

ترویج تغذیه با شیر مادر

هدف کلی:

* تغذیه انحصاری با شیر مادر در ۶ ماه اول زندگی و تداوم تغذیه با شیرمادر همراه با غذای کمکی تا پایان دو

سالگی

اهداف اختصاصی:

- * ارتقا آگاهی پزشکان متخصص کودکان در خصوص تغذیه با شیر مادر
- * ارتقا آگاهی و مهارت کارکنان بهداشتی در زمینه ترویج تغذیه با شیرمادر
- * افزایش آگاهی عموم جامعه در زمینه شیرمادر
- * تقویت بیمارستانهای دوستدار کودک

ترویج تغذیه با شیرمادر در طی سالیان اخیر، با گسترش دانش بشری مورد توجه روز افزون قرار گرفته و نقش شیرمادر به عنوان اولین واکسن کودک، همچنین تأثیر آن در کاهش بیماریهایی از قبیل اسهال و عفونت های حاد تنفسی و گوارشی، کاهش بیماریهای غیرعفونی نظیر فشارخون بالا و دیابت از خصوصیات منحصر به فرد شیرمادر شناخته شده است.

اهمیت شیرمادر در تکامل جسمی و ذهنی کودکان، یکی از مسائل غیر قابل انکار در علم پزشکی است. شیردهی مادر بهترین روشی است که می تواند نیازهای عاطفی کودک را تأمین نماید و موجب ایجاد دلبستگی ایمن در کودک شود. تماس چشمی و پوستی که در حین شیردهی با کودک برقرار می شود، می تواند به رشد عواطف سالم در کودک منجر شود. در آغوش گرفتن کودک و صحبت کردن با او در هنگام شیردهی، به رشد بیشتر قوای شناختی کودک کمک می کند.

در هنگام شیردهی، به دلیل ارضای روانی که برای مادر ایجاد می شود، اضطراب و افسردگی در مادر کاهش می یابد. با توجه به اینکه ۴ هفته اول عمر مهم ترین و حساس ترین دوران زندگی شیرخوار است، مهم ترین عامل در جلوگیری از مرگ و میر در آنها تغذیه با شیرمادر است.

یکی از اقدامات حمایتی این برنامه در مواردی که کودک زیر یکسال به دلایل قابل قبول پزشکی قادر به استفاده از شیر مادر نیست، استفاده از شیر مصنوعی یارانه ای است که در مراکز روستایی و خانه های بهداشت بصورت قوطی شیر و در مراکز شهری بصورت کوپن جهت دریافت شیر از داروخانه تامین می شود.

▶ اجرای اقدامات دهگانه در بیمارستانهای دوستدار کودک:

" اقدامات دهگانه " بعنوان معیارهای جهانی برای شروع موفق شیردهی در بخشهای زنان و زایمان بیمارستانها و زایشگاهها از سوی سازمان جهانی بهداشت و یونیسف اعلام شد و متعاقب آن راه اندازی بیمارستانهای دوستدار کودک در کشور ما از سال ۷۱ آغاز شد. اولین بیمارستانها با گذراندن آموزشهای لازم به اجرای ۱۰ اقدام پرداختند و لوح دوستدار کودک را دریافت نمودند. شواهد و مدارک از سراسر جهان حاکی از آن است که اجرای ۱۰ اقدام در بیمارستانها نقش کلیدی در شروع موفق شیردهی دارد که تأثیر بسزایی بر تداوم شیردهی نیز دارا است .

تدوین: گروه تخصصی سلامت جمعیت و جمعیت - معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی ایران