

Karmienie naturalne

## Czas karmienia piersią oraz jego wyłączenie wpływają na zmniejszenie częstości zakażeń u niemowląt

**Źródło:** Duijts L, Jaddoe VWW, Hofman A, et al. Prolonged and exclusive breastfeeding reduces the risk of infectious diseases in infancy. *Pediatrics*. 2010;126(1):e18-e25; doi:10.1542/peds.2008-3256

**Pytanie:** Jaki jest związek między czasem trwania wyłącznego karmienia piersią a występowaniem zakażeń górnych i dolnych dróg oddechowych oraz przewodu pokarmowego u niemowląt w pierwszym roku życia?

**Rodzaj zagadnienia:** Związek przyczynowo-skutkowy

**Projekt badania:** Prospektywne badanie kohortowe

W celu oceny związku między czasem trwania karmienia piersią a występowaniem zakażeń u niemowląt badacze z Holandii zebrali dane pochodzące z prospektywnego, populacyjnego badania kohortowego, do którego włączono niemowlęta urodzone w Rotterdamie. Gdy dzieci włączone do badania ukończyły wiek 6 oraz 12 miesięcy, ich matki wypełniały kwestionariusz dotyczący czasu i wyłączności karmienia piersią oraz podawały informacje dotyczące przebytych chorób zakaźnych. Niezależnie od wieku dziecka karmienie piersią klasyfikowano jako wyłączenie lub częściowe na podstawie informacji, czy niemowlę otrzymywało jakąkolwiek mieszkankę mleczną lub dodatkowy pokarm oprócz mleka kobiecego przed osiągnięciem danego punktu czasowego. Uzyskane wyniki skorygowano w odniesieniu do ważnych czynników zakłócających, takich jak wiek matki, jej wykształcenie, pochodzenie etniczne, palenie tytoniu, liczba rodzeństwa, uczęszczanie do żłobka, a także wywiad rodzinny w kierunku

astmy oskrzelowej oraz alergii. Zakażenia podzielono na: zakażenia górnych dróg oddechowych do których zaliczono ciężko przebiegające przeziębienie, zakażenie ucha oraz gardła, zakażenia dolnych dróg oddechowych, do których zakwalifikowano zapalenie płuc, oskrzeli i oskrzelików oraz grupę zakażeń przewodu pokarmowego (gastrointestinal tract infection, GI).

Uzyskano informacje dotyczące 4164 niemowląt. W porównaniu z dziećmi nigdy niekarmionymi piersią u niemowląt żywionych wyłącznie mlekiem kobiecym przez pierwsze cztery miesiące życia, a potem częściowo, w pierwszym półroczu życia stwierdzono zmniejszenie ryzyka wystąpienia zakażenia górnych dróg oddechowych o 35%, dolnych dróg oddechowych o 50%, zaś zakażenia przewodu pokarmowego o 59% (wszystkie różnice istotne statystycznie). W tej grupie dzieci doszło również do zmniejszenia ryzyka rozwoju zakażenia dolnych dróg oddechowych o 54% między 7 a 12 miesiącem życia. U niemowląt karmionych przez 6 miesięcy wyłącznie piersią zaobserwowano ponadto istotnie mniejszy wskaźnik występowania zakażenia górnych dróg oddechowych w porównaniu z niemowlętami nigdy niekarmionymi mlekiem kobiecym. Ogólnie czas trwania wyłącznego karmienia piersią w znacznym stopniu wiązał się ze zmniejszeniem częstości zakażeń górnych i dolnych dróg oddechowych oraz GI w pierwszym roku życia. Częściowe karmienie piersią, nawet przez sześć miesięcy, nie zmniejszało w istotnym

stopniu częstości zakażeń. Również wyłączenie karmienia naturalnego przez pierwsze cztery miesiące życia bez jego kontynuacji w późniejszym okresie nie zmniejszało tego odsetka.

Autorzy uznali, że wyłączenie karmienia piersią w krajach rozwiniętych należy zalecać przez przynajmniej cztery miesiące, a najlepiej pół roku.

### Komentarz Lawrence M. Noble, MD, FAAP Elmhurst, NY

Dr Noble deklaruje brak jakichkolwiek powiązań finansowych mogących wpłynąć na niniejszy komentarz. Komentarz nie omawia produktu/urządzenia dostępnego na rynku, niedopuszczonego do stosowania ani będącego przedmiotem badań.

W poprzednich pracach udokumentowano, że karmienie naturalne wpływa korzystnie na zdrowie matki oraz niemowlęcia zarówno w krajach rozwiniętych, jak i rozwijających się.<sup>1-4</sup> Wprawdzie Światowa Organizacja Zdrowia (World Health Organization, WHO) zaleca, aby wszystkie dzieci karmić wyłącznie piersią przez sześć miesięcy, zamiast czterech, badania uzasadniające to zalecenie budzą wątpliwości metodologiczne, w tym dotyczące różnic w czasie trwania oraz wyłączności karmienia naturalnego.<sup>5</sup> Mimo że wskaźnik niemowląt karmionych od początku mlekiem kobiecym osiągnął ostatnio w Stanach Zjednoczonych wartości zaplanowane w programie Healthy People Goals na 2010 rok, czas trwania oraz wyłączność karmienia piersią wyraźnie odstają od założonych ce-

łów.<sup>6</sup> Znaczenie czasu trwania oraz wyłączności karmienia naturalnego bardzo dobrze udokumentowano w komentowanej pracy. Częściowe karmienie naturalne przez sześć miesięcy lub wyłączne przez 4 miesiące bez jego kontynuacji w późniejszym okresie nie zmniejszają częstości zakażeń. Uzyskano jednak znacznego stopnia zmniejszenie częstości zakażeń przy wyłącznym karmieniu piersią przez cztery miesiące oraz późniejszej częściowej kontynuacji tej formy żywienia. Wyłączne karmienie piersią przez sześć miesięcy miało jeszcze większy wpływ ochronny.

Należy jednak zwrócić uwagę na kilka ograniczeń niniejszego badania. Tylko 65% matek dzieci zakwalifikowanych do badania wypełniło kwestionariusze dotyczące karmienia piersią. Te, które nie wypełniły, były częściej w młodszej grupie wiekowej, gorzej wykształcone, były innego pochodzenia niż holenderskie oraz pochodziły ze środowisk, w których zakażenia występowały częściej. Matki z tej grupy zazwyczaj karmiły piersią krócej, co najprawdopodobniej spowodowało niedoszacowanie wpływu karmienia naturalnego na występowanie zakażeń. Poza tym częściowe karmienie piersią oznaczało podawanie niemowlęciu mleka kobiecego w dowolnej, niezdefiniowanej ilości. Nie zebrano też żadnych informacji na temat liczby epizodów zakażeń.

Mimo tych ograniczeń komentowane badanie, obejmujące ponad 4000 niemowląt, dostarczyło ważnych informacji. W tej dużej kohorcie przez sześć miesięcy karmiono wyłącznie piersią zaledwie 58 niemowląt (1,4%). Należy w związku z tym opracować strategię prowadzącą do wydłużenia czasu trwania wyłącznego karmienia mlekiem matki. Optymalizację wspomnianych wcześniej skutków zdrowotnych uzyska się dopiero wtedy, gdy dojdzie do zwiększenia odsetka niemowląt karmionych wyłącznie piersią przez sześć miesięcy.

### Komentarz redakcji wydania amerykańskiego

Bystry czytelnik pamięta zapewne często publikowane na stronach naszego czasopisma przeglądy badań dokumentujących korzyści płynące z karmienia piersią noworodków urodzonych zarówno przedwcześnie (np. zmniejszenie częstości występowania martwiczego zapalenia jelit), jak i donoszonych (np. zmniejszenie nasilenia bólu podczas wykonywania zabiegów, zmniejszenie częstości występowania świszczącego oddechu) (patrz artykuły opublikowane w *AAP Grand Rounds*, w numerach z lipca 2010;24:37 oraz kwietnia 2003;9:41-42<sup>8</sup>). Trzeba też pamiętać, że matki i niemowlęta mogą osiągnąć inne konkretne korzyści mimo trwania karmienia piersią krócej niż sześć miesięcy.

Artykuł ukazał się oryginalnie w *AAP Grand Rounds* Vol. 24 No. 6, December 2010, p. 44: Breastfeeding Duration and Exclusivity Decrease Infant Infection, wydawanym przez American Academy of Pediatrics (AAP). Polska wersja publikowana przez *Medical Tribune Polska*. *AAP* i *Medical Tribune Polska* nie ponoszą odpowiedzialności za nieścisłości lub błędy w treści artykułu, w tym wynikające z tłumaczenia z angielskiego na polski. Ponadto *AAP* i *Medical Tribune Polska* nie popierają stosowania ani nie ręką (bezpośrednio lub pośrednio) za jakość ani skuteczność jakichkolwiek produktów lub usług zawartych w publikowanych materiałach reklamowych. Reklamodawca nie ma wpływu na treść publikowanego artykułu.

#### Piśmiennictwo

1. World Health Organization. *Lancet*. 2000;355:451-455.
2. Bahl R, et al. *Bull World Health Organ*. 2005;83:418-426.
3. Kramer MS, et al. *Cochrane Database Syst Rev*. 2004;CD003517.
4. Kramer MS, et al. *Am J Clin Nutr*. 2003;78:291-295.
5. World Health Organization. The Optimal Duration of Exclusive Breastfeeding: Report of an Expert Consultation. 2001. Available at: [http://www.who.int/nutrition/publications/optimal\\_duration\\_of\\_exc\\_bfeeding\\_report\\_eng.pdf](http://www.who.int/nutrition/publications/optimal_duration_of_exc_bfeeding_report_eng.pdf). Accessed September 3, 2010.
6. DHHS. Breastfeeding among US children born 1999-2006, CDC National Immunization Survey. Available at: <http://www.cdc.gov/breastfeeding/data/NIS%5Fdada/>. Accessed July 5, 2010.
7. Sullivan S, et al. *J Pediatr*. 2010;156:562-567.
8. Carbal R, et al. *BMJ*. 2003;326:13-17.

#### Słowa kluczowe:

karmienie naturalne, zakażenie układu oddechowego, zakażenie przewodu pokarmowego