

A Szoptatás Gyakorlati Kérdései

Dr Várady Erzsébet
Neonatólóógus, IBCLC

A BBKK szoptatás gyakorlatával összefüggő lépései

- Születést követő bőrkontaktus, éhségjelek felismerése, szopás
- Szülést követő 6 órán belül mellretétel
Kézi fejtés megtanítása
- Ne kapjanak az anyatejen kívül más ételt vagy italt, hacsak az orvosilag nem indokolt
- Rooming-in rendszer,
- Igény szerinti szoptatás
- Ne kapjanak a csecsemők cumit

Szoptatás: az 1. ÓRA

A korán megkezdett és kizárólagos szoptatás
az első 6 hónapban

több mint **EGY Millió** Csecsemőt **ment meg**

**Breastfeeding:
The 1st Hour**

Early initiation and
exclusive breastfeeding
for six months can

Save
more than
ONE
million babies!



WABA LOGO
Születés Hete
2007

Igény szerinti szoptatás

- A szopás legsikeresebb nyugodt éber állapotban, ha már a csecsemő „túl éhes” és sir, szoptatás előtt meg kell nyugtatni
- Tanítsuk meg az anyát felismerni a **korai éhségjeleket**
gyors szemmozgás csukott szemhéjak mögött
a fej előre hátra mozog, „keres”
kezet a szájhoz viszi
száj és nyelv mozgások
arcmimika
halk hangadás
- **Ne korlátozzuk sem a szopások gyakoriságát, sem időtartamát**
- Eleinte mindenképpen szoptassunk mindkét mellből

Hogyan tegyük mellre a csecsemőt?

- Fejet megtámasztjuk, de nem nyomjuk a mellhez
- Fej enyhén hátrahajlik
- **Amikor a száj nagyra nyitott, akkor tegyük a csecsemőt a mellre**
- Ha nem nyitja nagyra a száját, érintsük meg az ajkaival a bimbót, kicsit mozdítsuk el, majd újra érintsük meg az ajakkal a bimbót (többször ismételhető)
- **Irányítsuk az orrot a bimbó felé,**
Az alsó ajak legyen minél távolabb a bimbótól
- Először az áll érintse a mellet

Mellretevés ideális pillanata



Szoptatási testhelyzetek

Szoptatási testhelyzetek

- **Ülve**
bölcső-, kereszt-, hónalj(futball)tartásban,
lovagló-tartásban -nagyobb csecsemők
- **Fekve** (oldalfekvésben)

Szoptatási pozíciók

7/1



Egyvonalban
Közel
Megtámasztva
Szembefordulva



Futball-labda tartás



Bölcső ill
keresztezett bölcsőtartás





SZOPTATÁS ÁGYBAN FEKVE ÉS ÜLVE

Ikrek szoptatása



Bőlcső



Futball



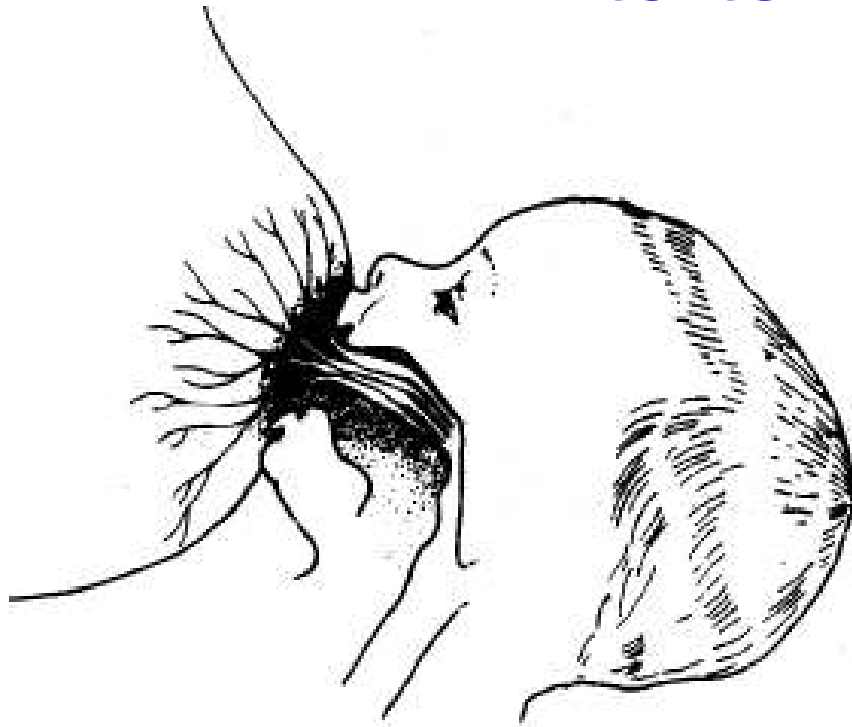
Lovagló

MELLRETAPADÁS

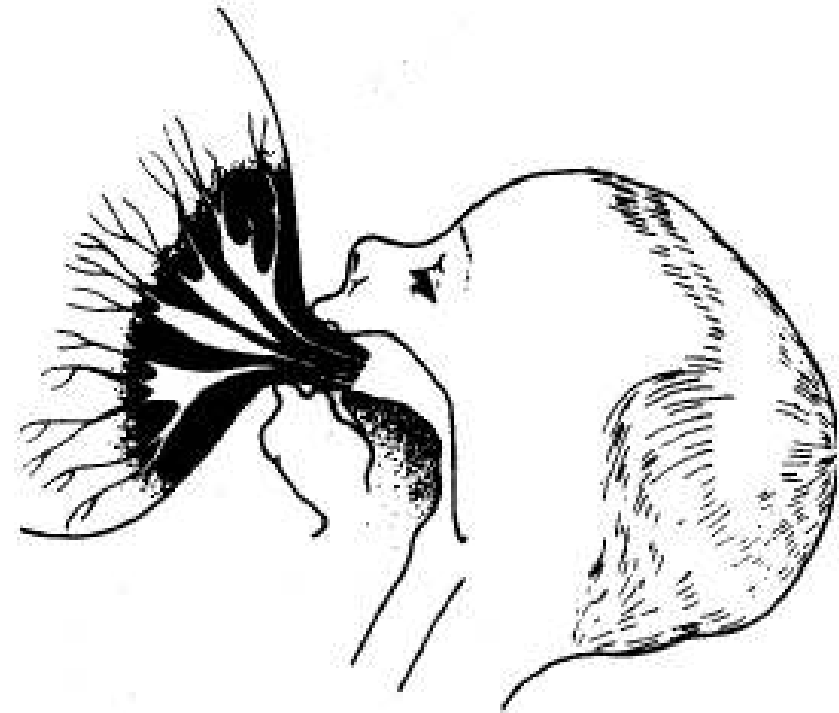
Mellretapadás

Mit látunk és mi történik a szájban?

6/3



Jó mellretapadás



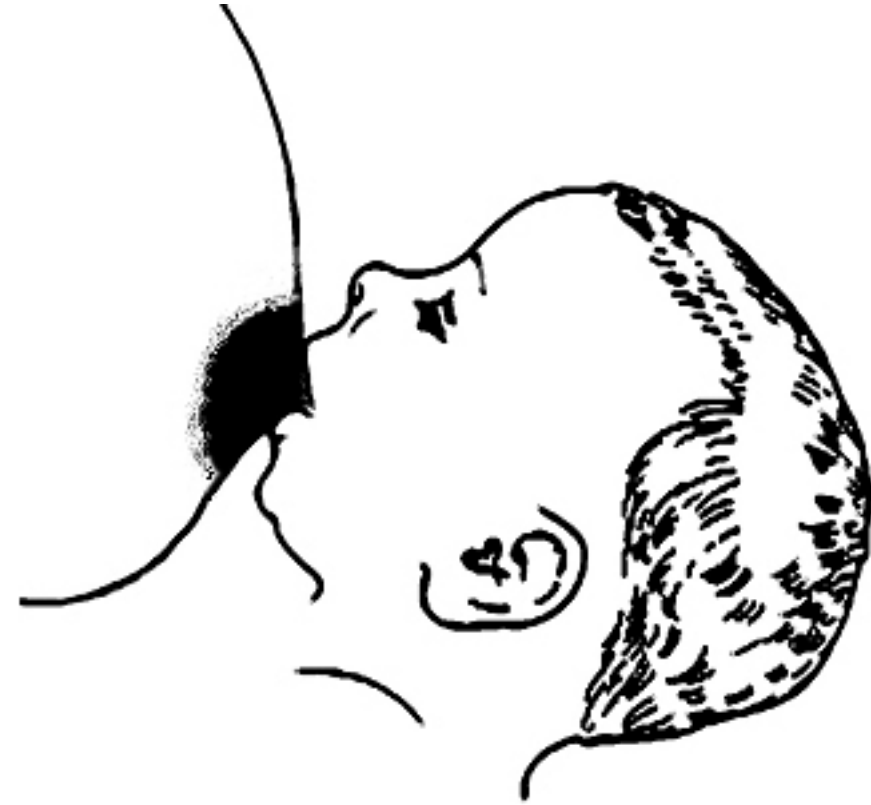
Helytelen
mellretapadás

Mit látunk?

6/4



Jó mellretapadás



Helytelen
mellretapadás

Szopás mechanizmusa

A tej eltávolítása a mellből
nem a nyelv hullámzó mozgásával,
hanem

a szájüregen belüli vákuum

létesítésével

történik.

Hatékony tejtranszfer jelei a szopás alatt

Újszülöttnél

- mély, lassú szopások, szünetekkel
- látható vagy hallható a nyelés
- szája körül tej
- fokozatosan ellazul a keze és a karja
- a csecsemő magától elengedi a mellet

Anyánál

- a mell a szopás alatt fokozatosan felpuhul
- tejcsöpögés a másik mellből
- a tejleadó reflex jelei észlelhetőek

Helyes Mellretapadás- Jelek



- A mellbimbó és bimbóudvar egy része (alul több, mint fölül) a baba szájában van
 - Száját nagyra nyitja
 - Az áll a mellnek támaszkodik, az orrnyílások szabadok
 - Az ajkak kifelé fordulnak
 - A nyelv a mellbimbó alatt van
- A babát a mell magasságában tartjuk
 - Hátról támasszuk meg a nyakat és vállat, (nem a fejet), megengedve a fej enyhe hátrahajlását

Szélesre nyitott száj

7/4



Helyes és helytelen mellretapadás



HELYES



HELYTELEN



A SZOPTATÁS ÉRTÉKELÉSE

Szoptatás értékelése

7/3



Szoptatás értékelése

7/5



©UNICEF C107-9

Szoptatás értékelése

7/6



HELYTELEN MELLREHELYEZÉS



Anya neve _____

Csecsemő neve _____

Jelek, melyek arra utalnak, hogy a szoptatás jól megy:

ÁLTALÁNOS

Anya:

- Az anya egészségesnek látszik
- Az anya ellazult és jól érzi magát
- Kötődési jelek az anya és csecsemő között

Csecsemő

- A csecsemő egészségesnek látszik
- A csecsemő nyugodt és ellazult
- A csecsemő a mellhez ér vagy „keres”, ha éhes

MELLEK

- A mellek egészségesnek látszanak
- Nincs fájdalom vagy kényelmetlen érzés
- A mellek jól vannak megtámasztva, az ujjak távol a bimbótól

A CSECSEMŐ POZÍCIÓJA

- A csecsemő feje és teste egyvonalban
- A csecsemő közel van az anya testéhez
- A csecsemőt az anya közel tartja a testéhez
- A csecsemő közelítése a mellhez: orr a bimbóhoz

MELLRETAPADÁS:

- A bimbóudvarból több látszik a felső ajak fölött
- A csecsemő a száját szélesre tátja
- Az alsó ajak kifelé fordul
- A csecsemő álla a mellhez ér

SZOPÁS

- Lassú, mély szopó mozgások szünetekkel
- Az orcák szopáskor kitöltöttek
- A csecsemő a szopás befejezésekor elengedi a mellet
- Az anya észleli a tejleadó reflex jeleit

Megjegyzések:

Dátum _____

Csecsemő életkora _____

Lehetséges nehézségek jelei:

Anya:

- Az anya depressziósnak tűnik
- Az anya feszültnek látszik és kényelmetlenül érzi magát
- Nincs anya/csecsemő szemkontaktus

Csecsemő:

- A csecsemő aluszékonynak vagy betegnek látszik
- A csecsemő nyugtalan vagy sír
- A csecsemő nem nyúl a mell felé vagy nem keres

- A mellek pirosnak, duzzadtnak vagy fájdalmasnak tűnnek
- A mell vagy a bimbó fájdalmas
- A mellet úgy támasztja meg az anya, hogy ujjai a bimbóudvaron vannak

- A csecsemő az evéshez elfordítja a fejét
- A csecsemőt nem tartja közel magához
- A csecsemőt csak a fejénél és nyakánál támasztja meg
- A csecsemő közelítése a mellhez: alsó ajak, áll a bimbóhoz

- A bimbóudvarból több látszik az alsó ajak fölött
- A csecsemő nem nyitja nagyra a száját
- Az ajak előrenéz vagy befelé fordul
- A csecsemő álla nem ér a mellhez

- Gyors felületes szopások
- Az orcák szopáskor beszívódnak
- Az anya veszi le a csecsemőt a mellről
- Az anya nem észleli a tejleadó reflex jeleit

Mit tegyünk, ha nem megfelelő a mellrehelyezés/mellretapadás

- Ne kritikus, hanem segítő tanácsot adjunk (hierarchikus helyett egyenrangú kommunikáció)
- A mellretapadás megszakítása, mielőtt a csecsemőt levesszük a mellről
- Vizsgáljuk meg az anya mellét és a csecsemő száját
- Sz.e. kézi fejéssel a mell felpuhítása
- Javasoljuk a helyes mellrehelyezést/mellretapadást, inkább az anyát irányítva, mint tevőlegesen beavatkozva

„Táncos” Kéztartás

Alkalmazási területe hypotoniás csecsemő
esetében

koraszülöttség

neurológiai károsodás

Down szindróma



„TÁNCOS” kéz tartás

10/5

Az áll megtámasztása

10/6



A Koraszülött Szoptatása

Kengurú gondozás

10/2



Dr Nils Bergman, Cape Town, South Africa

Kengurú Gondozás

Dr Nils Bergman,
Cape Town,
South Africa



A Koraszülött Mellre- helyezése

Segíthetjük a tejbevitelt,
ha a mellet tartó ujjainkat
egymás felé közelítjük,
amikor a csecsemő
szopó mozgást végez,
de láthatóan nem nyel

Használhatunk
SZOPTANIT-ot





Köszönöm

A cumisüveg alternatívái

- Pohár
- Kanál
- Szemcseppentő
- Fecskendő

Etetés pohárból

11/2



Promoting breastfeeding in health facilities:
A short course for administrators and policy makers WHO/NUT/96.3, Wellstart International

A cumisüvegből való etetés és nyugtató cumi használat káros hatásai:

- Csökkenti a mellen t öltött szopási időt
Hamarabb hagyják abba a szoptatást
A hatás nyugtató cumi esetében dóziszfüggő
- Megváltoztathatja az orális dinamikát ezért szoptatási nehézséget okoz.
- Fertőzést okozhat, otitisre hajlamosít