



ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

๑๑๔ สุขุมวิท ๒๓ แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐ โทรศัพท์ ๐-๒๖๔๙-๕๐๐๐ ภายใน ๑-๕๖๖๖ โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๒๒๕๔-๐๓๑๑

ข่าวจากหนังสือพิมพ์ไทยโพสต์ ฉบับประจำวันที่ ๑๒ เดือนมีนาคม พ.ศ.๒๕๕๖ หน้า ๑๔ มูลค่าข่าว ๑๘๒,๕๘๐ -

ศูนย์สารสนเทศและการประชาสัมพันธ์ ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูได้ที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

‘แอลฟา-แล็คตัลบูมิน’ในนมแม่ กระตุ้นพัฒนาการสมองลูกน้อยให้สมบูรณ์

จากผลการสำรวจพบล่าสุดในปี พ.ศ. 2554 โดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข พบว่า โอคิวของเด็กไทยด้อยกว่าปกติ เมื่อเทียบกับเด็กทั่วโลกที่มีพัฒนาการดีขึ้น โอคิวเฉลี่ยของเด็กไทยอยู่ที่ประมาณ 98 เท่านั้น ถือว่าเป็นค่าเฉลี่ยที่ต่ำกว่ามาตรฐานสากล ซึ่งปัจจุบันอยู่ที่ระดับ 100 นับเป็นปัญหาที่น่าเป็นห่วงอย่างยิ่ง



ดร.สุธาวลัย หาญขจรสุข



พญ.วิมล สี่วิบูลย์ศิลป์

อีกทั้งปัญหาที่ควรเร่งแก้ไขคือ กรณีเด็กไทยได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ โดยเฉพาะเด็กก่อนวัยเรียนหรือ 3 ขวบมีแรก มีปัญหาขาดสารอาหารถึงร้อยละ 25 ทั้งนี้การขาดสารอาหารมีผลกระทบต่อพัฒนาการสมองในวัยเด็ก เพราะช่วงเวลาดังกล่าวเป็นเวลาที่เหมาะสมที่สุด และต้องการสารอาหารสำคัญที่รู้จักกันดีคือ “แอลฟา-แล็คตัลบูมิน” ซึ่งพบในน้ำนมแม่และเป็นตัวช่วยขับเคลื่อนการทำงานของสมองได้เป็นอย่างดี

ดร.สุธาวลัย หาญขจรสุข ผู้เชี่ยวชาญด้านอัจฉริยภาพเด็กจากศูนย์อัจฉริยภาพเด็ก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เผยว่า หนึ่งในปัจจัยที่ส่งเสริมและมีผลกระทบต่อสติปัญญาของเด็กนักเรียนไทยคือ ปัจจัยด้านโภชนาการเป็นที่ทราบกันดีว่าสมองประกอบด้วยเซลล์ประสาทนับแสนล้านเซลล์ โดยมีใยประสาทเชื่อมระหว่างเซลล์ ยี่มีใยประสาทมากก็หมายความว่าคนนั้นจะยิ่งฉลาดมาก และเรียนรู้ได้รวดเร็ว ซึ่งสมองจะมีการพัฒนาอย่างรวดเร็วในช่วง 3 ขวบปีแรก ด้วยเหตุนี้ผู้ปกครองควรใส่ใจช่วงเวลาสำคัญ ด้วยการมอบสารอาหารที่ถูกต้องในแต่ละช่วงวัยให้แก่ลูก อันจะนำไปสู่การพัฒนาสมองได้เต็มศักยภาพของลูก



นมแม่มีสารอาหารที่ช่วยพัฒนาสมองอย่าง “แอลฟา-แล็คตัลบูมิน” ซึ่งเป็นโปรตีนชนิดหนึ่งที่เสริมสร้างเนื้อเยื่อให้กับทารก

ด้าน พญ.วิมล สี่วิบูลย์ศิลป์ กุมารแพทย์ กล่าวถึงการค้นพบที่น่าสนใจเกี่ยวกับการพัฒนาสมองของ ศ.นพ.เอริก แคนเดล นักวิทยาศาสตร์รางวัลโนเบล สาขา Physiology or Medicine ในปี พ.ศ. 2543 ที่พบว่าความสามารถในการทำงานต่างๆ ของสมอง ล้วนเกิดจากการสื่อสารกันระหว่างเซลล์ประสาทในสมอง ที่สร้างความทรงจำ การเรียนรู้ และส่งผลต่อความคิด การสร้างสรรค์ อารมณ์ บุคลิกภาพ และพฤติกรรมต่างๆ ของเรา ซึ่งการสื่อสารดังกล่าวเกิดขึ้นได้ด้วยการอาศัยสารเคมีที่สมองสร้างขึ้นเรียกว่า “สารสื่อประสาท” ทำหน้าที่ส่งต่อข้อมูลระหว่างเซลล์ประสาทในสมองที่มีอยู่มillions เซลล์ “เด็กเล็กไม่สามารถสร้างสารสื่อประสาท

ขึ้นเองได้ จึงจำเป็นต้องได้รับสารอาหารจำพวก โปรตีน เพื่อใช้เป็นสารตั้งต้นในการสร้างสารสื่อประสาท ซึ่งจะส่งผลโดยตรงกับการสร้างสารสื่อประสาทในสมองของเด็ก และสิ่งจำเป็นต่อการสร้างสารสื่อประสาทอย่างหนึ่งก็คือ “แอลฟา-แล็คตัลบูมิน” หรือโปรตีนคุณภาพพบมากในนมแม่ ทำหน้าที่ช่วยเพิ่มการขับเคลื่อนการทำงานของสมอง การควบคุมอารมณ์ การรับประทานอาหาร และการนอนหลับ ส่งผลให้สมองและความคิดทำงานได้ดีมากยิ่งขึ้น ทั้งนี้คุณพ่อคุณแม่หลายท่านอาจยังไม่ทราบว่า นมแม่เป็นแหล่งที่ดีที่สุดของสารอาหารที่ว่า” กุมารแพทย์หญิงกล่าว

พญ.วิมลกล่าวต่อว่า หากเด็กเล็กขาด แอลฟา-แล็คตัลบูมิน ผลที่เกิดขึ้นจะทำให้เด็ก เติบโตช้า มีพัฒนาการไม่สมวัยแล้ว ยังส่งผลให้ความสามารถในการทำงานของสมองลดลงอีกด้วย และระยะยาวอาจส่งผลต่อพฤติกรรม การเรียนรู้และการพัฒนาสมองของเด็กได้

อย่างไรก็ดี พญ.วิมลย้ำเพิ่มว่า สิ่งที่ยาก ผากไว้สำหรับคุณแม่ทุกท่านคือ นมแม่มีโปรตีนคุณภาพสูง และเป็นโปรตีนที่ย่อยง่ายทำให้ร่างกายลูกดูดซึมนำไปใช้ได้ดี ช่วยให้เด็กเจริญเติบโต นมแม่จึงถือได้ว่าเป็นอาหารที่ดีที่สุดของทารก เป็นจุดเริ่มต้นของต้นทุนที่ดีของสมองและเสริมสร้างไอคิว เพราะมีคุณค่าทางอาหารและปริมาณสารอาหารครบถ้วน ทั้งวิตามิน ไขมัน แร่ธาตุต่างๆ ที่จำเป็นต่อร่างกาย และที่สำคัญโปรตีนเป็นส่วนประกอบที่สำคัญในร่างกาย นับตั้งแต่เส้นผมจนถึงปลายเท้า นอกจากนี้ร่างกายทารกยังต้องใช้ในการสร้างเนื้อเยื่อและเจริญเติบโต ดังนั้นการให้ทารกดื่มนมแม่จึงได้รับสารอาหารที่ดีและมีประโยชน์ที่สุดค่ะ”.

