

Ważne odkrycie naukowców z Krakowa – wyłączne karmienie piersią wpływa korzystnie na rozwój poznawczy dzieci.

Jędrychowski W, Perera F, Jankowski J, Butscher M, Mroz E, Flak E, Kaim I, Lisowska-Miszczyk I, Skarupa A, Sowa A. *Eur J Pediatr.* 2012 January; 171(1): 151–158.

Tytuł oryginału: Effect of exclusive breastfeeding on the development of children's cognitive function in the Krakow prospective birth cohort study.

Artykuł oryginalny: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3747316/>

Doniesienia w prasie popularnej: <http://www.scientificamerican.com/article.cfm?id=surety-bond-breast-feeding>

Omówienie CNoL:

Magdalena Nehring-Gugulska

Polscy naukowcy z Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie pod kierunkiem profesora Wiesława Jędrychowskiego badali w prospektywnym, kohortowym badaniu 468 dzieci urodzonych między styczniem 2001 a lutym 2004 w Krakowie. Badanie wykonano w ramach większego projektu badawczego oceniającego wpływ zanieczyszczeń powietrza w otoczeniu ciężarnych kobiet na zdrowie ich dzieci. Celem badania była ocena wpływu wyłącznego karmienia mlekiem kobiecym na rozwój funkcji poznawczych. W celu wykluczenia czynników zakłócających zastosowano ścisłe kryteria włączenia (m.in. pow. 36 HBd, matki zdrowe, niepalące, pow. 18 r.ż., ciąża pojedyncza) oraz oceniano IQ matek, wykształcenie, przyrost masy w ciąży, płeć dziecka, posiadanie rodzeństwa. Użyta definicja wyłącznego karmienia piersią była prawidłowa. Badanie trwało 7 lat (od okresu niemowlęcego do szkolnego), w tym czasie badano dzieci pięciokrotnie w równych odstępach czasu. Do oceny funkcji poznawczych zastosowano test Bayleya, a w wieku 6-7 lat test Wechslera. Wyniki opublikowano w styczniu 2012 roku w *European Journal of Pediatrics*.

Z badania mamy cenne dane dotyczące wskaźników karmienia na terenie Krakowa. 32.9% karmiło w sposób mieszany już od urodzenia. 67.1% matek karmiło dzieci wyłącznie piersią, ale różnie długo. Matki, które karmiły dłużej były starsze, lepiej wykształcone, miały już dzieci, mniej przytyły w ciąży. Naukowcy odkryli, że dzieci dokarmiane mieszankami sztucznymi uzyskiwały niższą punktację we wszystkich wykonanych testach w porównaniu z dziećmi karmionymi wyłącznie mlekiem matki od urodzenia. Efekt był wyraźny, nawet jeśli okres wyłącznego karmienia piersią był stosunkowo krótki. Im dłuższe było wyłączne karmienie, tym osiągnięcia w testach były lepsze. Dzieci karmione wyłącznie piersią przez 3 miesiące, uzyskały o 2,1 punktu więcej, 4-6 miesięcy o 2,6 pkt, a powyżej 6 miesięcy o 3,6 punktu więcej niż karmione w sposób mieszany. Jednym słowem udowodniono efekt dawki w stosunku do rozwoju poznawczego dzieci w wieku 1-7 lat.

Komentarz:

Badania polskich naukowców potwierdzają wcześniejsze odkrycia naukowców z innych krajów, zwłaszcza zebrane w meta analizach prezentowanych w rekomendacjach ESPGHAN 2009

(<http://kobiety.med.pl/cnol/images/cnol/Publikacje/espghan.pdf>) lub AAP 2012
(<http://kobiety.med.pl/cnol/images/cnol/Publikacje/Stanowisko%20AAP.pdf>).

Wiele znanych nam badań dotyczyło jednak dzieci urodzonych przedwcześnie, tu mamy kohortę dzieci urodzonych po 36 tygodniu ciąży. Grupą kontrolną są dzieci, które dostają mleko matki, ale są dokarmiane mieszanką. I ta „niewyłączność” skutkuje pogorszeniem wyników w testach. Większość znanych doniesień porównywała grupy karmione piersią i karmione sztucznie (np. Andersona i wsp.) Tym bardziej cenne wydaje się badanie krakowskie. Ostatnie doniesienie na temat istoty białej są tylko biologiczno-chemicznym wyjaśnieniem jednej z przyczyn takiego stanu rzeczy. Wykazano, że karmienie wyłącznie mlekiem matki jest pozytywnie skorelowane z intensywnym rozwojem struktury istoty białej, lepszymi umiejętnościami językowymi, percepcją wizualną i kontrolą motoryczną. Pomimo, że mechanizm pozostaje nieznan, wiemy, że mleko matki jest bogate w długołańcuchowe kwasy tłuszczowe (kwas dokozaheksaenowy DHA i arachidonowy AA, które przyspieszają mielinizację neuronów i wzrost istoty białej. Mieszanka zawiera tylko substancje - prekursorzy powyższych kwasów (*Reoni SCL, Dean DC, Piryatinsky I et al (2013) Breastfeeding and early white matter development: A cross-sectional study. NeuroImage. 82. 77-86, CNoLNews, grudzień 2013*)

W okresie tak intensywnego rozwoju mózgu jakim jest okres noworodkowy i niemowlęcy, gdy mózg prawie podwaja swoją masę, a wzrost dotyczy głównie istoty białej, należy dostarczać dziecku najlepszej substancji odżywiającej tkankę – MLEKO MATKI.

Profesor Wiesław Jędrychowski – emerytowany profesor zwyczajny, członek korespondent Polskiej Akademii Umiejętności, były wieloletni kierownik Katedry Epidemiologii i Medycyny Zapobiegawczej Uniwersytetu Jagiellońskiego i Collegium Medicum w Krakowie, założyciel Polskiego Towarzystwa Epidemiologii Środowiskowej, autor wielu publikacji z zakresu epidemiologii chorób przewlekłych układu oddechowego u dzieci i dorosłych oraz chorób nowotworowych przewodu pokarmowego.