

Opora materi, podpora dojenju

Svetovni teden dojenja 2013



Tema letošnjega svetovnega tedna dojenja »Opora materi, podpora dojenju« poudarja pomen vrstniškega svetovanja za dojenje. Pre pogosto se zgodi, da v tednih ali mesecih po porodu krivulja dojenja močno upade, četudi morebiti dojenje od samega začetka dobro steče, kar še posebej velja za izključno dojenje. V obdobju, ko matere niso v pogostem stiku z zdravstvenimi strokovnjaki, je podpora skupnosti ključnega pomena. Ubrati je mogoče različne poti za neprekinjeno podporo materam, da bi vztrajale pri svoji odločitvi za dojenje. Tradicionalno podporo daje družina. Ker pa se družba spreminja, je pomemben širši krog podpore, ki ga sestavljajo posebej usposobljeni zdravstveni strokovnjaki, svetovalke za dojenje, vodje skupnosti ali prijateljice, ki so prav tako matere, ter/ali očetje oziroma partnerji.

Program vrstniškega svetovanja je stroškovno učinkovit in zagotavlja pogostejšo vključenost večjega števila mater. Vrstniška svetovalka ali svetovalac je lahko kdorkoli iz skupnosti, ki je za podporo materam usposobljen. Usposobljene svetovalke ali svetovalci lahko pomenijo prvo pomoč materam, ki se sprašujejo o dojenju ali imajo težave z njim. »Za odlične prakse dojenja je ključna vsakodnevna podpora doječim materam tako doma kot v skupnosti, kjer živijo.«

Reference: Saadeh RJ, editor with Miriam H. Labbok, Kristin A. Cooney, Peggy Koniz-Booher (1993), Breast-feeding: the Technical Basis and Recommendations for Action: Role of Mother Support Groups, Geneva, World Health Organization, 62-74. http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/58728/2/WHO_NUT_MCH_93.1_%28part2%29.pdf

»Vodstvo Svetovne zveze za dojenje (WABA) toplo pozdravlja!

Najprej bi se radi zahvalili več kot 170 državam, s katerimi smo skupaj tako uspešno obeležili *Svetovni teden dojenja 2012*. Prejeli smo 290 prijav dogodkov, v katere je bilo do konca leta 2012 vključenih prek 107.990 praznovalcev in praznovalk – številka pa se bo najverjetneje še zvišala, kajti poročila še prihajajo! Srčna hvala vsem sodelujočim.

Svetovna zveza za dojenje objavlja temo *Svetovnega tedna dojenja 2013* »Opora materi, podpora dojenju«, ki se osredotoča na vrstniško svetovanje, in vabi k sodelovanju.

Temo za *Svetovni teden dojenja 2013* – »vrstniško svetovanje« – so predlagali na Svetovnem srečanju sodelavcev WABE leta 2010 (WABA Global Breastfeeding Partners Meeting 2010) in je prejela široko podporo mreže. O sloganu in vsebini so razpravljali in ju določili na Svetovnem srečanju sodelavcev WABE (WABA Global Breastfeeding Partners Meeting, GBPM), v Delhiju, 5. in 6. decembra 2012. Anne Baterjee je bila kot vodja koordinacije (WABA'S Mother Support Task Force coordination) izbrana za vodilno avtorico gradiv za *Svetovni teden dojenja 2013* (WBW 2013), v sodelovanju z manjšim krogom sodelavcev in sodelavk (WABA SC members) in predstavnikov (Core Partnes representatives).

Kot je zapisala Anna Baterjee: »Pred šestinpetdesetimi leti se je združilo sedem doječih mater in ugotovilo, da je njihova zmožnost dojenja lastnih otrok povezana s tem, da so ena od druge prejele ustrezne informacije, izobrazbo in čustveno podporo. Ugotovile so, da bi številne matere, ki si želijo dojeti, to tudi lahko uresničile, če bi le tiste okrog njih, njihove vrstnice, imele znanje in spretnosti, ki bi jih usposobili za podporo. Ustanovile so *Mednarodno zvezo za podporo dojenju* (La Leche League International) in tako je bila rojena podpora »mama mami«. Ženske socialne mreže pomembno vplivajo na odločitve posameznic, povezane z zdravjem. Ženske pogosto sledijo drugim ženskam, s katerimi delijo svoje življenjske izkušnje, še posebej če gre za izkušnje, povezane s starševstvom. Če je v bližini mlade matere druga ženska, ki jo bo razumela in s katero se bo lahko poistovetila, se bo z materinstvom laže soočala in v njem uživala. Vrstniška svetovalka je materam na njihovi poti skozi starševstvo dragocena partnerka, pomaga jim pri pridobivanju gotovosti in samozaupanja v zmožnost dojenja. Model vrstniškega svetovanja temelji na pridobivanju informacij od drugih, materam bo pomagal pri ugotavljanju, da je potovanje skozi dojenje učni proces za vse nas ...«

Kot že vrsto let je tudi letos WABA ponovno pripravila gradivo za obeležitev tedna dojenja.

Veselimo se sodelovanja z vami, da bi bil *Svetovni teden dojenja 2013* še uspešnejši.

S solidarnostjo,

Jennifer Mourin, svetovna koordinatorica za obeležitev *Svetovnega tedna dojenja* (WBW)«

Krogi podpore materam in otrokom



Pet krogov podpore materam in otrokom

Podpora dojenju prikazuje morebitne potencialne vplive na materino odločitev za dojenje in na njeno pozitivno izkušnjo z dojenjem. Predhodno smo nanje opozorili že v času *Svetovnega tedna dojenja leta 2008*, še vedno so živi vir podpore za matere, ki dojijo svoje otroke. Krogi podpore so družina in socialna mreža, zdravstveni sistem, delovno mesto in zaposlitev, vlada, zakonodaja in odziv na krizo ali izredne razmere – vsi obkrožajo ženske, ki so v središčnem krogu.

Ženske v središčnem krogu

Ženske so v središču, kajti podpora ali njeno pomanjkanje neposredno vpliva nanje. Prav tako imajo ženske pomembno vlogo pri podpiranju drugih. V *Svetovni pobudi za podporo materam* (Global Initiative for Mother Support, GIMS) smo z Izjavo o dojenju (Breastfeeding Statement, 2007) opozorili: »Matere pojmujeemo kot aktivne udeleženke v podpori, saj so hkrati tiste, ki podporo zagotavljajo kot tudi tiste, ki so prejemnice informacij in podpore.« Za podrobnejše informacije glejte: <http://www.waba.org.my/whatwedo/gims/gims+5.htm>.

Družina in socialna mreža

Možje oziroma partnerji in očetje, družinski člani, sorodniki in prijatelji spletajo neposredno in trajno podporno mrežo. Družbena podpora vključuje podporo lokalne skupnosti – na tržnici, v verskih skupnostih, v bližnjem parku, in tako dalje. Podpora med nosečnostjo zmanjšuje stres. Podpora med porodom krepi žensko. Družbena podpora povečuje materino gotovost in zaupanje v lastne zmožnosti dojenja tudi po prvih tednih in mesecih dojenčkove starosti.

Zdravstveni sistem

V zdravstvenem sistemu so številne priložnosti za podporo dojenju, vse od skrbi v nosečnosti, ki je materi prijazna, prek storitev med porodom, ki so podporne, do oblik poporodne skrbi in nege, ki zagotavljajo najboljše možnosti za navezovanje med novorojenčkom in materjo ter za hranjenje dojenčka. Zdravstveni strokovnjaki, usposobljeni za svetovanje, podpirajo matere pred porodom in po njem.

Delovno mesto in zaposlitev

Zaposlene ženske se srečujejo z izzivi za uspešno usklajevanje zahtev dela in dojenja, pri tem potrebujejo podporo. Kakšno podporo doječe matere potrebujejo, je odvisno od vrste dela, ki ga opravljajo, navadno pa vključuje zagotavljanje možnosti stika med materjo in dojenčkom ali ustrezne pogoje za črpanje oziroma iztiskanje materinega mleka in njegovo shranjevanje.

Vlada in zakonodaja

Ženskam, ki načrtujejo dojenje in tistim, ki že dojijo, koristi podpora mednarodnih dokumentov, ki ščitijo optimalno hranjenje otročka, ob tem pa tudi delovanje dobro podprtih nacionalnih odborov. Doječim materam prav tako koristi zakonodaja, ki ščiti pred agresivnim trženjem nadomestkov materinega mleka, tako imenovanih mlečnih formul, in zagotavlja plačan porodniški dopust in dopust za nego in varstvo otroka.

Odziv na krizo ali izredne razmere

Ta krog predstavlja potrebo po podpori v primerih, če se ženska znajde v nepričakovanih in/ali resnih težavah, kjer ima malo nadzora. Okoliščine, ki zahtevajo posebno načrtovanje in podporo, so na primer naravne nesreče, življenje v begunskem taborišču, proces ločitve, hujša bolezen matere ali dojenčka, življenje v okolju z visoko stopnjo HIV/AIDS-a brez podpore dojenju.

Besedilo se sme navajati le z navedbo vira.

Prevod in priredba: dr. Zalka Drglin, Inštitut za varovanje zdravja
Oblikovanje slovenske različice: Vesna Pucelj in Andreja Frič, Inštitut za varovanje zdravja
Vir: <http://worldbreastfeedingweek.org/> dostop 18.06.2013