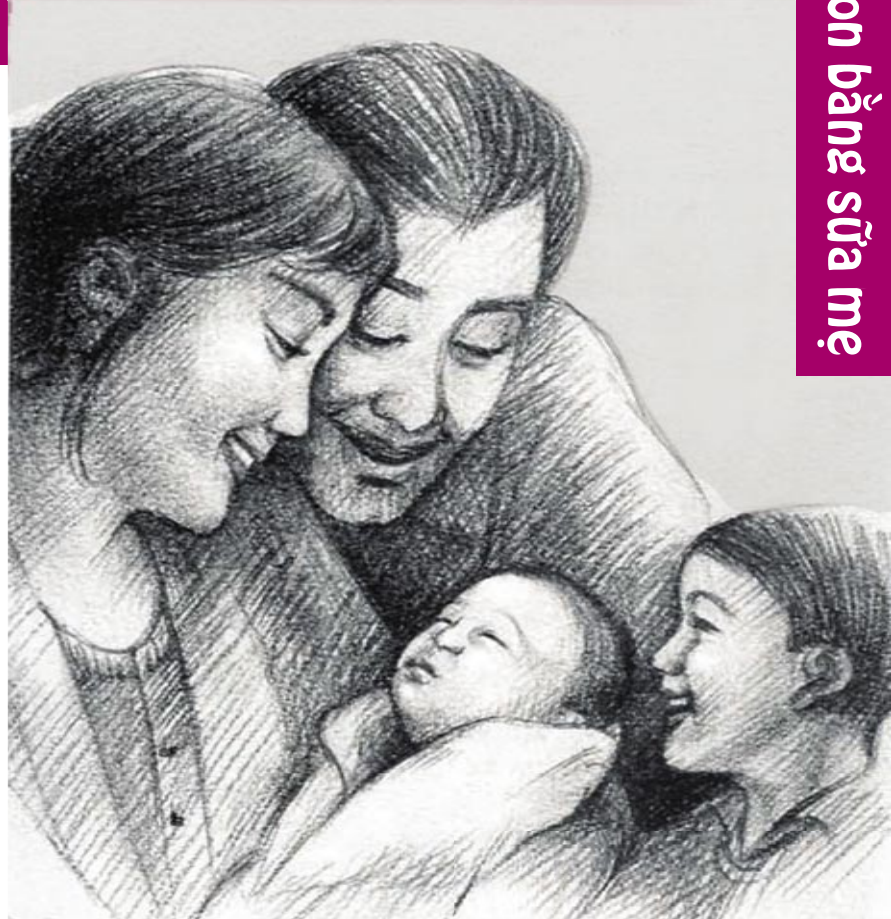


Những Lý Do Tốt Cho Con

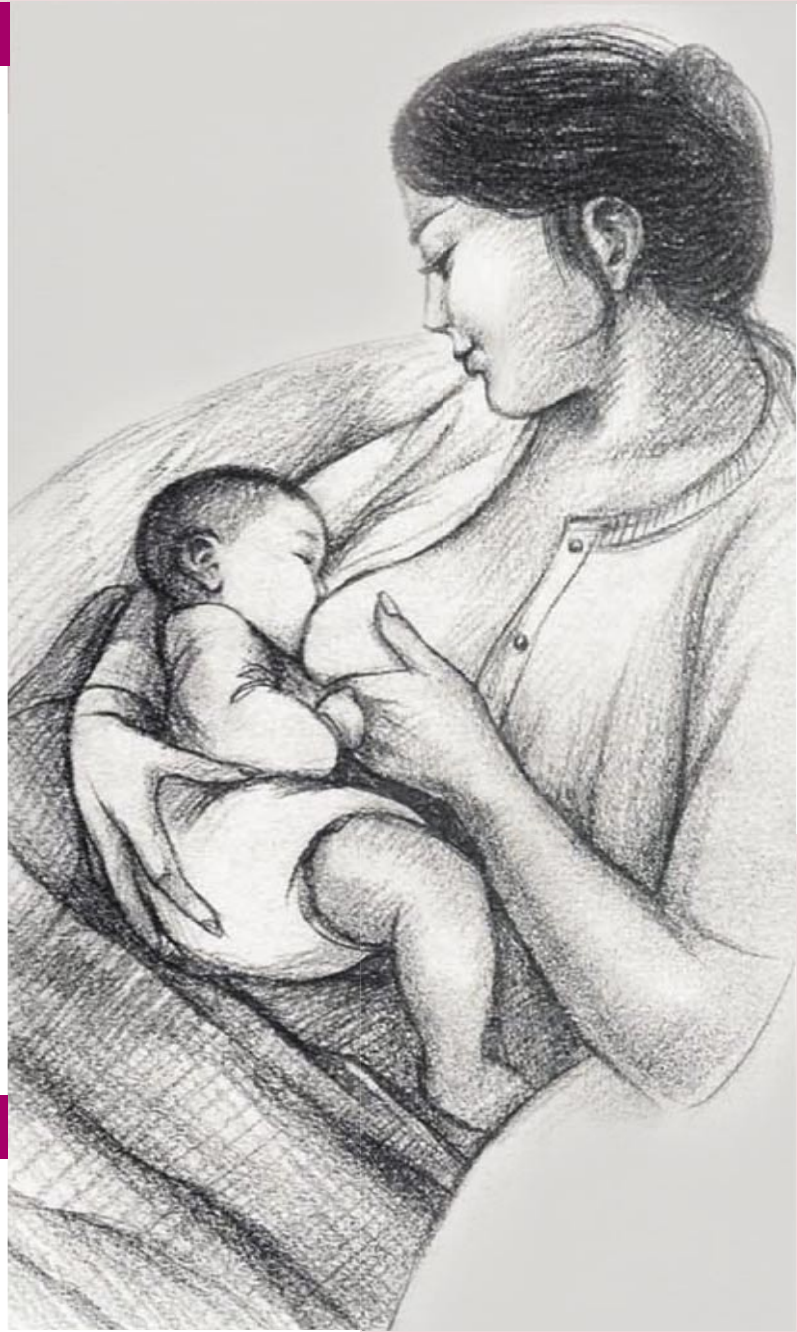
- Sữa mẹ là nguồn dinh dưỡng tuyệt hảo nhất cho con. Sữa mẹ có đầy đủ những chất bổ cần thiết để giúp trẻ sơ sinh tăng trưởng một cách khỏe mạnh.
- Sữa mẹ giúp em bé có sức mạnh để chống lại bệnh tật.
- Trẻ em bú sữa mẹ ít bị đau tai, cảm lạnh hay dị ứng.
- Sữa mẹ rất dễ tiêu. Khi được nuôi bằng sữa mẹ, trẻ sơ sinh không bị bón và ít bị tiêu chảy.
- Trẻ sơ sinh được bú sữa mẹ thường ít bị chứng chết trong nôi (sudden Infant Death Syndrome) hơn trẻ con bú sữa chai.
- Khi bú sữa mẹ, trẻ sơ sinh có những cử động hàm đặc biệt nhờ vậy hàm sẽ được phát triển đúng và trẻ con sẽ ít bị nói ngọng.



- Trẻ em bú sữa mẹ, trong tương lai thường thông minh hơn, biết đọc sớm hơn và ít bị những chứng tật gây trở ngại việc học hành.
- Trẻ con bú sữa mẹ thường có hàm răng thẳng và đều.
- Khi nuôi con bằng sữa mẹ, bạn sẽ giúp con giảm được nguy cơ về bệnh tim lúc nó trưởng thành.

Những Lý Do Tốt Cho Người Mẹ Cho Con Bú

- Cho con bú giúp bạn dễ trở lại thon thả như trước khi mang thai. Tử cung cũng sẽ trở lại tình trạng cũ như trước khi có thai. Cho con bú còn giúp bạn giảm được nguy cơ bị chảy máu sau khi sanh.
- Cho con bú giúp phụ nữ tránh được nhiều bệnh mãn tính.
- Cho con bú giúp giảm được nguy cơ bệnh ung thư vú và ung thư buồng trứng.
- Cho con bú giúp ngăn ngừa được những bệnh xương khớp và gãy xương hông khi về già.
- Cho con bú là món quà quý duy nhất bạn có thể cho con bạn. Đó là cách giúp bạn và con gắn gũi với nhau hơn.



Những Lý Do Tốt Cho Toàn Gia Đình

- Cho con bú tiết kiệm được tiền bạc vì ít bị bệnh gây tốn tiền và không phải mua sữa.
- Bạn không cần phải pha sữa hay hâm nóng, sữa mẹ luôn luôn tươi mới và sẵn sàng để cho con bú.

The USDA is an equal opportunity provider and employer.

Để biết thêm chi tiết, xin liên lạc



Cooperative Extension
University of
California, Berkeley



Special Supplemental
Nutrition Program for Women,
Infants & Children (WIC)



Santa Clara County
Public Health Department