

MIÉRT VAN SZÜKSÉG SZOPTATÁSI TANÁCSADÓKRA ÉS KIK AZOK?

Közismert, hogy mind a hazai, mind a nemzetközi szakmai szervezetek a szoptatást tartják a csecsemő-táplálás ideális módjának, és a hat hónapos korig tartó kizárólagos szoptatást, majd pedig – megfelelő kiegészítő táplálás mellett – a szoptatás folytatását ajánlják kétéves korig vagy azon túl.

Ahhoz, hogy egy édesanya sikeres legyen a szoptatásban, az elhatározáson túl megfelelő információkra és támogatásra van szüksége, és arra, hogy nehézség esetén szakszerű segítséget kapjon.

Régebben, amikor több generáció együttélése és a csecsemők szoptatása még általános volt, a kislányok úgy nőhettek fel, hogy mindig volt a családban egy szoptató nővér vagy nagynéni, aki a felnövekvő generáció számára mintául szolgálhatott. A nagycsaládban a fiatal anyát tapasztalt nőrokonai segítették a szoptatás megtanulásában és a felmerülő gondok megoldásában.

Ma – részben a nagycsalád felbomlása, részben a szoptatás háttérbe szorulása miatt – felnőhet egy kislány úgy, hogy még soha nem látott szoptató nőt, a fiatal anya környezetéből pedig hiányoznak a tapasztalt nőrokonok. Az elmúlt évtizedek helytelen csecsemőgondozási szokásai miatt a mostani nagymamák csak ritkán tudnak helytálló tanácsokkal szolgálni, az agresszív tápszermarketing pedig arra ösztönzi a fiatal anyákat, hogy a legkisebb nehézség vagy bizonytalanság esetén a szoptatást feladva a mesterséges tápláláshoz folyamodjanak.

Mivel a laktáció kérdésköre kevés hangsúlyt kap az orvostudományban csakúgy, mint az egészségügyi szakdolgozók képzésében, az egészségügyi szakemberek számottevő része nem rendelkezik kellő elméleti és gyakorlati ismerettel ahhoz, hogy e speciális területre vonatkozó problémákat orvosolják.

Ezért van szükség olyan, a humán laktáció területén képzett szakemberekre, akik segítik az édesanyát abban, hogy a nehézségeket áthidalva a szoptatás zökkenőmentesen folytatódhassék mindaddig, amíg azt az anya és a gyermek kölcsönösen kívánják.

Az évente több ezres nagyságrendet elérő telefonos és e-mailes tanácsadás, amit a La Leche Liga tanácsadói és a laktációs szaktanácsadók nyújtanak, jól illusztrálja, hogy mekkora igény van a szoptatási tanácsadók munkájára.

A *La Leche Ligát* olyan édesanyák alkotják, akik fontosnak tartják, hogy gyermekeik a szoptatás révén is a legjobb indítást kapják az életben.

A *La Leche Ligát* 1956-ban néhány amerikai édesanya alapította, akik elszántan szoptatni szerették volna csecsemőiket, és készek voltak tapasztalataikat megosztani másokkal. Az LLL azóta nemzetközi szervezetté nőtte ki magát, és elismert szak tekintély szoptatással kapcsolatos kérdésekben. Küldetése, hogy világszerte támogassa a szoptatásban az édesanyákat, mégpedig más, tapasztalt édesanyákon keresztül, biztatással, ismeretterjesztéssel és gyakorlati segítségnyújtással. Ezenkívül célja az is, hogy felhívja a figyelmet a szoptatás rendkívüli fontosságára az anya és a gyermek testi-lelki egészsége szempontjából.

A Liga azt szeretné elérni, hogy hasznosan egészíthesse ki az orvosok és más egészségügyi dolgozók tevékenységét. Emellett egyedülállóan fontosnak tartja, hogy egyik anya a másikat tanítsa meg arra, miként érzékelje, milyen módon elégítse ki gyermeke szükségleteit.

A Ligának egyetlen sajátos célja van. Ez azonban nem akadályozza meg abban, hogy együttműködjék más, hasonló célú szervezetekkel. Gondosan elkerül azonban minden más ügyben való szövetkezést, még ha olyan érdeemesek és értelmesek is azok, továbbá nem foglal állást vallási, politikai vagy egyéb, a szoptatást nem érintő kérdésekben.

A **La Leche Liga akkreditált szoptatási tanácsadói** saját szoptatási tapasztalattal rendelkező, képzett szakemberek, akik elsősorban telefonos tanácsadással és baba-mama csoportokban segítik a hozzájuk forduló édesanyákat. Az LLL szoptatási tanácsadók legalább egy gyermeküket maguk is a Liga elvei szerint szoptatták és gondozták, így személyesen is megtapasztalták, hogyan működik a csecsemőgondozásnak ez a formája a hétköznapi életben. Ahhoz, hogy valaki LLL szoptatási tanácsadó legyen, a személyes tapasztalatokon kívül arra is szükség van, hogy tanúságot tegyen magas szintű szakmai tudásáról, megfelelő kommunikációs készségeiről, valamint arról, hogy képes a *La Leche Ligát* hitelesen képviselni.

Az akkreditációt ezért egy hosszú, sokszor évekig tartó folyamat előzi meg, amelynek során a leendő tanácsadó együtt dolgozik a képzésért felelős tanácsadóval, valamint az őt támogató csoportvezetővel annak érdekében, hogy a szakmai tudást és a gyakorlati készségeket megszerezze.

A Liga szoptatási tanácsadói önkéntes munkát végeznek, ingyen segítik a hozzájuk forduló édesanyákat. Valójában nem adnak tanácsot, csupán megosztják a rendelkezésükre álló információt az anyákkal, hogy ők jól informáltak tudják meghozni saját döntésüket.

A Liga képzett csoportvezetői mindig naprakész információval rendelkeznek, a szervezet mögött álló orvosi tanácsadó testület az adatok megbízhatóságáért felelősséget vállal. A nemzetközi szervezetről a www.llli.org oldalon, a magyarországi szervezetről a www.lll.hu oldalon található bővebb információ.

LAKTÁCIÓS SZAKTANÁCSADÓK (IBCLC)

Néhány nagy tapasztalattal rendelkező (LLL) szoptatási tanácsadó szeretett volna továbblépni, és tudását az egészségügyben kamatoztatni. Ez az igény hívta életre a laktációs szaktanácsadói képzést és vizsgát. Megalakult a *Nemzetközi Laktációs Szaktanácsadói Vizsgabizottság (International Board of Lactation Consultant Examiners - IBLCE)*, mely egy független, non-profit szervezet.

A szoptatási tanácsadók 1985 óta szerezhetik meg a *Nemzetközi Laktációs Szaktanácsadói (International Board Certified Lactation Consultant - IBCLC)* oklevelet.

A **laktációs szaktanácsadó (IBCLC)** olyan specialista, aki a szoptató anya és a szoptatott csecsemő különleges igényeit szem előtt tartva megelőzi, felismeri, illetve segít megoldani a szoptatással kapcsolatos problémákat. Az IBCLC nem helyettesíti a védőnőt, csecsemős nővért vagy a gyermekorvost, sokkal inkább együtt dolgozik velük, munkájával kiegészíti az ő munkájukat. A világ számos országában találunk szoptatási szaktanácsadókat az egészségügyben: kórházakban, klinikákon és magánpraxisban egyaránt. Eredeti végzettségüket tekintve orvosokat, nővéreket, védőnőket, szülésznőket, pszichológusokat, egészségnevelőket, szociális munkásokat és egyéb segítő-foglalkozásúakat találunk köztük. Tőlünk nyugatabbra (és bizony már keletre is) az egészségügyi intézmények szívesen alkalmazzák az IBCLC oklevéllel rendelkező szoptatási szakembereket, így ők előnyt élveznek azokkal szemben, akik mögött nem áll a tekintélyes vizsgabizottság ajánlása.

A szülészeti intézményekben évi 1000 szülésre egy IBCLC alkalmazását ajánlják.

Az IBCLC végzettség nemzetközi viszonylatban is a legmagasabb szintű képesítésnek számít a humán laktáció területén. A bizonyítványt ötévente kell megújítani, így a tudás szinten tartása, a legújabb kutatási eredmények ismerete, a folyamatos továbbképzés elengedhetetlen része a laktációs szaktanácsadói munkának.

ÖNKÉNTES SZOPTATÁSI SEGÍTŐK

Az **önkéntes szoptatási segítő** olyan, saját szoptatási tapasztalattal rendelkező anya, aki a munkahelyi vagy lakókörnyezetében, rokoni és baráti körében élő édesanyákat segíti abban, hogy sikeresen szoptassák gyermekeiket. Naprakész ismeretekkel rendelkezik a szoptatás alapvető kérdéseiről, ezért javaslatai segítenek elkerülni a nehézségeket. Felismeri a leggyakoribb szoptatási problémákat, és azokat a helyzeteket, amikor szakemberhez kell irányítani az édesanyát.

Az önkéntes szoptatási segítő **nem szoptatási tanácsadó**, de hatékonyan kiegészíti a tanácsadók és az egészségügyi dolgozók munkáját, amikor tapasztalatai, tudása és empátiás hozzáállása révén bátorítást és támogatást nyújt a szoptató családoknak.

Mivel az önkéntes segítő ott élnek az édesanyák közelében, általában nagyobb bizalommal fordulnak hozzájuk, mint egy ismeretlen tanácsadóhoz. Ők azok, akik – térbeli közelségük és ismertségük révén – szinte folyamatosan az édesanyák rendelkezésére tudnak állni, hogy támogatást nyújtsanak, és kérdéseikre választ adjanak. **Az önkéntes szoptatási segítő által nyújtott bátorítás és helyes információk kulcsfontosságúak a szoptatási nehézségek megelőzése, illetve megoldása szempontjából, ezért az önkéntes segítő rendkívül fontos szerepet játszanak abban, hogy a környezetükben élő anyák megvalósíthassák szoptatási céljaikat.**

Az önkéntes szoptatási segítők nem csupán saját tapasztalataikra támaszkodnak, hanem 80 órás képzésükön megszerzett ismereteikre is, miközben folyamatosan bővítik tudásukat.

Sajnos vannak „önjelölt” szoptatási tanácsadók is, akik könyvekben, internetes fórumokon vagy egyéb módon tanácsokat osztogatnak, általában megalapozott tudás nélkül. Az ő tevékenységük több szempontból is káros. Egyrészt csecsemők egészségével, életével játszanak, amikor nem megalapozott tudás birtokában tesznek javaslatokat, másrészt könnyen összekeverik őket a valódi szoptatási tanácsadókkal, így tevékenységük rossz fényt vet a szakmára.