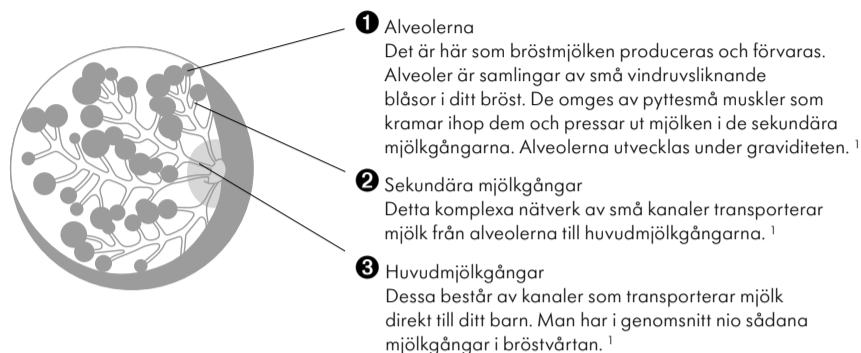


Vad är det som gör bröstmjölken så unik?

Vet du vad? Brösten är ett organ också!

Dina bröst kan även kallas bröstkörtlar, och de producerar bröstmjolk. Inuti varje bröstörtel finns olika delar som hjälps åt att producera och transportera bröstmjolk.



Bröstmjolk är en levande vätska

Bröstmjolk är en levande substans som förändras för att tillgodose ditt barns utveckling och växande behov.



Råmjölakens kraft

Den värdefulla råmjölken (colostrum) och mjölken som du producerar de första veckorna skiljer sig från mogen mjolk. Mängden råmjolk kan verka ganska liten, men den är fullproppad med ingredienser och innehåller dubbelt så mycket protein som din senare mjolk. ² Dessa proteiner ger ditt barn skydd mot sjukdomar, redan från första början. ³

Inte illa! Cellerna kan förändras!

Bröstmjolk innehåller levande celler, som stamceller. Dessa stamceller kan omvandlas till andra typer av celler, såsom ben-, fett-, lever- och hjärnceller, och de kan fungera som ett slags inre reparationssystem. ⁴ Otroligt, eller hur?

Din bröstmjolk smaksätts av det du äter

Bröstmjölken har en smakprofil: Precis som att fostervattnet smaksätts av maten du äter under graviditeten, smaksätts din mjolk av maten du äter när du ammar. Detta kan påverka vilken mat barnet kommer att föredra längre fram. ⁵



Graviditet



Amning



Efter avvänjning

Bröstmjolk är det naturligaste skyddet

När ditt barn föds blir bröstmjölken den första immuniseringen, något som hjälper till att motverka sjukdomar.



Tusentals ingredienser

Inget kan helt ersätta bröstmjölken. Det finns tusentals olika ingredienser i bröstmjolk, såsom proteiner, fetter, laktos, vitaminer, järn, mineraler, vatten och enzymer. De allra flesta av dessa ingredienser är omöjliga att återskapa på konstgjord väg. ³

Precis det fett som ditt barn behöver

Bröstmjolk är designad speciellt för människobarn. Din mjolk innehåller runt 4 % fett, medan sälarnas och valarnas mjolk innehåller uppemot 50 % fett! Fetterna i din mjolk är viktiga för tillväxt och utveckling, och de är till och med antibakteriella. ³

Över 200 prebiotika

Bröstmjolk innehåller prebiotika, mer än 200 komplexa sockerarter (oligosackarider) som hjälper till att skydda tarmen mot olika typer av mikrober. ⁶ Ingen annan art har så många speciella sockerarter, förutom möjligen elefanten! ⁷

Över 1 000 proteiner

Många av proteinerna i bröstmjolk är aktiva och har bestämda funktioner. Vissa av proteinerna kan hjälpa till att döda bakterier, och andra kan identifiera patogener. Dessa immunproteiner fungerar som vakter som skyddar mot mikrober. ^{3,8}

Bröstmjolk främjar hjärnans utveckling

Hjärnan är kroppens fetaste organ! Under de sex första levnadsmånaderna nästan fördubblas hjärnmassan i storlek, och vid två års ålder har den uppnått ungefär 80 % av sin fullvuxna storlek. Bröstmjolk innehåller viktiga komponenter för hjärnans optimala utveckling. ⁹



Hjärna vid födseln
0,38 kg



Hjärna vid sex månader
0,64 kg



Hjärna vid ett år
0,97 kg



Fullvuxen hjärna
1,45 kg

Bröstmjolk: en perfekt och komplett måltid för ditt barn



Fantastiskt nog producerar din kropp rätt näringsämnen i rätt mängd och rätt mängd mjolk för att hela tiden tillgodose ditt barns behov.

Referenser

- Hassiotou F et al. Clin Anat. 2013;26:29-48.
- Möllinari CE et al. J Proteome Res. 2012;11:1696-1714.
- Jensen RG, editor. Handbook of milk composition. San Diego: Academic Press; 1995. 919 p.
- Hassiotou F et al. Stem Cells. 2012;30:2164-2174.
- Mennella JA et al. Pediatrics. 2001;107:E88.
- Moukartzel S et al. Clin Perinatol. 2017;44:193-207.
- Kunz C et al. Br J Nutr. 1999;82:391-399.
- Beck KL et al. J Proteome Res. 2015;14:2143-2157.
- Dekaban AS. Ann Neurol. 1978;4:345-356.