မည်သည့်အချိန်
မည်သည့်နေရာမဆို

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းသည် လူတိုင်းအတွက် အကျိုးရှိပါသည်။

မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းနှင့် သူ၏အကျိုးပြုပုံ...

ကလေးသူငယ်များ

- မွေးကင်းစကလေး သေဆုံးမှုအများဆုံးဖြစ်စေသော မွေးကင်းစ ရုတ်တရက်သေဆုံးခြင်းရောဂါ (Sudden Infant Death Syndrome (SIDS)) နှင့် လမစေ့ဘဲမွေးသောကလေးများတွင် အဖြစ်များသော ဆိုးရွားသည့်အူရောင်ရောဂါ (necrotizing enterocolitis (NEC)) ဖြစ်နှုန်းကိုလျော့ကျစေပါသည်။
- မွေးကင်းစကလေးများတွင် နားကိုက်ခြင်း၊ ဝမ်းလျှောခြင်း၊ အဆုတ်ရောင်ခြင်း (pneumonia) နှင့် အစာအိမ်နှင့်အူရောင်ခြင်း အဖြစ်နည်းစေပါသည်။
- ကလေးဘဝတွင် အဝလွန်ခြင်း၊ ပန်းနာရင်ကျပ်၊ သွေးတိုးနှင့် အချို့သော ကင်ဆာများ ဖြစ်ပွားနှုန်းကိုလျော့ကျစေပါသည်။
- ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေး၊ ပညာရေးနှင့် ရေရှည်ဖွံ့ဖြိုးမှုများကို တိုးတက်စေပါသည်။

မိခင်နှင့် မိသားစု

- မိခင်တွင် သက်ကြီးဆီးချို၊ ရင်သားနှင့် သားဥအိမ်ကင်ဆာများ ဖြစ်နှုန်းကိုလျော့နည်းစေပါသည်။
- ကလေးအသက် တစ်နှစ်အတွင်း ကုန်ကျမည့် ဖော်မြူလာနို့မှုန့်ဖိုး ဒေါ်လာ ၁၂၀၀ ကနေ ၁၅၀၀ အထိသက်သာစေပါသည်။
- မိခင်တွင် သွေးလေးဘက်နာရောဂါ၊ သွေးတိုးနှင့် ကိုလက်စထရောများခြင်း စသည့်ရောဂါများ ဖြစ်နှုန်းကိုနည်းစေပါသည်။
- နို့ဖြတ်ပြီးလျှင် မိခင်၏အရိုးများကို ကြံ့ခိုင်သန်မာစေပြီး အရိုးပွရောဂါဖြစ်နှုန်း နည်းစေပါသည်။

အလုပ်အကိုင်နှင့် စီးပွားရေး

- စီးပွားရေးတွင် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု အမြတ် ၃ဆရစေပါသည်။
- တန်ဖိုးရှိဝန်ထမ်းများကိုဆွဲဆောင်ထားနိုင်ပြီး ဝန်ထမ်းအဝင်အထွက်နှုန်းကို လျှော့ချနိုင်ပါသည်။
- ဝန်ထမ်း၏ အလုပ်အပေါ် ကျေနပ်အားရမှု၊ အလုပ်ကျင့်ဝတ်လိုက်နာမှု၊ သစ္စာရှိမှုနှင့် ကုန်ထုတ်စွမ်းအားများကို တိုးမြှင့်စေပါသည်။
- အမေရိကန်တွင် နှစ်စဉ် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုစရိတ် ဒေါ်လာ ၃၁၂ သန်း သက်သာစေပါသည်။
- အာမခံငွေထုတ်ယူမှုပိုနည်းလာပြီး ကလေးကျန်းမာရေးအတွက် ဝန်ထမ်း အလုပ်ပျက်ကွက်မှု လျော့နည်းစေပါသည်။

နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်

- မိခင်နို့တိုက်ခြင်းသည် ထုတ်ပိုးစရာ၊ ပြုလုပ်ဖို့ လောင်စာဆီနှင့် သယ်ယူပို့ဆောင်ဖို့ မလိုတဲ့အတွက် တကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်ထုတ်လွှတ်မှု ပမာဏကို လျော့နည်းစေပါသည်။
- လေထုညစ်ညမ်းခြင်းကိုမဖြစ်စေသလို မြေမြှုပ်ဖျက်စီးပစ်စရာလည်း မလိုပါဘူး။
- သဘာဝအတိုင်းပြန်လည်ဆန်းသစ်နိုင်တဲ့ အစားအစာအရင်းအမြစ်တခု ဖြစ်ပြီး ကလေးတွေရဲ့ ကနဦး အသက် ၆လအထိ ပြီးပြည့်စုံတဲ့ အာဟာရအရင်းအမြစ်ဖြစ်ပါသည်။

MIBFN
Michigan Breastfeeding Network

MIBFN ၏ မည်သည့်အချိန် မည်သည့်နေရာမဆို စီမံကိန်းအကြောင်း ပိုမိုသိရှိလိုလျှင် www.mibreastfeeding.org/anytime-anywhere သို့ ဝင်ရောက်လေ့လာနိုင်ပါသည်။
ဤအရင်းအမြစ်ကို လူဝီစီယာနား မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်း ညွှန်ပေါင်းအဖွဲ့၏ မိခင်နို့တိုက်ကျွေးခြင်းကို ဤနေရာမှ ကြိုဆိုပါ၏ စီမံကိန်းမှ မှီငြမ်းထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။