



Ρωτάτε - απαντάμε

Υπεύθυνη στήλης: Κατερίνα Μιχαηλίδου, Σύμβουλος Θηλασμού, Ομάδα Νοτιοδυτικής Αττικής, Πιστοποιημένη Σύμβουλος Μητρικού Θηλασμού και Γαλουχίας IBCLC, katerinamich@gmail.com

ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΑ φιλικά προς τα βρέφη



Ερώτηση: Πως μπορώ να ξέρω αν το νοσοκομείο όπου πρόκειται να γεννήσω προσφέρει υποστήριξη στο θηλασμό; Υπάρχουν κάποιες προδιαγραφές, και ποιες είναι αυτές;

Απάντηση: Θα συμφωνήσετε μαζί μου ότι κάθε γυναίκα που ετοιμάζεται να γεννήσει το μωρό της έχει ανάγκη, σε αυτήν την σημαντική στιγμή της ζωής της, να αισθάνεται ασφαλές και υποστηρικτικό το περιβάλλον ώστε να βοηθηθεί όχι μόνο κατά τον τοκετό, αλλά και στην ολοκλήρωση της φυσικής συνέχειας του κύκλου σύλληψη-εγκυμοσύνη-τοκετός-θηλασμός. Στα ελληνικά μαιευτήρια η ενημέρωση και η υποστήριξη για το θηλασμό ήταν μέχρι πρόσφατα μάλλον πλημμελής. Όμως είναι γεγο-

νός ότι τα τελευταία χρόνια γίνονται κάποιες αλλαγές: ακούμε πολύ πιο συχνά ότι τα μαιευτήρια (ιδιωτικά ή δημόσια) δηλώνουν ότι είναι Φιλικά Προς τα Βρέφη και τον Μητρικό Θηλασμό, διοργανώνουν σεμινάρια προς ενημέρωση των μπτέρων, δημοσιεύουν έντυπο υλικό κ.ο.κ.

Είναι όμως αυτό αρκετό; Τηρούν τις αναγκαίες προϋποθέσεις για να θεωρηθεί ότι πράγματι υποστηρίζουν το μητρικό θηλασμό, και ότι είναι όντως «φιλικά προς τα βρέφη;»

Πριν από αρκετά χρόνια συστάθηκε η πρωτοβουλία «Νοσοκομείο Φιλικό Προς τα Βρέφη» (Baby-Friendly Initiative), με σκοπό να υπάρχει ένα περιβάλλον που να ικανοποιεί τη βα-

σική ανάγκη του μωρού να είναι μαζί με τη μητέρα του, και να υποστηρίζεται ο μητρικός θηλασμός.

Ας δούμε τα σχετικά στοιχεία: τι ακριβώς είναι αυτός ο θεσμός, πότε και πως ξεκίνησε, και εάν υπάρχει κάποιο φιλικό προς τα βρέφη μαιευτήριο στην χώρα μας.

Η Πρωτοβουλία «Νοσοκομεία Φιλικά προς τα Βρέφη»

Στη Συνάντηση Κορυφής για το Παιδί του 1990, οι εκπρόσωποι όλων των κρατών του κόσμου δεσμεύτηκαν να δραστηριοποιηθούν ενάντια στην τάση να αποφεύγεται ο μητρικός θηλασμός και να υποκαθίσταται από βρεφικό γάλα του εμπορίου. Αναγνωρίζοντας την αξία του μητρικού θηλασμού, η UNICEF και ο Παγκό-



σμιος Οργανισμός Υγείας καθιέρωσαν την πρωτοβουλία **Νοσοκομεία Φιλικά προς τα Βρέφη**.

Η UNICEF και η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας έχουν ορίσει δέκα προϋποθέσεις για να θεωρηθεί ένα Νοσοκομείο «Φιλικό προς τα Βρέφη»:

1. Ύπαρξη γραπτής πολιτικής για το θηλασμό και τακτική ενημέρωση του προσωπικού υγείας
2. Εκπαίδευση όλου του προσωπικού υγείας στις απαραίτητες δεξιότητες για την εφαρμογή αυτής της πολιτικής.
3. Πληροφόρηση όλων των εγκύων για τα οφέλη και το χειρισμό του θηλασμού.
4. Παροχή βοήθειας προς τις μητέρες για να ξεκινήσουν το θηλασμό μισή ώρα μετά τη γέννηση.
5. Επίδειξη στις μητέρες για το πώς να θηλάζουν και πώς να διατηρηθεί η διατροφή των βρεφών με μητρικό γάλα ακόμη κι αν θα έπρεπε να αποχωρισθούν τη μητέρα τους.
6. Να μη δίνεται στα νεογέννητα καμιά άλλη τροφή ή υγρό παρά μόνο μητρικό γάλα, εκτός κι αν επιβάλλεται να γίνει διαφορετικά για ιατρικούς λόγους.
7. Διευκόλυνση της πρακτικής «rooming in», δηλαδή να επιτρέπεται να παραμένει η μητέρα μαζί με το μωρό της 24 ώρες την ημέρα.
8. Ενθάρρυνση του θηλασμού όταν το μωρό το αποζητά.
9. Όχι πιπίλες ή άλλα αντικείμενα για το στόμα όταν το μωρό θηλάζει.
10. Ενδυνάμωση και δημιουργία ομάδων υποστήριξης του θηλασμού στις οποίες θα απευθύνονται οι μητέρες όταν φεύγουν από το νοσοκομείο ή την κλινική.

Από το 1991 που ξεκίνησε η πρωτοβουλία αυτή, περισσότερα από 20.000 νοσοκομεία σε 152 χώρες σε όλο τον κόσμο έχουν χαρακτηριστεί ως «Νοσοκομεία Φιλικά προς τα Βρέφη».

Στην Ελλάδα ακόμα δεν υπάρχει κανένα τέτοιο νοσοκομείο. Ωστόσο έχουν γίνει προσπάθειες προς αυτή την κατεύθυνση: πχ τα μαιευτήρια *Αττικόν, Λητώ, Έλενα* έχουν εφαρμόσει ορισμένα από αυτά τα βήματα, σε μερικά περιφερειακά νοσοκομεία το μωρό παραμένει μαζί με τη μητέρα σχεδόν όλο το 24ωρο, κάποια διανέμουν τα προγράμματα του Συνδέσμου Θηλασμού, και το Κέντρο Φυσικού Τοκετού της *Ευτοκίας* στο μαιευτήριο *Νίκη* εφαρμόζει και τα δέκα βήματα. Βέβαια στα περισσότερα μεγάλα ιδιωτικά μαιευτήρια δεν ενθαρρύνεται πρακτικά ο θηλασμός και το μωρό πηγαίνει στη μητέρα βάσει προγράμματος.

Υπάρχει κάτι που μπορούν να κάνουν οι μητέρες στην περίπτωση που το μαιευτήριο δεν είναι χαρακτηρισμένο «φιλικό προς τα βρέφη»;

Η μέλλουσα μητέρα μπορεί να ρωτήσει αν το νοσοκομείο τηρεί αυτές τις προϋποθέσεις. Αν δεν το κάνει, μπορεί με δική της πρωτοβουλία, να απαιτήσει αποκλειστικό θηλασμό, συγκατοίκηση (rooming-in) με το μωρό, να το θηλάζει όταν το ζητά, να μην του δίνει συμπλήρωμα εκτός αν υπάρχει συγκεκριμένος ιατρικός λόγος, και να αποφύγει πλήρως την πιπίλα τις πρώτες μέρες της ζωής του μωρού.

Μπορεί επίσης να ενημερωθεί για το θηλασμό κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης πηγαίνοντας στις συναντήσεις του Συνδέσμου Θηλασμού, και να συνεχίσει να επικοινωνεί με τις Συμβούλους και μετά τη γέννα, ακόμη και αν το νοσοκομείο δεν παραπέμπει στην οργάνωση της La Leche League-Σύνδεσμος Θηλασμού!

