

## **ΠΩΣ ΜΠΟΡΩ ΝΑ ΞΕΡΩ ΑΝ Ο ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ ΜΟΥ ΕΙΝΑΙ ΦΙΛΙΚΟΣ ΜΕ ΤΟ ΘΗΛΑΣΜΟ;**

Οι μητέρες που θηλάζουν, εκτός από τις ομάδες υποστήριξης του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδος, συχνά χρειάζονται την υποστηρικτική στάση ενός παιδίατρου φιλικού προς το θηλασμό. Ο δόκτωρ Τζακ Νιούμαν, Καναδός παιδίατρος με εξειδίκευση σε θέματα μητρικού θηλασμού, συμβουλεύει τις μητέρες:

**Όταν επισκέπτεστε τον γιατρό σας, κοιτάξτε γύρω σας για στοιχεία ότι το περιβάλλον είναι «φιλικό προς τα βρέφη»:**

- Βλέπετε φωτογραφίες με θηλάζουσες μητέρες και ενημερωτικό υλικό για τις συναντήσεις του Συνδέσμου Θηλασμού; Ή μήπως υπάρχει διαφημιστικό υλικό από εταιρίες βιομηχανοποιημένου βρεφικού γάλακτος (αφίσες, στυλό, σημειωματάρια, δωρεάν δείγματα);
- Υπάρχουν άλλες μητέρες που θηλάζουν στην αίθουσα αναμονής;
- Σας προσφέρουν πληροφορίες για το θηλασμό, στοιχεία ειδικευμένων επαγγελματιών θηλασμού και προγράμματα για τις συναντήσεις του Συνδέσμου Θηλασμού;
- Σας προσφέρουν φυλλάδια ή βίντεο με θέμα το θηλασμό ή μήπως σας δίνουν δωρεάν δείγματα βιομηχανοποιημένου βρεφικού γάλακτος;
- Συζητάτε με το γιατρό σας για το πώς μπορείτε να κάνετε μια καλή αρχή με το θηλασμό και πώς μπορείτε να συνεχίσετε με επιτυχία; Σας προσφέρουν πληροφορίες για αξιόπιστα βιβλία για το θηλασμό;

**Προσέξτε τις ενδείξεις ότι ένας γιατρός δεν είναι φιλικός με το θηλασμό:**

- Σας δίνει δείγματα βιομηχανοποιημένου βρεφικού γάλακτος ή έντυπα μιας ή περισσότερων εταιριών ενόσω είστε ακόμη έγκυος ή μόλις γεννήσετε;
- Σας συστήνει μια συγκεκριμένη μάρκα βιομηχανοποιημένου βρεφικού γάλακτος ως την καλύτερη;
- Σας λέει ότι ο θηλασμός και το τάισμα με βιομηχανοποιημένο βρεφικό γάλα είναι σχεδόν το ίδιο;
- Σας λέει ότι δεν είναι απαραίτητο να θηλάσετε αμέσως μετά τον τοκετό, που θα είστε κουρασμένη γιατί τότε έτσι κι αλλιώς τα μωρά δεν δείχνουν μεγάλο ενδιαφέρον;
- Σας λέει ότι η «σύγχυση θηλών» δεν είναι κάτι πραγματικό και ότι είναι καλό να ξεκινήσετε νωρίς να ταιΐζετε το μωρό με μπουκάλι ώστε να συνηθίσει τις τεχνητές θηλές;
- Σας προτρέπει να διακόψετε το θηλασμό όταν είστε άρρωστη ή το μωρό σας είναι άρρωστο, όταν χρειάζεστε φάρμακα ή ιατρικές εξετάσεις;
- Δείχνει έκπληξη όταν μαθαίνει ότι το έξι μηνών μωρό σας θηλάζει ακόμα;
- Σας λέει ότι μετά από μια συγκεκριμένη ηλικία του μωρού (έξι μηνών, δώδεκα μηνών, οποτεδήποτε) το μητρικό γάλα δεν έχει πια αξία;
- Σας λέει ότι δεν πρέπει να επιτρέπεται στο μωρό σας να αποκοιμείται στο στήθος;
- Σας προτρέπει να αφήσετε το νοσηλευόμενο μωρό σας μόνο του στο νοσοκομείο προκειμένου να γυρίσετε στο σπίτι σας να ξεκουραστείτε;

Αν η απάντηση είναι θετική για κάποιο απ' αυτά τα πεδία, αναζητήστε περισσότερες πληροφορίες. Ζητήστε μια δεύτερη γνώμη και αναζητήστε έναν επαγγελματία εξειδικευμένο στο θηλασμό.

(πηγή: Dr Jack Newman handout #18, [www.breastfeedingonline.com](http://www.breastfeedingonline.com) )

### **Jack Newman - Βιογραφικό**

Ο Jack Newman αποφοίτησε από το Πανεπιστήμιο της Ιατρικής Σχολής του Τορόντο σαν παιδίατρος το 1970. Ξεκίνησε την πρώτη κλινική θηλασμού στον Καναδά το 1984 στο Νοσοκομείο Παιδών του Τορόντο. Ήταν σύμβουλος της UNICEF σχετικά με το ξεκίνημα του Φιλικού στα Βρέφη Νοσοκομείου (Baby Friendly Hospital) στην Αφρική και σε αρκετά ιατρικά περιοδικά. Ο Δρ. Νιούμαν έχει εργαστεί σαν γιατρός στον Καναδά, στη Νέα Ζηλανδία και στη Νότια Αφρική.