

# Kojení je zdravá volba pro nás pro oba.

Mikrobiom ženského těla dokáže vytvořit pro dítě přesně takovou podporu imunity, jakou v dané chvíli potřebuje. Mateřské mléko je tak doslova "šité" kojenci na míru.<sup>1</sup>

## Kojení snižuje u ženy riziko:

**01 rakoviny prsu** o 4,3 % za každých 12 měsíců kojení a to navíc k 7 % snížení rizika spojeného s každým porodem.<sup>2</sup>

**03 diabetu**, po těhotenství s gestačním diabetem kojení významně snižuje riziko obezity a vzniku diabetu II. typu<sup>5,6</sup>

**02 rakoviny vaječníků**, kojení v délce minimálně 3 měsíců již snižuje riziko o cca 18% a chrání ženu 30 let, čím více dětí a čím déle žena kojí, tím více se riziko snižuje<sup>4</sup>

**04 hypertenze** (vysokého krevního tlaku) u žen po menopauze, vliv má nejen počet kojených dětí, ale i délka kojení<sup>7</sup>

## Ročně může kojení zachránit až 20 tisíc ženských životů.<sup>3</sup>

1. Victora a kol., Lancet, 387(10017), 2016  
2. Stordal, Cancer medicine, 12(4), 2023

3. Lancet Series on Breastfeeding, 2023  
4. Babic a kol., JAMA Oncology, 6(6), 2020

5. Gunderson a kol., prospektivní kohortová studie, Annals of Internal Medicine, 163(12), 2015

6. Elbeltagi a kol., World journal of diabetes, 14(5), 2023  
7. Park&Choi, American Journal of Hypertension, 31(5), 2018



**PROPOLIS<sup>33</sup>**  
NADAČNÍ FOND  
*Lucie Khousnotdinová*



NA  
PORODU  
ZÁLEŽÍ  
CZ

**UNIPA**  
UNIE PORODNÍCH ASISTENTEK



Powered by NF Propolis 33. Součástí projektu Na porodu záleží. Garantováno Uníí porodních asistentek a Českou komorou porodních asistentek. Za fotky děkujeme Lucii Kalčíkové. Fotografa Pavlína Martin.