

Desať bodov úspešného dojčenia



(Výňatok z Baby Friendly Hospital Initiative, Original BFHI Guidelines, developed 1992, revised, updated and expanded for integrated care, 2009, Section 1 Background and Implementation, UNICEF, WHO)

1. Nemocnica má mať písomne stanovené postupy pri dojčení, ktoré zahŕňajú 10 bodov úspešného dojčenia (BFHI) a s ktorými je oboznamovaný všetok personál.

Nemocnica má mať písomne stanovené postupy pri dojčení, zahŕňajúce všetkých desať bodov a chrániace dojčenie dodržiavaním Medzinárodného kódexu o marketingu náhrad materského mlieka. Postupy by mali zahŕňať návod ako uviesť každý z desiatich krokov do praxe.

Postupy by mali byť dostupné k nahliadnutiu každému členovi personálu, ktorý sa stará o matky a deti. Zhrnutia týchto postupov, pokrývajúce minimálne desať bodov, kódex a následné rozhodnutia zasadnutí WHA a podporu pre HIV pozitívne matky, by mali byť vyvesené vo všetkých častiach nemocnice, ktoré poskytujú starostlivosť tehotným ženám, matkám, dojčatám a deťom, vrátane čakární, pôrodných sál, poradní pre tehotné, na oddeleniach šestonedelia a v izbách oddelení šestonedelia, všade, kde je poskytovaná starostlivosť dojčatám, na novorodeneckých oddeleniach (ak sa také oddelenie v nemocnici nachádza) a jednotkách intenzívnej starostlivosti. Zhrnutia sú napísané rečou a jazykom, ktoré sú pre matky a personál najviac zrozumiteľné.

2. Všetok personál, ktorý prichádza do styku s tehotnými ženami a matkami by mal byť vyškolený, aby stanovené postupy pri dojčení uplatňoval v praxi.

Všetci členovia zdravotníckeho i nezdravotníckeho personálu, ktorí prichádzajú do kontaktu s tehotnými ženami, matkami a deťmi, majú získať dostatočnú orientáciu v postupoch, týkajúcich sa dojčenia a kŕmenia dojčiat.

3. Informovať všetky tehotné ženy o výhodách a o základných postupoch pri dojčení.

Ak je súčasťou nemocnice aj ambulancia alebo lôžkové oddelenie poskytujúca starostlivosť matkám pred pôrodom: Všetkým tehotným ženám sú poskytované informácie o dojčení spolu s tlačenými materiálmi. Musia poskytnúť informácie, ktoré pokrývajú význam dojčenia, dôležitosť okamžitého a neprerušovaného kontaktu koža na kožu, včasný začiatok dojčenia, systém 24-hodinového rooming-in, dojčenie na požiadanie, časté dojčenie, ktoré pomáha zaistiť dostatok mlieka, správna poloha a prisatie, výlučné dojčenie počas prvých 6. mesiacov, riziká podávania umelého mlieka alebo iných náhrad materského mlieka a dôležitosť dojčenia aj po prvých šiestich mesiacoch, keď už dieťa dostáva aj inú stravu.

4. Pomôcť matkám začať dojčiť do pol hodiny po pôrode.

Tento bod sa interpretuje ako:

Umiestniť bábätko v kontakte koža na kožu s matkou hneď po narodení najmenej na hodinu. Podporovať matky, aby sa naučili rozpoznať, kedy je ich dieťa pripravené dojčiť sa a v prípade potreby ponúknuť pomoc.

Matkám po vaginálnom pôrode alebo po pôrode cisárskym rezom bez použitia celkovej anestézie je bábätko položené do kontaktu koža na kožu okamžite alebo do 5 minút po pôrode a tento kontakt pokračuje bez oddelenia od matky hodinu alebo dlhšie, s výnimkou lekárskej odôvodniteľných prípadov.

Je lepšie nechať bábätko aj dlhšie ako hodinu, ak je to uskutočniteľné, pretože môže trvať dlhšie ako 60 minút, kým sa začne dojčiť.

Matky dostávajú podporu, aby sledovali signály pripravenosti bábätko na dojčenie počas tohto prvého kontaktu a je im v prípade potreby ponúknutá pomoc. Bábätko by nemalo byť nútené dojčiť sa, ale skôr mu má byť poskytnutá pomoc, keď je na dojčenie pripravené. Ak si to matka želá, personál môže matke asistovať pri umiestnení bábätko, aby sa mohlo pohybovať smerom k prsníku a prisat' sa, keď je na to pripravené.

Matkám po pôrode cisárskym rezom v celkovej anestézii je bábätko položenú v kontakte koža na kožu na hrudník, hneď ako matka reaguje a je bdelá a nasleduje ten istý postup, ako je uvedený vyššie.

Matky, ktorých bábätká si vyžadujú mimoriadnu starostlivosť, majú príležitosť mať bábätko v kontakte koža na kožu, a ak sa tak nemôže stať, personál by mal na to poskytnúť medicínske dôvody.

5. Ukázať matkám, ako majú dojčiť. Ukázať matkám, ako si majú udržať tvorbu mlieka aj v prípade, že musia byť oddelené od svojich detí.

Matkám, ktoré mali v minulosti problémy s dojčením, je venovaná mimoriadna pozornosť a podpora v období pred pôrodom i po ňom.

Členovia zdravotníckeho personálu:

- Učia matky, akú polohu zvoliť a ako prisat' bábätko pri dojčení a na dosiahnutie toho popíšu alebo predvedú správnu postup.
- Učia matky ručné odstriekavanie a popíšu alebo predvedú aj správny postup.

Matkám (vrátane matiek po cisárskom reze):

- Člen personálu ponúkne pomoc pri dojčení v priebehu 6 hodín po pôrode.
- Člen personálu ponúkne pomoc s polohou a prisávaním bábätko pri dojčení.

Tento materiál sa môže kopírovať a šíriť bez predchádzajúceho dovolenia s podmienkou, že nie je použitý v žiadnom kontexte, ktorý by porušoval Medzinárodný kódex WHO o marketingu náhrad materského mlieka (1981) v znení následných rezolúcií WHA. Ak neviete, čo to presne znamená, napíšte nám na dojcenie@mamila.sk.
Pri použití článku uveďte: Prebraté z www.mamila.sk

- Matky vedia ukázať alebo popísať správnu polohu bábätka pri dojčení.
- Matky vedia popísať znaky správneho prisatia a pitia bábätka.
- Člen personálu matkám ukáže, ako sa ručne odstriekava mlieko alebo dá o tom písomnú informáciu, a informuje matky, kde by v prípade potreby mohli dostať pomoc.

Matkám, ktorých bábätká si vyžadujú mimoriadnu starostlivosť, a dojčia ich alebo tak zamýšľajú robiť, člen personálu:

- Do 6 hodín po pôrode dieťaťa ponúkne pomoc pri tom, aby si začali odstriekavať mlieko a aby si udržali tvorbu mlieka.
- Ukáže, ako sa ručne odstriekava mlieko.
- Povie, že je potrebné dojčiť alebo odstriekavať si mlieko 8 alebo viackrát za 24 hodín, aby si udržali tvorbu mlieka.

6. Dojčení novorodenci by nemali byť dokrmovaní, iba ak je na to lekársky dôvod.

Novorodenci sú výlučne dojčení alebo výlučne kŕmení materským mliekom od pôrodu po prepustenie alebo ak nie, sú pre to lekárske ospravedlniteľné dôvody.

Klinické protokoly a normy, súvisiace s dojčením a kŕmením dojčiat, používané v nemocnici sú v súlade s normami BFHI a platnými smernicami, založenými na dôkazoch. Matkám nie sú distribuované žiadne materiály, ktoré odporúčajú kŕmenie náhradami materského mlieka, kŕmenie podľa režimu alebo iné nevhodné postupy.

Dieťa dostáva iba materské mlieko alebo odstriekané materské mlieko alebo darcovské ženské mlieko z banky, alebo ak dostane iný dokrm, musí byť na to prijateľný lekársky dôvod.

7. Praktizovať systém rooming-in – umožniť matkám a deťom zostať spolu – 24 hodín denne.

Dieťa je s matkou na jednej izbe, spolu s matkou v posteli, bez oddelenia alebo ak nie je, musí byť pre to ospravedlniteľný dôvod.

8. Podporovať dojčenie na požiadanie.

Člen personálu:

- Učí matky, ako majú rozpoznať, že ich dieťa je hladné, a matky vedia popísať najmenej dva signály pripravenosti na dojčenie.
- Poskytne matkám radu, aby dojčili svoje dieťa tak často a tak dlho, ako dieťa chce.

9. Nedávať dojčným deťom žiadne cumlíky, fľaše, klobúčiky.

Na oddeleniach/izbách šestonedelia a na novorodeneckých oddeleniach (v priestoroch, kde sú fyziologickí novorodenci) sa deťom nedáva fľaša s cumlíkom, klobúčik ani cumlík, ak áno, matka je informovaná o ich rizikách.

10. Podporovať zakladanie podporných skupín dojčenia a zabezpečiť, aby matky boli pred prepustením z nemocnice o nich informované.

Matky pred prepustením z nemocnice dostávajú informáciu o tom, kde v prípade potreby môžu dostať podporu a pomoc s dojčením svojho dieťaťa po návrate domov a dostávajú o tom tlačene informácie (môžu dostať pomoc z nemocnice alebo kontaktovať podporné skupiny, laktačné poradkyne alebo iné miestne zdravotnícke služby).

Nemocnica podporuje založenie a koordinuje podporné skupiny matiek a iné miestne služby, ktoré poskytujú podporu matkám pri dojčení dieťaťa. Personál povzbudzuje matky, aby ich a ich deti prezrela krátko po prepustení (najlepšie 2-4 dni po pôrode a v druhom týždni znova) v nemocnici alebo v mieste ich bydliska osoba skúsená v podpore dojčenia, ktorá vie zhodnotiť dojčenie a poskytnúť akúkoľvek potrebnú pomoc.