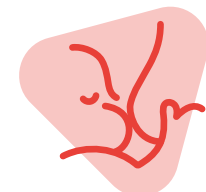


KODĖL MAITINIMAS KRŪTIMI SUMAŽINA RIZIKĄ SUŠIRGTI KRŪTIES VĖŽIU?



Kadangi dauguma krūties vėžio atvejų yra susiję su hormonais, teigiamą maitinimo krūtimi poveikį galima paaikškinti krūties struktūros pokyčiais ir mažesniu hormonų poveikiu motinai visą gyvenimą.

Ką man daryti?



Rekomenduojama maitinti kūdikius krūtimi neduodant jiems jokio kito maisto ar gėrimų iki maždaug 6 mėnesių amžiaus. Po to rekomenduojama maitinimą krūtimi derinti su kitu tinkamo tipo ir kiekio maistu.



Kuo ilgiau maitinama krūtimi, tuo labiau sumažėja rizika.



Maitinimas krūtimi mažina motinos vėžio riziką. Jei galite, maitinkite kūdikį krūtimi.

Patarimai, ką daryti

1

Pasidomėkite žindymu ir jo nauda nėštumo metu ir po gimdymo.

2

Žinokite savo teisę maitinti krūtimi.

3

Maitinkite krūtimi, o jei kyla sunkumų, kreipkitės pagalbos.

4

Maitinti krūtimi gali būti nelengva. Sutelkite dėmesį į maitinimo krūtimi naudą sau ir savo kūdikiui, kad neprarastumėte motyvacijos tai daryti.

5

Kai kurios motinos dėl įvairių priežasčių negali maitinti krūtimi. Nesmerkite savęs, jei esate viena iš jų. Yra ir kitų būdų susimąžinti vėžio riziką.

Tai viena iš 12 įrodymais pagrįstų rekomendacijų, pateiktų Europos kovos su vėžiu kodekse. Daugiau informacijos rasite apsilankę šiuo adresu: cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/lt/12-budu



Šią informaciją suvestinę parengė Foundation for the Promotion of Health and Biomedical Research of the Valencian Community (Fisabio) įgyvendinant projektą BUMPER. Daugiau informacijos apie projektą galite gauti čia: bumper.cancer.eu



Finansuoja Europos Sąjunga. Pažymėtina, kad išdėstyti požiūriai ir nuomonės yra būtent autoriaus (-ių) požiūriai ir nuomonės ir nebūtinai atspindi Europos Sąjungos ar HaDEA požiūrius ir nuomones. Nei Europos Sąjunga, nei finansuojanti institucija negali būti laikomos už jas atsakingomis.

Turinys pagrįstas 4-ąja Europos kovos su vėžiu kodekso redakcija. Pastarąjį kartą atnaujinta 2024 m. spalį.



GENERALITAT
VALENCIANA



Fundació
Fisabio

