



[www.thaibreastfeeding.com](http://www.thaibreastfeeding.com)



# “นมแม่ อาหารที่ดี

และครบถ้วนที่สมอง สามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ”

ศูนย์นมแม่แห่งประเทศไทย

อาคารสถาบันฯ ชั้น 11 สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี  
420/8 ถนนราชวิถี เขตราชเทวี กทม. 10400

โทรศัพท์ 02-354-8333 ต่อ 5220 โทรสาร 02-354-8409

e-mail : tbc2547@yahoo.com

# สมองเด็ก

กินนมแม่จะไวต่อการเรียนรู้

# สมองเด็ก

กินนมแม่จะไวต่อการเรียนรู้

www.milkandbreastfeeding.com



“พบว่า พัฒนาการทางสมอง จะดีกว่า 2-11 จุด ยิ่งถ้าได้รับการเลี้ยงดูในสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการเรียนรู้ ก็จะมียิ่งดี”

## 💧 วิทยาการสมองโตเร็ว

นมแม่ อาหารที่ดีและครบถ้วน ที่สมองสามารถนำไปใช้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

## 💧 นมแม่มีสารอาหารที่ดี และครบถ้วนต่อสมอง

เช่น ไขมัน DHA, AA, กรดไขมันโอเมก้า 3, โทริโน, คาร์นิทีน, นิวคลีโอไทด์, กาแลคโตไซด์, ธาตุเหล็ก สารช่วยการเติบโตของสมอง (Nerve growth factor) ฮอร์โมนส่งเสริมการเจริญเติบโตของสมองต่างๆ

“สารเหล่านี้ มีขบวนการสร้าง และสังเคราะห์ในร่างกายของแม่ สด และใหม่ พร้อมใช้ทันทีที่ ต่างจากนมที่มีการปรุงแต่ง”

## 💧 ไขมันในนมแม่

ถูกย่อย และนำไปใช้ได้เต็มที่ ในทารกแรกเกิด ยังมีไขมันน้อยไม่เพียงพอ นมแม่ก็จะมีไขมันน้อยมาพร้อมด้วย

### ธาตุเหล็กในน้ำนมแม่

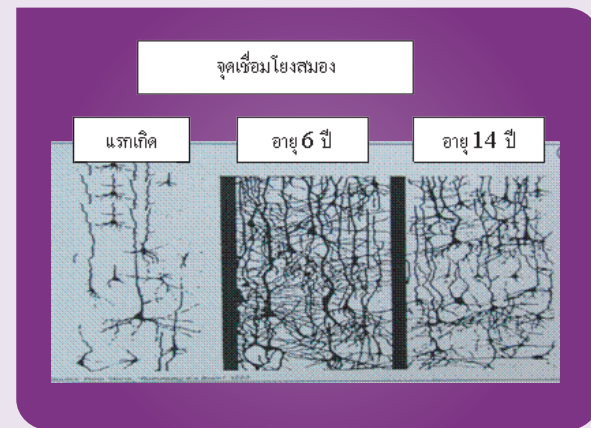
มีการดูดซึมได้ดีถึงร้อยละ 50-70 ในขณะที่ในนมผสมสามารถดูดซึมได้เพียง ร้อยละ 10

### สารชีวภาพ

เช่น สารช่วยการเติบโตของสมอง (nerve growth factor) ฮอร์โมนส่งเสริมการเจริญเติบโตของสมองต่างๆ **แม่ต้องเป็นผู้ผลิตเอง** รวมทั้งสารในระบบภูมิคุ้มกัน ฯลฯ

## 💧 สารต่างๆ เหล่านี้ทำงานประสานกัน เหมือนวงดนตรี

ส่งผลให้ เส้นใยสมองมีการเชื่อมโยงที่ดี มี เปลือกหุ้มหนา... ทำให้ส่งต่อข้อมูลได้เร็ว จอประสาทตาแข็งแรง... ทำให้สายตามีความเฉียบคม สายตามีความเฉียบคม... ทำให้ ลูกเรียนรู้ได้เร็ว



## 💧 การได้อุ้มกอด สัมผัส กระตุ้นให้เกิดการเรียนรู้ ระหว่างแม่ลูก อย่างต่อเนื่อง

ให้ลูกกินนมแม่ แม่ก็ต้องอุ้ม ต้องกอดลูก ไม่ต่ำกว่าวันละ 7-8 ครั้ง กระตุ้นให้เกิดจุดเชื่อมโยงของเส้นใยประสาท กระตุ้นให้เกิดวงจรการเรียนรู้ที่มีคุณภาพ อย่างสม่ำเสมอ

“สารภูมิคุ้มกันในนมแม่ ช่วยทำให้ลูกไม่ป่วยบ่อย ทำให้สมองไม่หยุดชะงักการเจริญเติบโต”