

A Szoptatás Világhetének 2008-as jelmondata:

Aranyat érő támogatás

Segítsünk minden anyát abban, hogy a legjobb életkezdést biztosítsa gyermekének! A szoptatással mindenki nyer!

Augusztus 1-7-ig ünnepeljük a szoptatás hetét az egész világon. Évről évre a WABA, vagyis a szoptatást támogató szervezetek szövetsége választ ki egy olyan témát a szoptatással kapcsolatban, amely köré a világhét akciói szerveződnek. Ebben az évben az olimpia jelképrendszerét vették alapul. A WABA arra buzdít, hogy az Édesanyák kapjanak meg minden segítséget ahhoz, hogy fél évig kizárólag szoptassák gyermeküket, majd megfelelő kiegészítő táplálás mellett folytassák a szoptatást két éves korig, vagy tovább, igényeiknek megfelelően.

Az olimpikonnak a sikeres versenyzéshez a család, a barátok, a közösség és a szponzorok segítségére is szüksége van. Az anyák éppen ilyen összetett segítséget igényelnek a szoptatáshoz. Az atléta és a szoptató anya egyaránt nagy kihívásokkal néz szembe. A szoptató anya esetében a valódi kihívás: megküzdeni a rossz információkkal, fenntartani a szoptatást, miközben esetleg dolgozik, megküzdeni a nehézségekkel válsághelyzetben, és legyűrni a kétségeit afelett, hogy képes-e a szoptatásra. A saját magába vetett hit, az önbizalom – a siker legfontosabb záloga az atléta és az anya esetében is.

Segítség az anyáknak: bizonyítottan működik!

A Cochrane Adatbázisban 34 vizsgálatot elemeztek, amelyek 14 országban folytak arról, mennyire hatékony a szoptató anyáknak adott segítség, akár kizárólagos, akár részleges szoptatás esetében. A tanulmány szerint mind a professzionális, mind a laikus segítség számottevően növelte a szoptatás időtartamát.

Az olimpia szimbóluma az öt különböző színű karika. Idén a szoptatás világhetén mi is öt témakörrel mutatjuk be, azt az öt módot, ahogy a társadalom a szoptató anyát segítheti. Úgy, ahogy az olimpiai karikák is átfedik egymást, úgy a témakörök is átfedik egymást, hatnak egymásra, erősítik egymást az anyára összpontosítva. A legfőbb cél, hogy bármelyik kör felé fordul is az anya, mindenhol pozitív és empatikus segítséget kapjon a szoptatáshoz.

Fontos, hogy tudják az Édesanyák, hogy ritkán, de van olyan betegség és kialakulhat olyan helyzet, hogy nem tudják szoptatni gyermeküket. Ha minden támogatást megkaptak és mindent megtettek a szoptatásért, akkor ezt el kell tudni fogadni, és a továbbiakban is ölni, testközelben etetni a csecsemőt a szakemberek iránymutatása szerint.

Az első kör: család és a közösség

A legfontosabb segítséget és támogatást az anya családja, főként a gyermek Édesapja jelenti. A támogatás a közösség esetében azt jelenti, hogy széles körben elfogadják az anya és a csecsemő egységét, és egyben bátorítják az Édesanyát arra, hogy bárhová vigye magával gyermekét, és tegyék is ezt lehetővé számára a megfelelő körülmények megteremtésével. A nőket jelentősen befolyásolja – akár pozitív, akár negatív irányba – az, hogy mit látnak, hallanak a számukra hozzáférhető médiában. Az anyát megfelelően segítő közösség képes arra, hogy ellensúlyozza azokat a hatásokat, amelyek a szoptató anyát elbizonytalanítják.

A második kör: egészségügyi ellátórendszer

Az egészségügyi dolgozók nagy tekintélynek örvendenek a társadalomban, ezért véleményformáló erejük kétségszembetűnő. Éppen ezért felelősségük is fokozott, hogy a szoptatás során jelentkező problémákról gyakorlatias, tudományosan is megalapozott információkat adjanak tovább a családoknak, s ezzel elősegítsék a hat hónapig tartó kizárólagos szoptatást, majd a szoptatás folytatását igény szerint akár két éves

korig vagy azon túl. A szoptatást támogató kezdeményezések közül a legfontosabb a Bababaráttal Kórház kezdeményezése.

"Olyan világról álmodom, amelyben minden egészségügyi dolgozó tanult a szoptatásról, és minden anya megkapja a számára szükséges segítséget."

Felicity Savage, Egyesült Királyság

A harmadik kör: a kormány és a törvényhozás

A kormányok felelősek a csecsemőtáplálással kapcsolatos objektív tájékoztatásért, ezért a mesterséges táplálásról szóló minden tájékoztatásnak tartalmaznia kell a szoptatás előnyeit és a mesterséges táplálás kockázatát és költségeit.

Az egészségügyi kormányzatnak meg kell követelnie a szoptatási ismeretekkel kapcsolatos továbbképzést az anya-csecsemő párossal kapcsolatba kerülő minden szakembertől, bővítenie kell a szoptatással kapcsolatos ismereteket az alap- közép- és felsőoktatásban.

A szoptatás állami támogatásának másik lehetséges vonulata a kapcsolódó civil szervezetek munkájának elősegítése, elismerése és pályázati rendszeren keresztül támogatása.

A negyedik kör: munkahely és foglalkoztatottság

„Minden anya dolgozó nő.” Ez a szlogen pontosan leírja az anyák helyzetét. Anyának lenni azt jelenti, hogy felelős vagyok egy gyerek gondozásáért és jólétéért. Ez energiát, figyelmet és időt emészt fel. A kizárólagosan szoptatott hat hónaposnál fiatalabb csecsemő Édesanyja naponta átlagosan 11-szer szoptat, éjjel, nappal. Maga a tejtermelés is komoly teljesítmény, a nap huszonnégy órájában folyik, amíg az anya dolgozik, pihen, vagy éppen alszik. Az az anya tudja mindezt könnyebben teljesíteni, akit kevés stressz ér. Jó, ha átmenetileg kevesebb munka várja az anyát otthon, a munkahelyén pedig időt biztosítanak számára a szoptatásra, lehetőséget a távmunkára vagy a rész munkaidős foglalkoztatásra lehetőség szerint családbarát időbeosztással.

Az ötödik kör: segítség válsághelyzetben és veszély esetén

Egy családi krízishelyzetbe került anyának (válás, börtönbüntetés, más specifikus esetekben.) szintén segítségre van szüksége. Információs anyagok vagy segítők tájékoztathatnak arról, hogy melyek a gyerekekszükségletei, mit jelent a gyereke számára a szoptatás, a természetes táplálás.

A beteg gyerekek családjai különleges figyelmet igényelnek. A legjobb az lenne, ha az anya-gyermek együttlétet a kórházi kezelés alatt is biztosítanák, a csecsemő és kisgyerek látogatását lehetővé kell tenni, ha az anya kórházban van, és segítséget kell nyújtani a fejéshez, ha az anya nem tud szoptatni.

Mindezen túl: minden, gazdasági szempontból elmaradott övezetben, szegénységben élő nőnek komoly nehézségekkel kell szembenéznie, és segítségre van szüksége. Ez a helyzet akár fejlett, akár fejlődő országban is kialakulhat.

Ahogy minden ország a legjobb sportolóit küldi az olimpiai játékokra, úgy érdemes észben tartani azt is: az egészséges sportoló csak egészséges csecsemőből cseperedhet. Nem kérdés, hogy az optimális csecsemőtáplálás az alapja az optimális növekedésnek és fejlődésnek.



A szoptatással mindenki nyer!

Készült a WABA 2008-as összeállítása alapján.

A téma iránt érdeklődők a következő elérhetőségeken kaphatnak további információkat:

www.waba.org.my

www.woldbreastfeedingweek.org

www.sztnb.hu

www.szoptatasert.hu

www.ogyei.hu

Szerkesztett anyag, fordította: Szódy Judit a WABA anyaga alapján

Szerkesztette: W. Ungváry Renáta;

Gitidiszné Gyetván Krisztina; Káplár Judit

Lektorálta: Dr. Kovács Judit neonatológus, gyermekgyógyász;

Dr. Németh Tünde gyermekgyógyász, pszichoterapeuta

Készült: A Szoptatást Támogató Nemzeti Bizottság megbízásából, az Egészségügyi Minisztérium „Közös Kincsünk a Gyermekek” Nemzeti Csecsemő- és Gyermek egészségügyi Program, az Országos Gyermek egészségügyi Intézet és az ÁNTSZ Országos Tisztifőorvosi Hivatal támogatásával

Szoptatás világhete

2008. augusztus 1-7.



Szoptatást Támogató
Nemzeti Bizottság



EüM
Egészségügyi
Minisztérium

