

2012年8月21日 星期二
 本版编辑/徐舒帆 美编/姚倩倩
 TEL:0392-2189936
 E-mail:tiderain@126.com

健康周刊

HEALTH WEEKLY

健康周刊部主任:王淑云
 健康咨询热线:3322234
 E-mail:yjkw@163.com
 统筹/徐舒帆

婴幼儿吃牛初乳 不利于提升免疫力

1. 母乳是新生儿的“健康卫士”

个案1:刘女士听同事说牛初乳可以增强孩子的免疫力,就托朋友从新西兰为8个月大的儿子带回某品牌纯牛初乳粉,“每到换季时给孩子喝,效果并不明显,今年开春孩子还是感冒了。”

都说牛初乳能帮孩子提高免疫力,为何个案没有达到预期的效果呢?原因是,牛初乳中富含的免疫球蛋白,是以 IGG (益生菌)为主的,而母乳中却是以 SIgA (分泌性免疫球蛋白 A)为主的。SIgA 是机体黏膜防御系统的主要成分,覆盖在鼻、咽、气管、肠道和膀胱黏膜的表面,是防止病原体入侵机体的第一道防线。

IGG 可通过胎盘传给胎儿,婴幼儿体内并不缺乏。而 SIgA 必须靠母乳提供,也就是说,只有产后的母乳才能担起婴幼儿“健康卫士”的角色。母乳中的 SIgA 具有抗消化的特性,因此,纯母乳喂养的初生儿发生腹泻、呼吸道及皮肤感染的几率较小。坚持母乳喂养,孩子胃肠道、呼吸道和耳部对感染的抵抗力,要强于喂牛奶的,在6个月内患麻疹、小儿麻痹、腮腺炎等传染病的也较少。

据国外统计数据显示,因病死亡的婴儿中,母乳喂养的只占七分之一。

2. 牛初乳不利婴幼儿免疫功能的建立

个案2:王女士说,自己4岁多的孩子食用牛初乳粉后,免疫力确实强于其他孩子,两年多没闹过病。

这个孩子为何提高了免疫力?原因是,随着年龄增长,婴幼儿从母亲身上获得的免疫力逐渐减弱,到七八个月时,是宝宝建立自己免疫力的时候。如果宝宝正处于免疫功能低下状态,适当补充富含 IgG 等的牛初乳,对其防病确有效果。但补充 IgG,属于“被动免疫”,而“主动免疫”,是让孩子建立起自己的免疫系统。牛初乳中含有的“多不饱和脂肪酸、铁、锌”等较少,在帮助机体建立主动免疫功能方面存在缺陷。

卫生部明确提出:9月1日之后,“婴幼儿配方食品中不得添加牛初乳”。

这则消息让很多母亲纠结:“孩子老生病,以后拿什么来提高孩子的免疫力?”

一直以来,大家看好牛初乳,是听说牛初乳里富含免疫球蛋白,能提高孩子的免疫力。殊不知,牛初乳不仅缺少新生儿急需的分泌型免疫球蛋白 A (SIgA),其营养成分也不利于婴幼儿免疫功能的建立。

3. 新西兰的婴幼儿不吃牛初乳

个案:个案1中的刘女士还说:“孩子喝了牛初乳,有时肠胃会受到刺激”。

这是为什么?

因为牛初乳中的蛋白质,主要以酪蛋白为主,而酪蛋白是一种大型、坚硬、致密、极难消化分解的凝乳,它适合食草的小牛犊的胃,而不适合消化吸收等生理机能还没有发育完全的婴幼儿。

牛初乳中生长因子的含量很高,这也是牛妈妈专为小牛犊准备的。

因为,小牛犊生下来不久就要站起来走

路,非常需要“生长因子”来促进肌肉生长,增加骨骼密度,并促进脂肪“燃烧”,产生能量,但对被抱在怀里的人类新生儿的发育,并非安全、有效的。

再则,牛初乳中不含钙、磷等婴儿所需的营养素,乳糖、蛋白质、脂肪的搭配比例仅适合牛长肉,对人类来说,这种比例是很不平衡的,不利于婴幼儿的消化和利用。

因此,新西兰立法规定,不能将牛初乳粉加入0~4个月的婴儿配方食品中。世界上90%的国家都是如此。

4. 母乳里富含“脑黄金”

英国专家曾对比孩子在5岁、7岁、11岁和14岁时的阅读能力、单词拼写和算术成绩。结果显示,母乳喂养的孩子平均智商较另一组非母乳喂养的孩子高出3个点~5个点。

澳大利亚一项研究显示,纯母乳喂养6个月或更长时间的孩子,10岁时的学习成绩优于母乳喂养时间不足6个月的孩子。

为何会如此?因为母乳富含如下能促进大脑发育的多种营养物质。

DHA(二十二碳六烯酸):

能有效促进神经细胞轴突的发育,让神经细胞连接更加密集,信息传递更快速、通畅,增强了记忆力及理解力,促进了大脑结构的完善和功能的发挥,所以获得“脑黄金”的美称。

母乳中富含 DHA,而牛初乳和牛奶中几乎没有。原因是,DHA 还是视网膜上光感受细胞的主要成分,而牛一到晚上就归圈休息了,并不需要光感受细胞。

牛磺酸:

能促进大脑细胞,尤其是海马细胞结构和功能的发育。它还会阻止氧自由基过氧化过程,保护神经细胞膜的完整性。

牛磺酸在牛初乳和牛奶中的含量也很少,在母乳中却异常丰富。

乳糖:

可促进大脑发育。智商越高的哺乳动物,其乳汁中的乳糖含量越高,而人类的乳汁中,则含有最高含量的乳糖。

5. 人工无法合成“活性脑黄金”

配方奶粉是参照母乳,把各种营养素组合到一起的奶粉,功能开发得十分周全,但它能和母乳相比吗?不能!

因为母乳中含有的400多种营养素和生物活性物质,这是奶粉无法仿制的。比如有的配方奶粉中,不仅添加了DHA,还添加了其他成分,但食用效果却不能达到母乳中同类成分的作用。

专家们认为,母乳中的DHA可能有无法替代的生物特异性。

6. 母乳是为自己孩子量身定制的

每位母亲的乳汁都是为她的孩子量身定制的。母乳的成分能随着孩子个性化的需要发生相应的变化,像早产儿的母亲分泌的乳汁,比足月儿的母亲的乳汁含有更多的免疫球蛋白。

每一位母亲的乳汁,无论是质或量,都会根据自己孩子成长的情况有所调节,甚至在一天之内随时调整。

质量:产后1天~2天内分泌的乳汁叫初乳,色黄质稀,含有较多的蛋白质和固体成分,还有轻泻作用,符合新生儿的需要。不同阶段的母乳中所含的脂肪酸、乳糖、水、氨基酸的比例,刚好适合婴儿发育的需要。

数量:随着婴儿的生长发育,母乳逐渐变浓,量也增多,到6个月左右达到最高峰,可满足婴儿对乳汁数量上的需要。

还有,宝宝每次吃奶时,母亲所分泌的乳汁,先提供蛋白质,后提供脂肪,让宝宝既能吸收所需要的营养,还能适时地产生饱腹感,不至于吃过量。

而婴儿喝牛奶或配方奶粉时,其营养成分却没有这样的变化过程,所以婴儿要么吃不饱,要么吃得太多,而吃得太多会导致肥胖。

婴儿期是决定人是否肥胖的重要关键期。

科学家研究发现,喂哺母乳的婴儿,长大后成为病态肥胖的几率较低。科学家还指出,给初生婴儿喂哺母乳,可减少婴儿长大后出现高血压和胆固醇过高的情况,并能降低患心脏病的风险。

无怪乎卫生部发文称,“纯母乳喂养6个月,关乎孩子一生的健康。” (据《扬子晚报》)