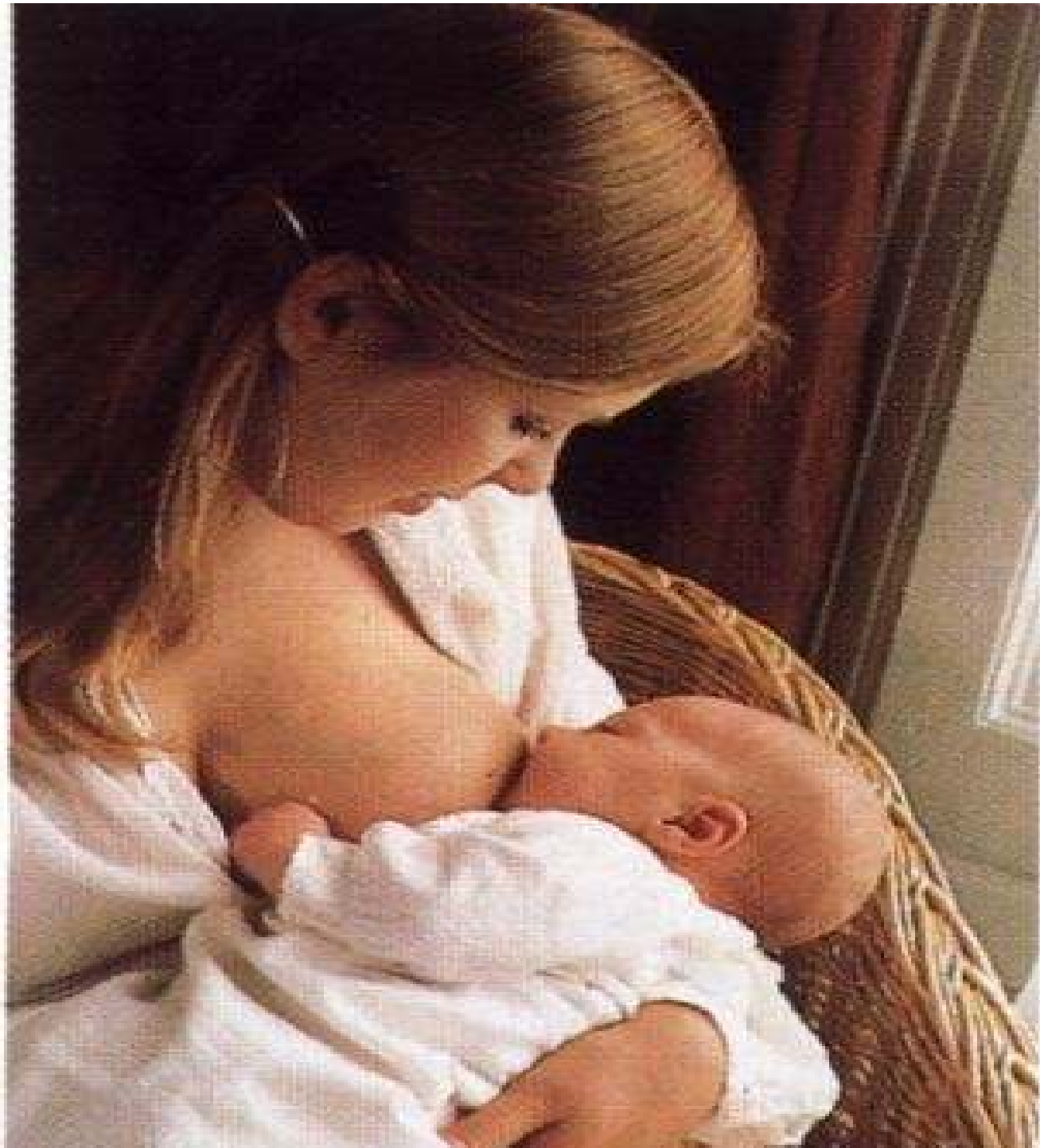


A bababarát kórház és az
alapellátás hatékony
együtműködésének jelentősége

Dr. Sarlai Katalin

Fővárosi Egyesített Szent István és
Szent László Kórház, Budapest



Bababarát=szoptatásbarát kórház

- Azt szeretnénk, ha a csecsemők születésüktől hathónapos korukig kizárólag csak szopnának.
- Hathónapos kortól kezdve megfelelő kiegészítő táplálást kapnának a szoptatás folytatása mellett.
- A szoptatás folytatása 2 éves korig, vagy amíg az anya és a gyermek igényli.

Bababarát Kórház

- Az UNICEF és a WHO 1991-ben (!) indított kezdeményezése a szoptatás védelmében
- Világszerte több mint 20 000
- Európában 300, USA-ban 64, Ausztráliában 63
- Magyarországon 9 volt, amiből kettőt bezártak

A bababarát kórház célja:

A szülészeti osztályon szoptatást
támogató légkört teremteni, gyakorlati
segítséget nyújtani, alapvető tudást átadni
Távol tartani az anyától az ártalmas, elavult,
az önbizalom csökkentésére alkalmas
eljárásokat

Lancet 1994. 344:1239-41

Ha felfedeznének egy új oltóanyagot, amely gyermekek millióinak életét mentené meg évente, azonkívül olcsó, biztonságos, szájon át adható lenne, nem igényelne hűtőláncot – használata azonnal közegészségügyi parancssá válna. A szoptatás mindezt tudja, de a támogatás „láncát” igényli –vagyis az anyák gondos segítségét, hogy önbizalmuk legyen, tudják mit kell tenniük. Védeni kell őket az ártalmas gyakorlattól. Ha a kultúrából kiveszett ez a „lánc”, ezt az egészségügynek kell jóvátennie.

A „nem szoptatásért” az egész társadalom fizet

- Korai és késői egészségügyi hátrányok a csecsemő és édesanyja számára
- Népegészségügyi jelentőség
- Költségek (tápszer ára, kórházi kezelések ára, táppénz, stb)
- Környezet károsítás (kivágott erdők, szállítás, üvegek, dobozok, le nem bomló anyagok, mosó és fertőtlenítőszeres stb)

A mi felelősségünk

- Mi (nővérek, védőnők, szülésznők, gyermekorvosok, szülészorvosok), eleget segítünk? Megadjuk a teljes körű igaz tájékoztatást a várandósoknak és az anyáknak?
- Gondoljuk végig, mit kellene változtatnunk, hogy segítő kezet nyújtsunk és ne a könnyebb megoldást válasszuk!

A lánc szemei

- Várandós felkészítés-szülés-gyermekágyas osztály-otthoni segítségnyújtás : a lánc szemei
- Ha valamelyik szem gyenge – elszakad a lánc

Általános feltételek a Bababarát Kórház cím elnyeréséhez

- A 10 lépés teljesítése
- A Nemzetközi Kódex rendelkezéseinek betartása
- Az osztály nem fogad el tápszer adományt, nem vesz kedvezményes árú tápszert.

•



Reproduction of the drawing "Mother and Child" by
HABA HARYI
1988
Exhibited at the "HABA HARYI" Exhibition at
the P.O. Cultural Center, Budapest, 1988

A Nemzetközi Kódex

- Az anyatej pótlók, cumik, cumisüvegek nem reklámozhatók a nagyközönség számára
- Nem szabad ingyenes termékmintákat osztani az anyáknak ill. az intézményeknek
- Nem szabad reklámozni az egészségügyi intézményekben

Nemzetközi Kódex

- A Kódex hatálya alá tartozó termékeket gyártók és forgalmazók, nem adhatnak ajándékot az egészségügyi dolgozóknak (apró tárgytól kezdve a szponzorált kongresszusokig!)
„No free lunch” !
- Nem szabad olyan csecsemőtáplálásról szóló ismeretterjesztő anyagot adni a várandósok vagy anyák kezébe, melyet tápszergyártó cégek állítanak elő vagy szponzorálnak

Nemzetközi Kódex

- A termékek címkéjén nem szerepelhet a mesterséges táplálást idealizáló kép vagy szöveg
- Az egészségügyi dolgozók számára szóló információk legyenek tudományosak és tényszerűek

Nemzetközi Kódex

- A Kórház ne fogadjon el ingyenes vagy olcsó tápszert, nagykereskedelmi áron vásárolja meg azt.
- Az anyának adott ajándék csomagok ne tartalmazzanak termékmintákat, táplálási reklámanyagokat, cumikat, cumisüvegeket
- A tápszereket a várandósok és az anyák számára nem látható helyen kell tárolni.



Nem szoptató anyák támogatása

- Előfordulhat, hogy egy anya teljes körű felvilágosítás után úgy dönt, hogy nem kíván szoptatni.
- Ezt a döntését el kell fogadni, és segíteni kell a megfelelő tápszer elkészítésében és a higiénikus etetésben.
- Ezt a tanítást a többi anyától távol kell elvégezni.

TÍZ LÉPÉS MELY A „BABA-BARÁT” KÓRHÁZHOZ VEZET



Minden szülészeti és újszülöttet ellátó intézmény feleljen meg az alábbi követelményeknek:

1. Rendelkezzen illeszkedő szoptatási irányelvekkel, amelyeket rendszeresen ismertetessenek az egészségügyi dolgozókkal.
2. Minden egészségügyi dolgozó kapjon megfelelő gyakorlati felkészítést az irányelvek alkalmazásához.
3. Tájékoztassanak minden várandós anyát a szoptatás előnyeiről és módjáról.
4. Segítsék hozzá az anyákat, hogy az újszülötet már a szülést követő első felórában a mellükre helyezsék.
5. Műtassák meg az anyáknak, hogyan kell szoptatni és a tejelválasztást fenntartani, még akkor is, ha valamilyen okból nem vannak különösebben újszülöttjüktől.
6. Csak orvosi javaslat esetén kapjon a csecsemő anyatején kívül más élelmet vagy italt.
7. Legyen általános gyakorlat az anya és az újszülött együttes elhelyezése a nap 24 órájában.
8. Ösztönözzék az anyákat, hogy az újszülött igényeinek megfelelően szoptassanak.
9. Szoptató csecsemőknek ne adjanak cumit.
10. Támogassák a szoptatást segítő anyacsoportok létrehozását és az egészségügyi intézményekből távozó anyákat irányítsák ezekhez.

10 lépés a sikeres szoptatáshoz

- 1. lépés: A kórház rendelkezzen írásos szoptatási irányelvekkel, amelyeket rendszeresen ismertetnek az egészségügyi dolgozókkal
- 2. lépés: Minden egészségügyi dolgozó kapjon megfelelő gyakorlati felkészítést az irányelvek alkalmazásához

3. lépés

- Tájékoztassanak minden várandós anyát a szoptatás előnyeiről és módjáról

Várandósok felkészítése

- Védőnők feladatai közé tartozik a várandósság 32. hete után beszélgetni az anyával a szoptatásról
- A szoptatás hasznáról és módjáról, a mesterséges táplálás veszélyeiről, a bőrkontaktus és a 24 órás rooming-in fontosságáról.
- A felkészítés önbizalom fokozó legyen!

Várandósok felkészítése

- A Baba-barát kórház is szervez felkészítést, a várandós ambulancián is beszélgetnek a szoptatásról.
- Szoptatós anyacsoportokhoz is irányíthatják a várandósokat.
- Az egészségügyi ellátás és a civil kezdeményezések együttműködése fontos lenne ezen a területen is



4. lépés

Segítsék hozzá az anyákat, hogy az újszülöttet már a szülést követő első félórában a mellükre tehessék

engedjük, hogy ölelgessék egymást. A bőrkontaktus legalább egy óráig tartson. A legtöbb újszülött ilyenkor szopni kezd.





5. lépés

Mutassák meg az anyáknak, hogyan kell szoptatni és a tejelválasztást fenntartani, még akkor is, ha el vannak különítve újszülöttjüktől

6. lépés

Csak orvosi indikáció esetén kapjon a csecsemő az anyatejen kívül más ételt vagy italt.

7. lépés

Legyen általános gyakorlat az anya és az újszülött együttes elhelyezése a nap 24 órájában





8. lépés

Ösztönözzék az anyákat, hogy az újszülött igényeinek megfelelően szoptassanak



A megvalósítás

- A gyermekágyas osztályon: arra biztatjuk az anyákat, hogy minél gyakrabban tegyék mellre a csecsemőt(a baba igénye szerint, de legalább minden 3 órában egyszer).
- Ez csak akkor valósulhat meg, ha az anya és a gyermek együtt vannak a nap 24 órájában
- Az anya észleli a csecsemő jelzéseit



Gyakorlat teszi a mestert



- A korlátozásmentes szoptatás a második naptól napi 8-12 szopási alkalmat is jelenthet
- Ha jó a szopási technika, az emlőbimbó nem lesz sebes.
- Ez elősegíti a tejtermelés gyors beindulását és akadályozza az emlő túltelítődését

A megvalósítás

- Minden anyának meg kell mutatni a helyes mellretételt, a kézi fejést.
- A harmadik napon (a hazabocsájtás napja) a csecsemők már átmeneti vagy anyatejes székletet ürítenek, súlyesésük megállt, kezdenek gyarapodni.
- Az anyák önbizalma megnő, hisznek abban, hogy képesek kizárólagosan szoptatni csecsemőjüket.

- 9. lépés: Szoptatott csecsemőnek ne adjanak cumit
- 10. lépés: Támogassák a szoptatást segítő anyacsoportok létrehozását és a kórházból távozó anyákat irányítsák ezekhez

- A baba-barát osztályon nincs cumi, cumisüveg. Ha pótlás szükséges kis pohárkából adják.
- A pótlás elsősorban a saját anya lefejt teje. Második választás: anyatejgyűjtőből származó kivizsgált, pasztörizált anyatej. Tápszert csak az kap, akit nem szoptatnak, akit otthagyt az anyja, vagy súlyos betegsége van anyának vagy gyermeknek.







Amit a szülőknek tudni kell

- A fiatal szülőket megtanítjuk az éhség jeleinek felismerésére, az ébresztés módszereire
- A helyes szopási technikára
- A hatékony szopás jeleire
- Arra, hogy babájuknak fél éves korig csak anyatejre van szüksége és semmi egyébbre.





A megvalósítás

- A szoptatást megfigyeljük, és ha nem hatékony, segítünk. (mellretétel, fejés)
- Lelki támaszt nyújtunk az anyának, figyelmesen meghallgatjuk aggodalmait



Otthoni segítségnyújtás

- Az első hetekben a csecsemők hosszan és sokszor szopnak.

Korlátozásmentes szoptatás ajánlott!

- Ha a csecsemő helyes technikával szopik, a bimbó nem lesz sebes!
- A szopás nemcsak táplálkozás, hanem vigasztalás, megnyugvás is a csecsemő számára.

Otthoni segítségnyújtás

- Az első hónapokban a cumi, cumisüveg használata megzavarhatja a szopást ezért ne ajánlják!
- Megváltozhat miatta a szopási technika és kisebesedik a bimbó
- Korlátozás ajánlása sokszor a szoptatási problémák kezdetét jelenti

Nehézségek

- Az anya nem kapta meg a szükséges ismeretanyagot és a megfelelő támogatást
- A segítséget nyújtó személy szorong és ezt a szorongást az anya is átveszi
- A kórházból való távozás után az anya ellenkező útmutatást kap a csecsemőtáplálással kapcsolatban

Szoptatási ambulancia

- Telefonos segítségnyújtás
- Személyes konzultáció
- Leggyakoribb problémák: helytelen szopás következtében sebes mellbimbó, fájdalmas szoptatás, mastitis, „kevés tej” problémaköre

Mastitis

- A szoptatást folytatni kell!
- Gyakori szoptatás, és gyengéd fejtés
- Ágynyugalom
- Láz és fájdalomcsillapítás
- Súlyos tünetek esetén antibiotikum 10-14 napig (Amoxicillin+klavulánsav, Clindamycin, Erythromycin)

Szoptatási ambulancia

- Segítséget ajánlunk kollegáknak is szoptatási problémák megoldásához
- Szoptatási szaktanácsadó (IBCLC) szakma már hazánkban is kezd elismertté válni, hasonlóan az Európai Unió többi országához, az USA-hoz, Kanadához, Ausztráliához.

Segítő honlapok

Kollegák és anyák tájékoztatást, segítséget kaphatnak:

- www.szoptatasert.hu
- www.szoptatasportal.hu
- www.ll.hu
- www.sztnb.hu

A jövő nemzedéke!









Köszönöm, hogy figyelnek rám!

