posłużyły dane ok. 290 tys. Chinek, z których zdecydowana większość była matkami. W momencie rozpoczęcia obserwacji, żadna z uczestniczek nie miała chorób serca w wywiadzie. Po ośmiu latach chorobę niedokrwinną serca (w tym zawał) zanotowano u 16,6 tys. kobiet, a udar mózgu u 24 tys.

Po wykluczeniu wpływu innych znanych czynników ryzyka chorób układu krążenia, okazało się, że kobiety, które w przeszłości karmiły piersią, miały o 9 proc. niższe ryzyko choroby wieńcowej oraz o 8 proc. mniejsze ryzyko udaru mózgu, w porównaniu do matek, który nigdy nie karmiły naturalnie.

### **WARTO PRZECZYTAĆ**



## Karmienie piersią chroni przed rakiem

Redukcja ryzyka wystąpienia tych groźnych schorzeń była też wprost proporcjonalna do czasu karmienia piersią. Każde 6 miesięcy karmienia przekładało się na kolejne 4 proc. redukcji ryzyka choroby serca i 3-procentowy spadek zagrożenia udarem.

U matek, które nie odstawiały dziecka od piersi przez 2 lata, ryzyko choroby wieńcowej było niższe o 18 proc., a udaru mózgu o 17 proc., w porównaniu do pań, które nigdy nie karmiły własnym mlekiem.

Autorzy badania nie są pewni, w jaki sposób karmienie piersią „chroni” układ krążenia kobiety. Przypuszczają, że chodzi o zmiany metaboliczne, dzięki którym z organizmu skuteczniej usuwany jest nagromadzony w czasie ciąży nadmiar tłuszczu.