

Tehotenstvo je obdobím, v ktorom je možné informovať ženy o dôležitosti dojčenia. Vzdelávanie v oblasti dojčenia nám poskytujú informácie o jeho dôležitosti.

Psychoprofylaktická príprava:

V pravidelných mesačných intervaloch realizuje novorodenecký úsek v spolupráci s gyn.-pôr. oddelením psychoprofylaktickú prípravu mamičiek, ktorej súčasťou je nácvik dýchania, nácvik masáže, získavanie vedomosti o tehotenstve, o pôrode, pôrodných dobách, o spolupráci pri pôrode, o zmiernení pôrodných bolestí, o odbere pupečníkovej krvi, o starostlivosti o seba a dieťa po pôrode, o význame okamžitého a neprerušovaného kontaktu matky a dieťaťa „koža na kožu“, o význame včasného začatia s dojčením, o dôležitosti „rooming – in“, o základoch správneho priloženia a prisatia, o rozpoznaní signálov hladu, o protokoloch pre dokrmovanie, o možných problémoch pri dojčení a ich riešenie. Informácie sú poskytované ústnou formou prostredníctvom kurzov pre tehotné ženy. Súčasťou je exkurzia pôrodnej sály, oddelenia šestonedelia a novorodeneckého úseku.

Bonding:

Včasný a neprerušovaný kontakt koža na kožu medzi matkou a dieťaťom umožňujeme a podporujeme čo najskôr po pôrode. Ak pôrod prebehne prirodzene a dovoľuje to zdravotný stav matky a dieťaťa, dieťa priložíme už na pôrodnej sále hneď po narodení na telo matky (skin-to skin). Túto metódu nazývame „bonding“ a spočíva v kontakte dieťaťa s matkou koža na kožu počas dostatočne dlhej doby, najlepšie aspoň v priebehu prvej hodiny.

Bonding je prvým predpokladom úspešného rozvoja laktácie dojčenia a je jedným z faktorom, ktoré napomáhajú pri začatí dojčenia tým, že dieťa dokáže nájsť matkin prsník a samo sa rozhodnúť, kedy sa prisaje. Hovoríme o samoprisatí alebo tzv. priplazení sa dieťaťa k prsníku. Samoprisatie je spôsob, ako začať s dojčením tým najprirodzenejším spôsobom. Podpora bondingu po pôrode, ktorého vyvrcholením je prvé nadojčenie dieťaťa, je najlepším východiskom pre úspešné dojčenie, najlepší spôsob, ako stabilizovať dýchanie novorodencov, zvýšiť hladinu glukózy v krvi a eliminovať plač. Mamička získa tak krásnu príležitosť začať spoznávať svoje dieťa a porozumieť mu ihneď po narodení. Okamžitý kontakt matky a dieťaťa koža na kožu a začiatok dojčenia realizujeme aj po cisárskom reze v lokálnej anestézii, je zabezpečený podrobným dohľadom a pozorovaním zdravotníckych pracovníkov.

Rooming - in:

Po stabilizácii dieťaťa a matky a pokiaľ tomu neprekážajú zdravotné problémy dieťaťa a matky je im na oddelení šestonedelia umožnený 24 hodinový kontakt tzv. „rooming-in“. Ten zabezpečuje, že je matka počas celého dňa aj noci v nepretržitom kontakte so svojim dieťaťom na jednej izbe až do prepustenia z nemocnice. Rooming - in je nevyhnutný na podporu dojčenia. Umožňuje matkám dojčenie detí podľa ich individuálnych potrieb a učí ich rozpoznávať a reagovať na potreby svojich detí.



Stratégia dojčenia

Príručka pre pacientov

Ľubovnianska nemocnica, n.o.

**Pomáhame pri návrate
Vášho zdravia**

www.lubovnianskanemocnica.sk



**Obrancov mieru č. 3
064 01 Stará Ľubovňa
tel.: +00421 52 43 17 111
fax.: +00421 52 43 21 367**

Otočte prosím

Podpora dojčenia:

Počas celého pobytu v nemocnici k podpore dojčenia prispieva vyškolený personál. Ten poskytuje matkám všetky dôležité informácie, edukuje ich o dojčení, ako začať správne dojčiť, čo robiť v priebehu prvej hodiny po pôrode, pomáha matke pri priložení a prisatí dieťaťa k prsníku, ako dosiahnuť čo najdlhšie udržanie laktácie počas celého pobytu, ako pomôcť matke pri odstriekaní mlieka, ako pomôcť matke pri kŕmení dieťaťa laktačnou pomôckou, ako pomôcť matke, ktorej dieťa odmieta prsník, ktorá má ploché bradavky, ktorá má bolestivé alebo popraskané bradavky. Učí, ako pomôcť matke s dojčením dieťaťa s nízkou pôrodnou hmotnosťou alebo s dojčením chorého dieťaťa. Podporuje a preferuje dojčenie v snahe eliminovať jeho umelé náhrady. Počas celého pobytu v nemocnici je mamičkám poskytovaná praktická podpora, aby boli schopné začať aj pokračovať s dojčením, ako aj zvládnuť bežné problémy pri dojčení. Všetkým matkám sa venuje individuálna pozornosť. Matky sú sestrami vedené o inštruktáži v oblasti správneho priloženia a prisatia k prsníku, význame dojčenia na požiadanie, manažmentu naliatych, bolestivých a popraskaných bradaviek. Zvýšená pozornosť sa venuje matkám prvorodičkám, matkám, ktoré nedojčili, matkám po cisárskom reze, matkám, ktoré mali v minulosti negatívne skúsenosti s dojčením.

Pokiaľ ide o zdravé a donosené dieťa, obyčajne nepotrebuje nijakú potravu okrem materského mlieka, pretože v prvých dňoch po pôrode sa výrazne zasahuje do tvorby materského mlieka. Neobmedzené dojčenie je základom tvorby materského mlieka a zabraňuje vzniku mnohých ťažkostí.

To znamená, že umožňujeme dojčenie dieťaťa kedykoľvek, kedy prejaví známky hladu vo dne i v noci. Každé dieťa má svoje individuálne potreby dojčenia. Niektoré treba kŕmiť 10 - 15 krát, iné 6 - 8 krát za 24 hodín. Dieťa sa nemôže prekŕmiť materským mliekom. Môže piť tak dlho a tak často ako si to želá. Nepreferuje sa pridávanie akýchkoľvek tekutín pred, po alebo medzi dojčením, pretože to má za následok, že dieťa odsaje z prsníka menej mlieka, v dôsledku čoho sa zníži aj stimulácia jeho tvorby. Len pri veľmi malom počte zdravotných stavov dieťaťa alebo matky nie je výživa materským mliekom možná. Vtedy sa vyžaduje používanie náhrad materského mlieka. Každá náhrada materského mlieka, každé dokrmovanie musí byť lekárske indikované a uvedené v zdravotnej dokumentácii. Ak je matka oddelená nedobrovoľne od dieťaťa na základe zlého zdravotného stavu alebo stavu dieťaťa (preklad na iné pracovisko) alebo pri neúspešnom pokuse o dojčenie, je potrebné materské mlieko odstriekavať. Matky sú inštruované, ako si majú mlieko odstriekavať s cieľom zachovať laktáciu. Odsávať môžu ručne alebo pumpou – odsávačkou. Mlieko je potrebné odstriekavať 8 krát denne po 20 minút.

Neuprednostňujeme žiadne doplnky stravy podávané z fľaše, ani cumle, pretože to negatívne ovplyvní proces dojčenia. Neexistuje fľaša, ktorá by bola vernou kópiou prsníka. Žiadna fľaša nepomáha pri dojčení, žiaden cumel' na fľaši sa nepodobá bradavke a žiadna dierka na cumli neposkytuje podobný tok mlieka ako z bradavky. Žiadne satie cumľá na fľaši nepripomína pitie z prsníka, pretože dieťa používa pri pití z prsníka iné svaly ako pri pití z fľaše. Potom môže byť dieťa zmätené, odmieta prsník, prípadne sa na prsník prisaje nesprávnym spôsobom, v dôsledku toho klesá tvorba mlieka.

Ak dieťa saje z prsníka, kde dostane málo mlieka, ktoré tečie pomaly a zrazu sa objaví fľaša, z ktorej tečie rýchlo, väčšinou si dosť rýchlo uvedomí, čo je výhodnejšie. Čím lepšie je dieťa prisaté k prsníku, tým ľahšie získa mlieko. Ak sa prisaje nesprávne, nie je schopné sať mlieko z prsníka dostatočne efektívne a keď sa tok mlieka spomalí, môže zaspáť alebo sa od prsníka odtrhnúť. Preto, dieťa ktorému podáme fľašu, môže odmietať piť z prsníka, pretože mu mliečko netečie rovnomerne. Ak došlo k situácii, že materského mlieka nie je dostatok, alebo je lekárske indikovaná výživa odstriekaným materským mliekom alebo inou potravou, odporúčame, aby sa v období prvých dní až týždňov mlieko nepodávalo z fľaše, cez cumel' ale pomocou laktačných pomôcok ako sú suplementor, pohárik, alebo striekačka. Predídeme tým narušeniu správnej techniky prisatia dieťaťa k prsníku. Najlepší spôsob dokrmovania dieťaťa je cievkou tzv. suplementorom, priamo na prsníku, pretože takýmto spôsobom je dieťa stále na prsníku, prsník neodmieta, získava aj počas dokrmovania mlieko z prsníka a dieťa saním a pitím na prsníku stimuluje tvorbu mlieka. Táto pomôcka pozostáva z nádoby s pokrmom – väčšinou dojčenská fľaša s rozšírenou dierkou v cumli a z dlhej tenkej hadičky vyúsťujúcej z nádoby. 8. Aby matky mohli pokračovať v dojčení aj po prepustení z nemocnice, potrebujú neustálu podporu. Aj keď počas pobytu v nemocnici matka získa základné zručnosti potrebné pri dojčení je potrebná následná starostlivosť o matku a dieťa. Tú v plnom rozsahu preberá detský lekár, ktorý má dieťa v svojej starostlivosti.

Sme tu pre Vás. Vaša nemocnica