

Szoptatás csak **1** lépés!



A Bababarát út

Tíz Lépés a sikeres szoptatásért

- I -

Az intézmény írásos szoptatási irányelvekkel rendelkezik, amelyeket rendszeresen ismertetnek az egészségügyi dolgozókkal.

- II -

Minden egészségügyi dolgozó megfelelő gyakorlati felkészítést kap az irány-elvek alkalmazásához.

- III -

Minden várandós anya tájékoztatást kap a szoptatás előnyeiről és módjáról.

- IV -

Az újszülötteket születésük után azonnal bőrkontaktusba helyezik az édesanyjukkal legalább egy óra időtartamra és bátorítják az anyákat, hogy figyeljék kisbabájuk jelzéseit, mikor áll készen a szopásra. Segítséget nyújtanak, ha szükséges.

- V -

Az anyáknak megmutatják, hogyan kell szoptatni és a tejelválasztást fenntartani, még akkor is, ha valamilyen okból el vannak különítve újszülöttjüktől.

- VI -

Az újszülött csecsemőknek nem adnak az anyatejen kívül más ételt vagy italt, csak akkor, ha orvosilag indokolt.

- VII -

Általános gyakorlat az anya és az újszülött együttes elhelyezése a nap 24 órájában.

- VIII -

Ösztönzik az anyákat, hogy az újszülött igényeinek megfelelően szoptassanak.

- IX -

A szoptatott csecsemőknek nem adnak cumisüveget vagy cumit.

- X -

Támogatják a szoptatást segítő anya-csoportok létrehozását és az egészségügyi intézményekből távozó anyákat ezekhez irányítják.

Világmeretű összefogás a Tíz Lépés támogatására

és az ebből következő Bababarát Kórház Kezdeményezés (BBKK)

Az 1990-ben aláírt "Innocenti Kiáltvány a Szoptatás Védelméről, Elősegítéséről és Támogatásáról" körvonalazta az országok számára, hogy mit kellene tenniük a szoptatás támogatásáért. Az aláírók elkötelezték magukat, hogy az alábbi négy pontban jelentős sikereket érjenek el 1995-ig:

1. Szoptatást támogató nemzeti szervezet felállítása vagy megfelelő jogkörrel rendelkező koordinátor kinevezése, és egy több szakbizottságból álló, szoptatást támogató bizottság felállítása, amelyben képviselőket kapnak a szükséges állami szervek, civil szervezetek és az egészségügyi dolgozókat tömörítő szakmai szervezetek.

2. Annak biztosítása, hogy minden várandóssággal, szüléssel kapcsolatos szolgáltatást nyújtó intézmény teljes egészében betartsa a WHO/UNICEF "10 Lépés a szoptatás védelméért, elősegítéséért és támogatásáért - Az egészségügyi dolgozók szerepe" című kiadványában foglaltak minden pontját.

3. Az anyatejet helyettesítő készítmények marketingjének nemzetközi kódexében foglaltak teljes betartására és betartatására tegyenek erőfeszítéseket.

4. Iktassanak törvénybe hatékony szabályozást a dolgozó nők szoptatásának védelmében, és gondoskodjanak annak érvényesítéséről!

Fenti célok megerősítést nyertek a WHO 2002., 2005. és a 2010. évben tartott plenáris ülésein. A Tíz Lépésen alapuló Globális Kritériumok tartalmazzák a Bababarát Kórház Kezdeményezés alapját világszerte.

Néhány országban szinte az összes, míg mintegy 150 országban néhány kórház viselheti a bababarát címet. A világ szülészeteinek 28%-a (a fejlődő országok 31%-a) építette be napi gyakorlatába a Tíz Lépést. Ez nagyban hozzájárult - az agresszív tápszer és cumisüveg marketing kampányok ellenére - a szoptatási arány biztató növekedéséhez.

Ugyan az 1995-re kitűzött céltól, hogy a világ minden szülészeten alkalmazza a Tíz Lépés útmutatásait, még messze járunk, azonban ezért a célért sohasem késő tennünk. Itt az idő, hogy ismét nekilássunk!

A Tíz Lépés előtt fekvő út újrakövezése

Az 2005. évi Innocenti Kiáltványt 15 évvel az eredeti, 1990-ik évi nyilatkozat után adták ki. A kibocsátók magánszemélyek, egészségügyi dolgozók, közösségek, bizottságok és nemzetközi pénzügyi szervezetek segítségét kérték abban, hogy minden anyának biztosítani lehessen a sikeres szoptatást. A jelentésben sok olyan tennivalót soroltak fel, amelyre az idejünk során összpontosítanunk kell.

Új anyagok a Bababarát Kórház Kezdeményezéshez

2007-ben az UNICEF és a WHO több olyan felülvizsgált, aktualizált és kibővített anyagot adott ki, amelyek figyelembe veszik az új tudományos eredményeket és tapasztalatokat, és ezáltal új irányokat jelölnek ki. Öt fejezet készült el: "Háttér és Alkalmazás", "Döntéshozói tanfolyam", "20 órás tanfolyam szülészeti dolgozók részére", "Kórházi önfelmérő kérdőív" és "Külső felmérő anyag", amelyek az alábbi témákat tartalmazzák:

- a szoptatást befolyásoló szülésvezetési gyakorlat javítása, hogy azt "anyabaráttá" tegyék
- a Tíz Lépés bevezetése a magas HIV előfordulási arány figyelembevételével
- iránymutatás az "Anyatejet helyettesítő termékek marketingjének nemzetközi kódexének" betartásához
- Tíz Lépés a "Bababarát közösséghez"

A közösségi szinten történő előrelépés rendkívül fontos, hiszen a szülő nők csupán 56%-a (mindössze 33% a legfejletlenebb országokban) hozza világra gyermekét egészségügyi intézményben, és őket is egy-két napon belül hazaengedik.

A frissen szült anyáknak a közösségükben folyamatos támogatásra van szükségük, függetlenül attól, hogy kórházban vagy otthonukban szültek-e.

A Tíz Lépés (ideértve a tizedik lépést is) gyakorlatának bevezetése kizárólag kórházakban nem elegendő ahhoz, hogy az anyák képesek legyenek fenntartani a hosszútávú, kizárólagos szoptatást.

Szoptatásbarát gyakorlat lépésről-lépésre

A legfrissebb felmérések szerint, minél többet sikerül a Tíz Lépésből a gyakorlatban megvalósítani, annál biztosabb, hogy az anyák képesek lesznek megvalósítani a szoptatással kapcsolatos elképzeléseiket. Minden szülészeti intézménynek küzdenie kell azért, hogy a Tíz Lépésből minél többet tudjanak a gyakorlatba bevezetni még akkor is, ha egyszerre nem tudják mindet.

Miért kell a Tíz Lépést 2010-ben is előmozdítanunk?

Kutatások szerint világszerte a legjobb táplálási mód a szoptatás. Megkezdése a szülést követő első órán belül, kizárólagos szoptatás hat hónapon keresztül, életkornak megfelelő hozzátáplálás a hatodik hónaptól és fenntartott szoptatás kétéves korig vagy azon túl történjék.

A szoptatás elősegíti az anya rövid- és hosszútávú egészségmegőrzését, valamint hozzásegít az Egyesült Nemzetek Millenium Fejlődési Célok 4. pontjának - "A gyermekhalandóság csökkentése" - és 5. pontjának - "Az anya egészségének javítása" - eléréséhez, amelynek irányában sok ország és szervezet elkötelezett.

- az UNICEF jelentése szerint a gyermekhalandóság világméretű visszaszorítása az 1990-es évekbeli 13 millióról a 2008. évi 8.8 millióra részben a széles körben alkalmazott, az alapegészségügyben bekövetkezett változásoknak és ezeken belül is a korai és kizárólagos szoptatás megkezdésének köszönhető

- egyre több felmérés mutatja, hogy a Tíz Lépés bevezetése, folyamatos szülés utáni támogatással elősegíti a szoptatás megkezdését és a kizárólagos szoptatást helyi, országos és globális szinten is

- sok országban növekedett a kizárólagos szoptatási arány, de ezzel együtt néhány helyen stagnálás vagy csökkenés is megfigyelhető, részben a BBKK elégtelen politikai támogatása és a Tíz Lépés nem megfelelő érvényesítése miatt egyes bababaráti intézményekben.

- határozott lépésekre van szükség, hogy az újszülöttek táplálására a megfelelő szinteken működő, hatékony stratégiákat dolgozzunk ki, ezeket támogató nemzeti gyakorlatot és törvénykezést vezessünk be; a Tíz Lépést beépítsük a szülészeti gyakorlatába; az egészségügyben az anyák és gyermekek támogatását végző, képzett tanácsadók alkalmazunk; elősegítsük támogató közösségek kialakulását és kiépítsük a több csatornán keresztül történő tájékoztatást.

Mit tehetünk idén a bababaráti elvek terjesztéséért?

1. Segítsék hozzá ismerőseiket, munkatársaikat és a közösség tagjait a Tíz Lépés megismeréséhez! Kezdeményezzenek beszélgetéseket a családban, a gyülekezetekben, iskolákban és az egészségügyben a Tíz Lépésről!

2. Szorgalmazzák az egészségügyi rendszer változását!

Tudják meg, hogy országukban hol tart a Bababaráti Kórház Kezdeményezés, hogy annak ügye mely kormányhivatalhoz tartozik és próbáljanak kapcsolatba lépni azzal!

Járjanak közben, hogy a Tíz Lépést általánosan követendő gyakorlatnak fogadják el a kórházakban, egészségügyi központokban és az egészségügyi rendszer egészében!

3. Változtassanak helyi szinten!

Tájékozódjanak arról, hogy mi történik az anyákkal a szüléset elhagyása után, és azokkal, akik otthon szülnek! Vannak-e bábák, szoptatási tanácsadók, képzett önkéntes szoptatási segítők (Peer Counsellors) vagy szoptatós csoportok, akik támogatni tudják az anyákat? Van-e lehetőség a helyi egészségügyi központokban szoptatási segítségkérésre? Mi történik a munkába való visszatéréskor?

4. Szorgalmazzák a nemzeti és globális szintű előrelépést!

Az egészségügyi dolgozókon túl vonjanak be minden segítőkész embert a Tíz Lépést támogató gyakorlat elterjesztése és a törvénykezés előremozdítása érdekében!

Győzzék meg a globális szervezetekkel kapcsolatban lévő személyeket, hogy itt az ideje annak, hogy minden anya számára biztosítsuk a jogot a szoptatáshoz, hogy minden gyermek megkapja a lehetőséget a legjobb életkezdéshez, és egy olyan jövőt teremtsünk, amelyben egészségesen élhetünk!



Tíz lépés Akcióterv

Ötletek ahhoz, hogy mit tehetnek az egyének és szervezetek a Tíz Lépés megvalósításáért az egészségügyi ellátórendszer, a helyi közösségek, illetve nemzeti és globális szinteken.

Lépés	Általánosan	Az egészségügyi rendszer szintjén	Közösségi szinten	Nemzeti/Globális szinteken
<p>1. lépés</p> <p>Az intézmények rendelkezzenek írott irányelvekkel, amelyeket rendszeresen ismertetnek az egészségügyi dolgozókkal!</p>	<p>A Tíz Lépésben foglaltak alapján az egészségügyi intézményeknek az írott irányelveket jól látható helyen kell kifüggeszteniük, amelyben az abban foglaltak iránt kötelezik el magukat.</p>	<p>Ellenőrizték az egészségügyi intézményeket, hogy kifüggesztették-e az irányelveket! Tudják meg, hogy a szakmai vezetők kidolgoztak-e már ilyen iránymutatást és magyarázzák el, hogy a Tíz Lépést kell a "követendő gyakorlatként" figyelembe venniük! Tájékoztassák őket a Bababarát Kórház Kezdeményezés¹ (BBKK) kapcsolatos új információkról, különös figyelemmel az első részben foglalt, annak bevezetésével kapcsolatos tudnivalókra!</p>	<p>Szervezzenek találkozót a helyi közösségek vezetőivel, amelyeken megvitatják, hogy hogyan lehet hatékonyan elősegíteni a bababarát kezdeményezéseket a helyi egészségügyi intézményekben!</p>	<p>Lépjének kapcsolatba állami szervekkel és szorgalmazzák a Tíz Lépés integrálását a meglévő szakmai ajánlásokba és az intézmények szakmai protokolljába! A Bababarát Kórház cím elnyerése foglaltassék bele a kórházak minőségbiztosítási programjába!</p>
<p>2. lépés</p> <p>Minden egészségügyi dolgozó kapjon megfelelő gyakorlati felkészítést az irányelvek alkalmazásához!</p>	<p>A szakképzés minden szakdolgozó számára foglalja magában a Tíz Lépés, a szoptatási segítségnyújtás és a nemzetközi kódex ismeretanyagát! Lehetőleg tartsanak rendszeresen értekezleteket a legfrissebb tudományos eredmények megvitatására!</p>	<p>Járjanak közben, hogy a Tíz Lépést integrálják a szakmai képzések tananyagába és a szakmai protokollokba! Győződjenek meg arról, hogy az oktatók ismerik az alábbi szakirodalmakat és a hozzájuk tartozó internetes hivatkozásokat: - WHO Csecsemő és gyermektáplálási módszertan - 20 órás "A szoptatás elősegítése és támogatása bababarát kórházakban egészségügyi dolgozók részére" tanfolyam (az új BBKK 3. fejezete) - WHO/UNICEF Szoptatási tanácsadás tanfolyam - WHO/UNICEF Csecsemő és gyermektáplálás tanfolyam (www.who.int/nutrition/publication/infantfeeding/9789241597494/en/index.html)</p>	<p>Szorgalmazzák az önkéntes szoptatási segítőknek (Peer Counsellors) és egyéb segítő foglalkozásúaknak a szoptatás támogatására irányuló oktatását.</p>	<p>Ismertessék a politikai vezetőkkel, hogy milyen fontos a Tíz Lépés beiktatása az egészségügyi képzésbe!</p>
<p>3. lépés</p> <p>Tájékoztassák a várandós anyákat a szoptatás előnyeiről és módjáról!</p>	<p>Mire a kisbaba megszületik, az anyának megalapozott ismeretekkel kell bírnia a szoptatásról, annak fontosságáról és mikéntjéről.</p>	<p>Szorgalmazzák, hogy a szoptatási ismeretek, valamint beszélgetőfórumok legyenek egyének és csoportok számára is elérhetőek a terhesgondozás során! Beszélgessenek várandósokkal a terhesgondozásról! Derítsék ki, hogy megkapták-e a megfelelő tájékoztatást az anyatejes táplálás előnyeiről és a mesterséges táplálás hátrányairól, a szülés során elérhető segítség lehetőségeiről, az újszülött helyes mellrehelyezéséről és az anyatej kielégítő mennyiségének elérését célzó gyakorlatról! Gondoskodjanak róla, hogy ehhez minden lényeges és naprakész irodalom a rendelkezésükre álljon!</p>	<p>Szervezzenek olyan eseményeket, amelyek a szoptatás fontosságára és a kismamák támogatásának szükségességére hívják fel a közösség figyelmét!</p>	<p>Legyenek birtokában a mesterséges táplálás veszélyeinek naprakész bizonyítékai és ezek ismertetésével tegyen azért, hogy a szoptatás legyen az elfogadott csecsemőtáplálási norma, valamint azért, hogy a közösség megértse: a nőknek az egészségügyi szervezetek és a helyi közösségek támogatására van szükségük a sikeres szoptatáshoz.</p>

<p>4. lépés</p> <p>Segítsék az édesanyákat abban, hogy a szülést követő fél órán belül megkezdjék a szoptatás</p>	<p>Ez a lépés azt jelenti, hogy megszületése után minden egészséges újszülött azonnal kerüljön édesanyjával bőrkontaktusba legalább egy óra időtartamra, vagy szükség szerint tovább is, amennyiben hosszabb időt vesz igénybe, hogy bekapja a mellet és szopjon.</p>	<p>Szorgalmazzák a szülészeti dolgozók képzését, hogy megismerhessék a születés utáni azonnali bőrkontaktus fontosságát, és hasznos tanácsokkal tudják ellátni az édesanyákat, valamint hagyják, hogy az újszülöttnak legyen lehetősége a szopás megkezdésére, amikor készen áll rá!</p>	<p>Tegyenek azért, hogy a közösség figyelmét a szoptatás korai megkezdésének fontosságára irányítsák! Mutassák be az újszülöttnak a mellhez való felkúszását bemutató filmet (Breast crawl), ahol látható, hogy az újszülött képest ezt megtenni!</p>	<p>Tájékoztassák az egészségügyi szakmai szervezeteket a Tíz Lépés bevezetésével kapcsolatos legfrissebb tapasztalatokról, a bőrkontaktus jelentőségéről, és szorgalmazzák azok támogatását!</p>
<p>5. lépés</p> <p>Mutassák meg az édesanyáknak, hogyan kell szoptatni és a tejelválasztást fenntartani, még akkor is, ha valamilyen okból el vannak különítve újszülöttjüktől!</p>	<p>Az anyák segítése abban, hogy hatékonyan tudjanak szoptatni, a legfontosabb lépés. Ha az újszülött hosszabb időre távol kerül az édesanyjától, vagy nem képes szopni, az anyáknak fejniük kell. Az egészségügyi dolgozók feladata ebben is segíteni őket.</p>	<p>Ismerjék meg a környezetükben lévő kórházak és szülészeti személyzetét, értékeljék az édesanyáknak nyújtott segítségüket és bizonyosodjanak meg arról, hogy a személyzet rendelkezik a legfrissebb kutatási eredményekkel! Bátorítsák őket arra, hogy minden anyának mutassák meg a helyes mellrehelyezést, amellyel elkerülhetik a mellbimbó kisebesedését és a tej elégtelen termelődését! Tanítsák meg az édesanyáknak a kézi fejest, amellyel szükség esetén megelőzhetik a túltelítődést vagy fenntarthatják a tejtermelést, hogy a gyermekük anyatejet kaphasson akkor is, ha távol kell lenniük egymástól! Általában nincs szükség gépi fejésre.</p>	<p>Tegyenek azért, hogy az anyák megtanulják a szoptatási technikákat és a kézi fejest, valamint hogy képesek legyenek a nehézségek leküzdésére!</p>	<p>Tegyenek azért, hogy az újszülött- és gyermekgondozás elfogadott részeként, valódi szoptatási szaksegítség álljon az édesanyák rendelkezésére! Minden olyan egészségügyi dolgozó kapjon megfelelő oktatást, akinek feladatai között szerepel a gyermekek és anyák hatékony segítése!</p> <p>www.ill.hu www.ibclc.hu</p>
<p>6. lépés</p> <p>Ne adjanak az újszülötteknek az anyatejen kívül más ételt vagy italt, csak akkor, ha orvosilag indokolt!</p>	<p>Családtagok és az egészségügyi dolgozók gyakran gondolják, hogy az újszülöttnak tápszerre vagy cukros vízre van szüksége a tejelövellés előtt. A szülészeten fellelhető tápszerek és tápszerreklámok is ezt a hamis látszatot kelthetik. Ez a gyakorlat aláássa a szoptatást.</p>	<p>Tegyenek azért, hogy az anyák ügyesen szoptassanak és ne érezzék szükségét a pótlásnak! Győződjenek meg róla, hogy az egészségügyi dolgozók megértik, hogy kiegészítésre a legritkább esetben van szükség, még akkor sincs, amikor az anyatej az első napokban kevés; valamint, hogy a babának ilyenkor az előtejre (koloszturma) van a legnagyobb szüksége! Annak érdekében, hogy az újszülöttek ne kapjanak feleslegesen pótlást, hívják fel a figyelmet arra, hogy mely ritkán előforduló betegségek esetén szükséges a tápszer és hogy mely esetek nem indokolják azt!</p>	<p>Ismertessék a közösséggel a colostrum fontosságát és azt, hogy miért nincs szüksége az újszülöttnak egyébre az első néhány nap során! Hívják fel a figyelmet a hat hónapig tartó, kizárólagos szoptatás jelentőségére is!</p>	<p>Tegyenek azért, hogy a kormányzat ismét előtérbe helyezze az Anyatejet helyettesítő termékek marketingjének nemzetközi kódexének, valamint a WHA egyéb idevágó ajánlásainak érvényesítését, ellenőrzését és törvénybe iktatását!</p>
<p>7. lépés</p> <p>Legyen általános gyakorlat az anya és az újszülött együttes elhelyezése a nap 24 órájában.</p>	<p>Sok kórházban az újszülötteket szülés után a csecsemőosztályon tartják. A rooming-in rendszer hozzásegíti az újszülöttet és édesanyját, hogy folyamatosan együtt legyenek, hogy kialakulhasson a kötődés és hogy megalapozzák a sikeres szoptatást.</p>	<p>Kórházlátogatásaik alkalmával magyarázzák el az első bőrkontaktus és a folyamatos, 24 órás rooming-in fontosságát! A babát el lehet helyezni az anya ágyában vagy egy kiságyban mellette úgy, hogy az anya felkelés nélkül is elérheti. A kiságyat nem célszerű az anya ágyának végénél elhelyezni.</p>	<p>Támogassanak minden olyan körülményt és hagyományt, amely elősegíti az anya-gyermek együttlétet a korai csecsemőkorban!</p>	<p>Szorgalmazzák a rooming-in megvalósítását minden szülészetben, valamint a fizetett szülési szabadság bevezetését, hogy az anyák gyermekükkel lehessenek és szoptathassák őket! Javasolják a nemzetközi szervezeteknek az ILO szülési szabadságának és egyéb szoptatás támogató kezdeményezéseknek a támogatását.</p>

<p>8. lépés</p> <p>Ösztönözzék az anyákat, hogy az újszülött igényeinek megfelelően szoptassanak!</p>	<p>A babáknak igény szerint kell szopniuk, nem a kórház vagy az anya által felállított időrend szerint.</p> <p>A baba igényeinek felismerése elősegíti a szoptatás sikerességét és az anya-gyermek kapcsolat javítását.</p>	<p>Szorgalmazzák a szülészeten az igény szerinti szoptatás gyakorlatának támogatását az időre történő szoptatással szemben! Az egészségügyi személyzetnek ismernie kell az újszülött éhségjeleit és azokat meg kell tanítania a családtagoknak is.</p> <p>A kisbaba az éhséget tátogással, cuppogással, kezének szopogatásával, kezének és lábának mozgatásával jelzi. A sírás az éhség egy kétségbeesett, késői jelzése. Amikor a baba jóllakott, azt elfordulással, szájának becsukásával és a szopómozgás abbahagyásával jelzi. A fenti jeleket figyelembevevő szoptatási gyakorlat segít a megfelelő tápanyagbevitel és növekedés elérésében.</p>	<p>Fontos, hogy a családok megtanulják felismerni a csecsemő jelzéseit és megfelelőképpen reagáljanak rájuk.</p> <p>A csecsemőket mindig meg kell szoptatni, amikor jelzik, hogy szopnának és nem szabad megvárni, míg sírni kezdenek.</p>	<p>Szorgalmazza a kormányzat felé, hogy minden szülészeten legyen lehetőség az igény szerinti szoptatásra, valamint hogy a terhesgondozás során és a gyermektáplálási tanfolyamokon az anyák kapjanak megfelelő felkészítést az újszülöttek éhségjeleinek felismerésére!</p>
<p>9. lépés</p> <p>A szoptatott csecsemőnek ne adjanak cumisüveget vagy cumit.</p>	<p>Az első hetek során az újszülöttnak minden szopási igényét a mellen kell kielégítenie. Cumisüveg vagy nyugtatócumi használata megváltoztathatja a szopási technikát és megakadályozhatja a baba igényeinek megfelelő mennyiségű tej termelődését.</p>	<p>Érjék el a szülészeti dolgozóknál, hogy ne engedjék cumi vagy cumisüveg használatát az osztályon, hacsak nem orvosi indoka van a csecsemő megnyugtatóására az anyától való elválasztás idején!</p> <p>Ilyen esetekben vigyázni kell, hogy ez a gyakorlat ne más anyák szeme láttára történjen!</p> <p>Tanítsák meg az anyáknak a pohárból itatást, ha a kisbabájuk nem tud szopni!</p>	<p>Tájékoztassák a családokat és a közösségi csoportokat a cumi és cumisüveg használatának veszélyeiről!</p>	<p>Járjanak közben a kormányzati szerveknél, hogy a szülészetek ne engedjék a cumi és cumisüveg rutinszerű használatát és hogy minden írásos tájékoztató anyag korrekten információt tartalmazzon ezzel kapcsolatban!</p>
<p>10. lépés</p> <p>Támogassák a szoptatást segítő anyacsoportok létrehozását és az egészségügyi intézményekből távozó anyákat irányítsák ezekhez!</p>	<p>A szoptatást támogató csoportok gyakran részei egy-egy közösségnek. Pl. La Leche Liga baba-mama csoportok.</p> <p>Az önkéntes szoptatási segítők (Peer Counsellors) olyan nők, akik tagjai egy adott közösségnek és felkészítést kaptak a szoptatás támogatásához. Gyakran előfordul, hogy az otthonukban látogatják meg az anyákat és nagyban hozzájárulnak a kizárólagos szoptatás elterjesztéséhez.</p>	<p>Tájékoztódjanak az egészségügyi ellátó rendszerrel a képzett önkéntes szoptatási segítők iránti igényről és beszéljenek az együttműködés lehetőségeiről!</p> <p>Az önkéntes szoptatási segítők képezheti ki, felügyelheti és ajánlhatja az édesanyák számára (Peer Counsellor Program).</p> <p>Figyeljenek arra, hogy a kórházi személyzet ismerje a közösségben fellelhető szoptatási segítők, tanácsadási lehetőségeket és elérhetőségeiket!</p> <p>A frissen szült anyáknak legyen lehetőségük egy, a szoptatás támogatásában jártas személlyel találkozniuk az intézményben vagy otthon!</p> <p>Magyarországon a védőnői gondozás keretében kerül erre sor, de lehetőség van szoptatási tanácsadás igénybevitelére is. www.lll.hu, www.ibclc.hu</p>	<p>Működjenek együtt a közösséggel a szoptató édesanyák segítségével jártas személyek! A sikeresen szoptató, gyakorlott anyák önszorgító baba-mama csoportot alakíthatnak.</p> <p>Érdemes lobbizni az egészségügyi bizottságoknál, hogy indítsák el az önkéntes szoptatási segítők képzését (Peer Counsellor Program), amelyet a La Leche Liga segítségével tehetnek meg.</p>	<p>Szervezzenek érdeklődőseket helyi szervezetekkel szoptatást támogató szolgálatok alapításához.</p> <p>Szorgalmazzák, hogy a kormányzati tervekben szerepeljen az önkéntes szoptatási segítők szerepének fontossága.</p>

¹A magyarországi Bababarát Kórházak (2010. augusztus)

Fővárosi Önkormányzat Szent István és Szent László Kórház, Budapest

Szent Lukács Egészségügyi Kht., Dombóvár

Vaszary Kolos Kórház, Esztergom

Petz Aladár Megyei Oktató Kórház, Győr

DE OEC Kazincbarcikai Kórház Kft., Kazincbarcika

B.A.Z Megyei Kórház és Egyetemi Oktató Kórház, Miskolc

Szent László Megyei Kórház, Salgótarján

Almási Balogh Pál Mátix Kórház, Ózd

PTE OEC ÁOK Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika, Pécs

Siófok Város Kórház - Rendelőintézet, Siófok

Jász-Nagykun - Szolnok Megyei Hetényi Géza Kórház - Rendelőintézet, Szolnok

Debreceni Egyetem Orvos-és Egészségtudományi Centrum Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika, Debrecen

Zala Megyei Kórház, Zalaegerszeg

Jávorszky Ödön Kórház, Vác

Miskolci Semmelweis Egészségügyi Központ, Miskolc

A Bababarát Kórház címmel kapcsolatos további információk: <http://bababarat.sztnb.hu>

A Szoptatás Világhetének témája 2010-ben a Bababarát Kórház Kezdeményezés.

Ebből az alkalomból készült kiadványunk a World Alliance of Breastfeeding Action (WABA) anyagai alapján.

További információkért látogassa meg honlapunkat és információs portálunkat, ahol a legújabb kutatási eredményekről, tanfolyamainkról és kiadványainkról is értesülhet:

www.szoptatasert.hu, www.szoptatasportal.hu, e-mail: szme@szoptatasert.hu

Irodalomjegyzék:

- UNICEF/WHO Baby-Friendly Hospital Initiative - Revised, updated and expanded for integrated care; including 2009 update.

- WHO/UNICEF Acceptable Medical reasons for use of breastmilk substitutes

(http://www.unicef.org/nutrition/index_24806.html)

<http://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/9789241594950/en/index.html>

- WHO/UNICEF/UNFPA and partners Countdown to 2015 Decade Report (2010-2015): Tracking progress in maternal, newborn and child survival. Geneva. World Health Organization, 2010

<http://breastcrawl.org/10steps.htm> (for the video)

- WABA and BFHI - <http://www.waba.org.my/news/bfhi.htm>

Forrás: worldbreastfeedingweek.org

Felelős kiadó: A Szoptatásért Magyar Egyesület

