

เคล็ดไม่ลับน้ำนมมาเร็ว

ใน ♥ นมแม่มี

ฮอร์โมน

หลากหลายชนิด
ช่วยในการเจริญเติบโต

วิตามินและเกลือแร่

มีปริมาณเพียงพอดูดซึมได้ดี

สารกระตุ้นการเจริญเติบโต

ช่วยให้ ลำไส้ สมอ ะสาท
เจริญเติบโตสมบูรณ์

คาร์โบไฮเดรท มีน้ำตาลแลคโตสสูงที่สุด

ช่วยพัฒนาการสมอ และ มีโอสิโทแซคคาไรด์มากกว่า
100 ชนิด ช่วยให้ลำไส้แข็งแรง

ไขมัน มีไตรกลีเซอไรด์มากที่สุด

มีโคเลสเตอรอล กรดไขมันจำเป็น DHA และ AA
ช่วยพัฒนาสมอ ระบบประสาทและการมองเห็น

น้ำย่อย มีน้ำย่อยไขมัน ทำให้อุดซึมดี

นำมาใช้ได้สมบูรณ์ น้ำย่อยแป้งและอื่นๆ

โปรตีน มีเวย์โปรตีนเป็นส่วนใหญ่

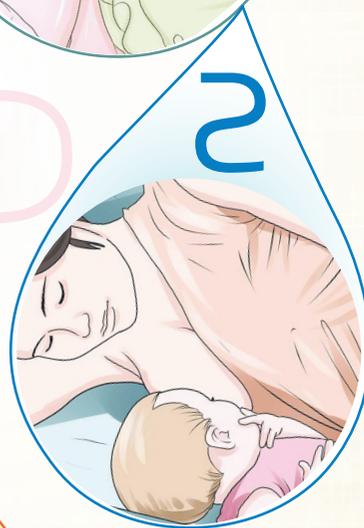
ย่อยง่าย ลดความเสี่ยง
การเกิดภูมิแพ้
ลดการทำงานของไต

หลัก 3 จุด



ดูดเร็ว

ให้ลูกดูดนมแม่
ภายในหนึ่งชั่วโมง
แรกหลังคลอด



ดูดบ่อย

ให้ลูกดูดนมแม่
บ่อยตามทีลูกต้องการ
(ส่วนใหญ่ 8-12 ครั้ง
ต่อวัน)



ดูดถูกวิธี

ให้ลูกจับ
ลานนมให้ลึกพอ
และดูดอย่างต่อเนื่อง
ข้างละ 15 - 20 นาที
หรือจนเกลี้ยงเต้าแล้ว
สลับไปอีกข้าง



สสส
สำนักงานกองทุนสนับสนุน
การส่งเสริมสุขภาพ