

A bababarát kórházban alkalmazott eljárások és hatásai

1. A bababarát kórház írásos szoptatási irányelvekkel rendelkezik, amelyeket rendszeresen ismertetnek az egészségügyi dolgozókkal.

A kórházi gyakorlat következetes és hosszútávú javulása akkor érhető el, ha megfelelő és konkrét – lehetőség szerint rutinszerűen ellenőrzött, állandó követelményként megfogalmazott – irányelvek érvényesülnek az intézményen belül. Számos tanulmány bizonyítja az erős, határozott irányelvek előnyeit az intézkedések hatékonyságának növelésében. A kórházi irányvonalak megváltoztatása és az oktatás hatékonyan növelik a szoptatás megkezdését és a szoptatási időszak hosszát.

2. A bababarát kórházban minden egészségügyi dolgozó megfelelő gyakorlati felkészítést kap az irányelvek alkalmazásához.

Mivel a laktáció és szoptatás témaköre gyakorlatilag teljesen kimaradt az egészségügyi dolgozók – orvosok, szülésznők, csecsemőnővérek, védőnők – képzéséből, az egészségügyi személyzetnek oktatásban kell részesülnie, hogy az irányelveket alkalmazni, és a szoptató anyákat hatékonyan támogatni tudja.

Az ismeretek növelése mellett a gyakorlati készségek javítása is szükséges, különben a megszerzett ismereteket a dolgozók nem tudják alkalmazni. Ugyancsak szükség van azoknak a magatartásformáknak, hozzáállásnak a megváltoztatására, amelyek akadályát képezik a szoptatás hatékony előmozdításának.

A továbbképzés nyomán a dolgozók jobban megértik a laktáció élettanát és az egyes lépések jelentőségét, hatékonyabban tudják a szoptatást elősegíteni és támogatni, valamint a felmerülő problémákat orvosolni. Az egészségügyi dolgozók nem közölnek ellentmondásos információkat az anyával, így nő az önbizalma.

Az oktatás hatékonyságát felmérő tanulmányok szerint az egészségügyi személyzet szoptatással kapcsolatos továbbképzésének hatására egyértelműen nőtt a szoptatás megkezdésének aránya és a szoptatási időszak hossza.

3. A bababarát kórházban minden várandós anya tájékoztatást kap a szoptatás jelenségéről és módjáról.

Ezért az anya

- a szoptatás mellett elkötelezetten megy szülni
- tisztában van a szoptatással kapcsolatos alapismeretekkel, ezért magabiztosabb
- felkészült arra, hogy melyek a leggyakoribb nehézségek és hogyan lehet azokat elkerülni ill. megoldani

4. A szülés utáni azonnali bőrkontaktus

- segíti az anya és gyermeke közötti kötődést
- segíti a szoptatás korai megkezdését, ami
 - ✓ lehetővé teszi, hogy az újszülött hozzájusson a kolosztrumhoz
 - ✓ csökkenti a fertőzésveszélyt
 - ✓ gyorsabb tejmenyiség növekedést eredményez
 - ✓ csökkenti a pótlás valószínűségét
 - ✓ segíti a szoptatás megalapozását
- lehetővé teszi, hogy az újszülött jó pozícióban és technikával kezdje meg a szopást, ami
 - ✓ segíti, hogy az újszülött hatékonyan szopjon
 - ✓ csökkenti a bimbósebesedés kialakulásának esélyét

5. A bababarát kórházban az anyának megmutatják, hogyan kell szoptatni és a tejtermelést fenntartani akkor is, ha valamilyen okból el van különítve újszülöttjétől.

Ezért

- az anya megtanulja, hogyan helyezze úgy mellre gyermekét, hogy hatékonyan szopjon, és ne sebesítse ki az emlőbimbót
- tudja, hogy hogyan viselkedik egy átlagos újszülött, honnan tudhatja, hogy gyermeke eleget szopik-e és hogy mi a szoptatás normális menete
- ha az újszülött állapota miatt nem tud szopni, az anya tudja, hogyan kell fejnie ahhoz, hogy a tejtermelés fennmaradjon ill. hogyan lehet úgy táplálni a kisbabát, hogy jó szopáskészségét megőrizze

6. A bababarát kórházban az újszülöttnak csak akkor adnak az anyatejen kívül más ételt vagy italt, ha az orvosilag indokolt.

A (nem bababarát) gyermekágyas osztályokon teljesen általános gyakorlat az újszülöttek tápszerrel, cukros vízzel vagy tiszta vízzel való itatása vagy az első szoptatás előtt vagy a szoptatás mellett.

A kiegészítések adása

- fokozza a fertőzés kockázatát,
- ha cumisüvegből kapja az újszülött, rontja a szopási technikát,
- csökkenti a szoptatások gyakoriságát,
 - ✓ és ezáltal csökkenti az emlőt érő ingereket valamint a kiürített tej mennyiségét,
 - ✓ ez az első napokban az emlők túltelítődéséhez,
 - ✓ a későbbiekben pedig csökkent tejtermeléshez vezet.

Ezért ez a gyakorlat összességében mind a kizárólagos, mind a részleges szoptatás időtartamát csökkenti.

A tanulmányok eredményei azt mutatják, hogy amikor az újszülöttek orvosi indikációval kaptak kiegészítést, a szoptatás időtartama hasonló volt azokhoz a csecsemőkéhez, akik nem kaptak pótlást. A kutatók szerint ennek az lehet a magyarázata, hogy a szigorúan orvosi indikációval adott pótlás nem zavarja meg az anya–gyermek kölcsönhatást és az édesanya önbizalmát úgy, mint abban az esetben, amikor a csecsemő „elégtelen tejmennyiség” vagy „nyűgösség” miatt kap kiegészítést.

Mindezek miatt a kiegészítések valóban indokolt esetekre való korlátozása növeli a kizárólagos és részleges szoptatás időtartamát.

7. A bababarát kórházban általános 24 órás rooming-in hatására

- az anya hamarabb kerül kapcsolatba a gyermekével, több időt tölt vele és gyakrabban szoptatja
- erősödik az anya és gyermeke közötti kötődés
- az anya megismeri a csecsemő jelzéseit
- az anya azonnal tud reagálni a csecsemő jelzéseire, így
 - ✓ lehetőség nyílik az igény szerinti szoptatásra
- a tejtermelés hamarabb beindul
- csökken annak az esélye, hogy az újszülött pótlást kap
- az anya magabiztosabbá válik abban, hogy el tudja látni a csecsemőjét
- az anya nagyobb valószínűséggel folytatja otthonában is a kizárólagos, igény szerinti szoptatást

8. A bababarát kórházban arra ösztönzik az anyát, hogy a csecsemő igénye szerint szoptasson.

Az igény szerinti – más néven: „korlátozásmentes” vagy „a csecsemő által irányított” – szoptatás:

- növeli a tejmennyiséget
- csökkenti az újszülött súlyesésének mértékét
- a csecsemő gyorsabb súlygyarapodásához vezet
- csökkenti a hyperbilirubinaemia valószínűségét és mértékét
- csökkenti a túltelítődést és a mellgyulladás valószínűségét
- csökkenti az elégtelen tejtermelés valószínűségét
- növeli a kizárólagos és a részleges szoptatás hosszát

9. A bababarát kórházban a szoptatott csecsemőknek nem adnak cumisüveget és cumit.

Ennek jelentősége akkor mérhető fel, ha számbavesszük, hogy milyen hatásai vannak a cuminak a szoptatásra:

- megváltoztatja az orális dinamikát
 - ✓ ez sok esetben súlyos szoptatási problémákhoz – pl. sebesedéshez, nem hatékony szopáshoz, szopási sztrájkhoz – vezet
- akadályozza a csecsemőt a szopás megtanulásában
- csökkenti a mellen töltött időt
 - ✓ ezáltal csökkenti a tejmennyiséget

Mivel a pótlást gyakran cumisüvegből kapják a csecsemők, a cumisüveg-használat hatását nehéz elválasztani a cumisüveg tartalmának hatásától, ami a csecsemő gyomrát megtölti, és ezáltal szopási kedvét csökkenti. Mindazonáltal a nyugtatócumi használatának is jól kimutatható negatív hatásai vannak a szoptatásra. Az elvégzett tanulmányok szerint az egyhónapos korban cumit nem használó csecsemőknek négyszer akkora esélyük van arra, hogy még hat hónapos korukban is szopni fognak, mint az egész nap cumizóknak.

10. Támogatják a szoptatást segítő anyacsoportok létrehozását és az egészségügyi intézményekből távozó anyákat ezekhez irányítják.

Az elvégzett tanulmányok szerint a szoptatós baba-mama csoportok jelentősen növelik a kizárólagos és részleges szoptatás arányát, különösen akkor, ha a csoportot saját szoptatási tapasztalattal rendelkező, képzett csoportvezető vezeti (ilyenek a La Leche Liga csoportok). Az ilyen csoporthoz kapcsolódó anya:

- megoszthatja a nehézségeit a többi hasonló élethelyzetben lévő anyával
- megoldási javaslatokat kap a többiektől
- látja, hogy nincs egyedül a problémájával
- pozitív példákat lát maga előtt
- megerősítést kap anyai szerepében
- nő az önbizalma
- személyre szabott segítséget kaphat a csoportvezetőtől

Bár az anyacsoportok hatékonyak a szoptatás időtartamának növelésében, nem érnek el mindenkit. Ezért a szoptatás hosszútávú sikeressége akkor biztosítható a legjobban, ha a házi gyermekorvos és a védőnő is rendelkezik a megfelelő elméleti és gyakorlati tudással, valamint elkötelezettséggel a szoptatás hatékony támogatásához.

11. A bababarát kórházban betartják „Az anyatejet helyettesítő anyagok marketingjének nemzetközi kódexét”.

A szülészeti osztályokon elhelyezett vagy a hazabocsátáskor átadott „ajándécsomagokban” lévő tápszerreklámok ill. tápszerminták azt a képzetet keltik az új anyákban, hogy az egészségügyi személyzet helyesli és támogatja ezeknek a termékeknek a használatát. Egy olyan kórházban, ahol egyébként a szoptatást támogatják, mindez ráadásul ellentmondásos üzenetet hordoz, és elbizonytalanítja az anyákat.

Az ingyenes tápszerminták szétosztása esetén az anyák nagyobb valószínűséggel adnak kiegészítésként tápszert csecsemőjüknek vagy folyamodnak a mesterséges tápláláshoz. Így a tápszerreklámok közvetítette üzenet és a tápszerminták szétosztása csökkentik a kizárólagos és a részleges szoptatás arányát.

Ezért a tápszerek bármilyen módon történő népszerűsítésének tilalma jelentős lépés a szoptatási arányok növelésének irányába.

További információ

A bababarát ellátás hatásairól további információ az „*Evidence for the ten steps to successful breastfeeding. WHO, 1998.*” c. dokumentumban olvasható.

(Magyar nyelvű kivonata a Szoptatást Támogató Nemzeti Bizottság honlapjáról letölthető: http://sztnb.hu/bizonyitekok_a_tiz_lepeshez.pdf)