

КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ ПО ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ: КУРС ОБУЧЕНИЯ



РУКОВОДСТВО ДЛЯ СЛУШАТЕЛЕЙ

Этот документ - неофициальное издание Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) и Детского Фонда (ЮНИСЕФ) и все права сохраняются за этими организациями. Однако документ может быть беспрепятственно пересмотрен, сокращен, репродуцирован и переведен на другие языки по частям или целиком, но не для использования в коммерческих целях.

Ответственность за представленные в документе материала несут авторы этих материалов.

© Всемирная Организация Здравоохранения

Секретариат
Отдел по контролю за диарейными и острыми респираторными
заболеваниями

Всемирная Организация Здравоохранения
CH-1211 Geneva-27
Switzerland

ЮНИСЕФ, 1993

Секция питания (H-10F)
3 United Nations Plaza
New York, NY 10017
USA

СОДЕРЖАНИЕ

Введение		3
Занятие 1	Почему важно грудное вскармливание	5
Занятие 2	Состояние грудного вскармливания в регионе	11
Занятие 3	Механизм кормления грудью	12
Занятие 4	Оценка кормления грудью	19
Занятие 5	Наблюдение за кормлением грудью	22
Занятие 6	Слушать и узнавать	27
Занятие 7	Упражнения по навыкам слушать и узнавать	30
Занятие 8	Практика здравоохранения	35
Занятие 9	Клиническое занятие 1 Слушать и узнавать Оценка кормления грудью	43
Занятие 10	Положение ребенка у груди	45
Занятие 11	Формирование уверенности и оказание поддержки	50
Занятие 12	Упражнения по формированию уверенности	53 66
Занятие 13	Клиническое занятие 2 Формирование уверенности и оказание поддержки. Положение ребенка у груди	
Занятие 14	Состояние молочных желез	67 80
Занятие 15	Упражнения по теме "Состояние молочных желез"	
Занятие 16	Отказ от груди	87
Занятие 17	Составление истории грудного вскармливания	99
Занятие 18	Практическое занятие: составление истории грудного вскармливания	102 103
Занятие 19	Обследование молочных желез	104
Занятие 20	Сцеживание грудного молока	

Занятие 21	"Недостаточно молока"	113
Занятие 22	Плач	118
Занятие 23	Упражнения по темам "Недостаточно молока" и "Плач"	124
Занятие 24	Клиническое занятие 3 Составление истории грудного вскармливания	132
Занятие 25	Практика консультирования	133
Занятие 26	Низковесные и больные дети	135
Занятие 27	Увеличение лактации и релактация	143
Занятие 28	Поддержка продолжения грудного вскармливания	150
Занятие 29	Клиническое занятие 4 Консультирование матерей, находящихся в различных ситуациях	159
Занятие 30	Изменение существующей практики	160
	Дополнительные занятия	
Занятие 31	Питание, здоровье и фертильность женщины	166
Занятие 32	Женщина и работа	175
Занятие 33	Коммерческое содействие продаже заменителей грудного молока	178
Глоссарий		182
Форма	Прохождение клинической практики	186

ВВЕДЕНИЕ

Зачем нужен этот курс

Программа по контролю за диарейными заболеваниями давно работает по распространению грудного вскармливания с целью профилактики диареи у детей младшего возраста. Значительно позднее стало ясно, что грудное вскармливание важно также при лечении диареи, чтобы предотвратить обезвоживание организма и обеспечить выздоровление.

ВОЗ и ЮНИСЕФ рекомендуют исключительно грудное вскармливание для детей в первые 4-6 месяцев жизни, и сочетание грудного вскармливания и другого питания до 2-х лет и даже дольше. Однако в большинстве стран матери начинают вводить в питание ребенка искусственные продукты и напитки до 4 месяцев, прекращая грудное вскармливание задолго до 2-х лет. Основные причины этого: недостаток грудного молока (по мнению матери) и различные трудности, связанные с кормлением грудью. Иногда это происходит потому, что мать вынуждена выйти на работу, и она не знает, как сочетать работу и кормление грудью. Иногда это происходит из-за отсутствия помощи и поддержки, в которой нуждается мать. Иногда прекращение грудного вскармливания происходит по совету медицинских работников, которые не поддерживают его идею.

Медицинские работники, такие как вы, можете помочь матерям и детям, за здоровьем которых вы наблюдаете, организовать успешное грудное вскармливание. Важно оказывать такую помощь не только до родов и в течение перинатального периода, но и на протяжении первых 2-х лет жизни ребенка. Вы можете помочь матери советом по кормлению ребенка всегда, и когда он здоров, и когда он болеет. Вы можете помочь матери осознать, что молока у нее достаточно. Вы можете помочь решить проблемы, возникшие при кормлении грудью у матери, способствовать продолжению грудного вскармливания, если мать вынуждена работать.

У вас может возникнуть чувство, что вам не хватает подготовки для оказания такой помощи. В прошлом вопросы грудного вскармливания не включались в программу подготовки врачей медсестер и акушерок. Цель данного курса - выработка навыков, которые помогут вам в практической работе с женщинами по вопросам грудного вскармливания.

На протяжении данного курса вам придется много работать. Вы получите много информации, вам будут предложены многочисленные упражнения и клинические занятия для выработки необходимых навыков в оказании помощи по грудному вскармливанию. Мы надеемся, что курс будет вам интересен, а полученные навыки помогут матерям и детям, а вам принесут удовлетворение.

Курс и руководство

"Консультирование по грудному вскармливанию": Курс обучения состоит из 33 занятий, которые можно проводить по-разному в зависимости от местных особенностей. Директор вашего курса составит план занятий, так чтобы он был наиболее полезен для вас, и сообщит вам точное расписание.

Это руководство будет вам полезно при прохождении курса, и вам нужно всегда иметь его под рукой, за исключением времени проведения клинических занятий. На его страницах вы найдете краткую информацию по теме занятий, а также узнаете, как использовать ее в будущем. Вам не нужно записывать конкретные детали из лекций, хотя вы можете записать интересные подробности из обсуждений. Оставьте это руководство у себя после окончания курса, чтобы воспользоваться им при необходимости.

Ваше руководство также содержит:

- копии основных транспарантов, которые вам могут понадобиться;
- формы, списки, ответы на вопросы упражнений и описание клинических занятий;
- письменные упражнения, которые вам нужно будет выполнить самостоятельно.

Вы получите копии отдельных форм, списков, ответов на вопросы, которые вам будут нужны во время клинических занятий, чтобы не носить с собой руководство.

Вы получите ответы на все письменные упражнения, после того, как вы их выполните. Это поможет вам проверить ваши ответы, и уяснить вопросы, которые почему-то остались непонятными.

Вы также получите копии следующих материалов:

- книгу *"Помощь матерям в кормлении грудью"*.
- *Охрана здоровья ребенка: Информация о продукции международного рынка заменителей грудного молока.*
- *Защита, распространение и поддержка грудного вскармливания: Особая роль родовспомогательных служб.*
- Приложение к Основным критериям для больниц доброжелательных к ребенку.
- Приложение по грудному вскармливанию и медикаментам для матери: Рекомендации по применению медикаментов.

Директор курса будет давать вам рекомендации ознакомиться с теми или иными материалами перед какими-то занятиями или после них, чтобы вы лучше усвоили материал.

Занятие 1

ПОЧЕМУ ВАЖНО ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ

Введение

Прежде чем вы узнаете, как помогать матери, вам нужно понять, почему грудное вскармливание настолько важно, и в чем его преимущества. Вам нужно узнать разницу между грудным молоком и его заменителями и понять опасность искусственного вскармливания.

Рис. 1 (Транспарант 1/1)

Ì ðàèì òù àñòàà ãðóáí í ãñ àñêàðì èèâàí èÿ

Ãðóáí í à ì êî êî

Êî òì èâí ðáí í ã ã ã èòáí èà

■ Èâêî òñàèèââòÿ è ì êî ðáí í ã èñòáòÿ

■ Çàù èù ààò í ò èí ò àêèè

Êî òì èâí èà ãðóáÿ

■ Í áãñ ã+èââò ÿì òèí í àèÿ ù é êî í òàèò è ðàçàèèè

■ Ì ì ì ààò èçáâèòù í ã ã é áðáí áí í òèè

■ Çàù èù ààò çáí òì áÿ ì àòèè

■ Ñòì èò áâò áâè èñêòñòáí í ã ã ì èòáí èÿ



Рис. 2

Различия между женским грудным молоком, молоком животных и искусственными смесями

	Грудное молоко	Молоко животных	Искусственные смеси
Бактериальные загрязнители	нет	вероятны	вероятны при приготовлении
Противоинфекционные факторы	присутствуют	отсутствуют	отсутствуют
Факторы роста	присутствуют	отсутствуют	отсутствуют
Белки	необходимое количество, легко усваиваются	слишком много усваиваются с трудом	частично скорректированы
Жиры	достаточно основных жирных кислот, липаза для пищеварения	недостаток основных жирных кислот, отсутствует липаза	недостаток основных жирных кислот, отсутствует липаза
Железо	немного, хорошо всасывается	немного, плохо всасывается	дополнительные добавки, плохо всасывается
Витамины	достаточно	недостаточно "А" и "С"	витаминные добавки
Вода	достаточно	требуется дополнительно	может потребоваться дополнительно

Рис. 3 (Транспарант 1/7)



Изменения в составе молока

Молозиво - это грудное молоко, которое продуцируется у женщины в течение нескольких дней после родов. Оно густое, желтоватого цвета.

Зрелое молоко - это молоко, вырабатываемое через несколько дней его количество нарастает, груди наполняются, набухают и становятся тяжелыми. Иногда этот момент называют “приходом молока”.

Раннее молоко - это молоко, вырабатываемое в начале кормления.

Позднее молоко - это молоко, производимое в конце кормления.

Позднее молоко по цвету более белое, чем раннее, потому что в нем больше жиров. Этот жир является основным источником энергии при грудном вскармливании. Поэтому очень важно не отнимать ребенка от груди слишком рано.

Раннее молоко имеет голубоватый оттенок по сравнению с поздним. Оно вырабатывается в большом объеме и обеспечивает ребенка достаточным количеством белков, лактозы и других компонентов. Так как ребенок потребляет много раннего молока, он получает с ним все необходимое ему количество воды. Ребенку не нужно дополнительное питье в первые 4-6 месяцев жизни, даже в жарком климате. Если он будет утолять жажду водой, то будет потреблять меньше грудного молока.

Рис. 4 (Транспарант 1/9)

МОЛОЗИВО

ХАРАКТЕРИСТИКИ	ЗНАЧЕНИЕ
■ Богато иммуноглобулинами	– обеспечивает защиту от инфекции и аллергии
■ Много лейкоцитов	– защищает от инфекций
■ Обладает слабительным эффектом	– способствует удалению мекония и помогает предотвратить желтуху
■ Содержит факторы роста	– способствует созреванию кишечника, предотвращает проявление аллергии, непереносимости
■ Богато витамином А	– уменьшает восприимчивость к инфекции, предотвращает заболевания глаз

Психологические преимущества грудного вскармливания

Грудное вскармливание способствует формированию между матерью и ребенком тесных, нежных взаимоотношений, от которых мать эмоционально получает глубокую удовлетворенность. Тесный контакт с ребенком сразу же после родов способствует налаживанию этих взаимоотношений.

Дети меньше плачут и быстрее развиваются, если они остаются со своими матерями и вскармливаются грудью сразу же после родов.

Матери, кормящие грудью, ласково реагируют на своих детей. Ребенок требует к себе меньше внимания и кормлений ночью. Матери значительно реже отказываются от своих детей или ругают их.

Некоторые исследования утверждают, что грудное вскармливание способствует интеллектуальному развитию ребенка. Дети с низкой массой тела при рождении, получающие грудное вскармливание в первые недели жизни, показали лучшие результаты на интеллектуальное тестирование в старшем возрасте, нежели искусственно вскармливаемые дети.

Рис. 5 (Транспарант 1/13)

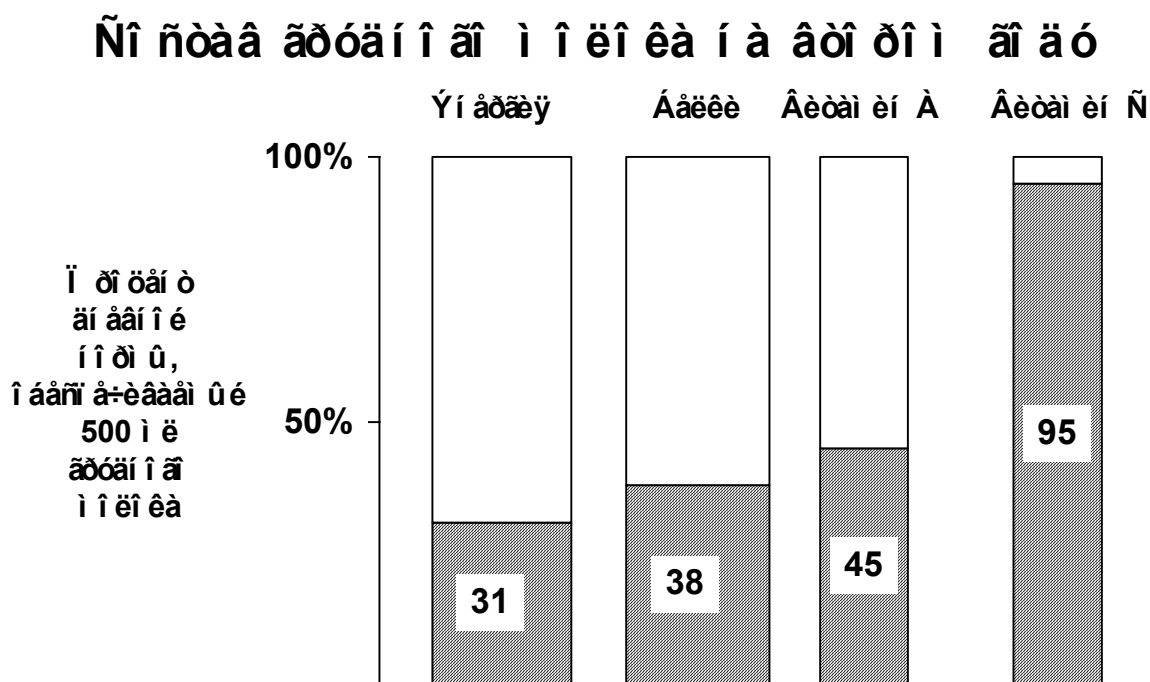


Рис. 6 (Транспарант 1/14)

Í î àñí î ñòè, ñóù àñòâóp ù èà î ðè èñêéóññòâáí í î ñ àñêàðì èèâáí èè

- Í à ñí î ñí àñòâóáò
òáñí î ñ ó í áù áí èp
- × àù á áí çí èèààò àèàðäý
è ðáñí èðàòí ðí ù á èí ó àèöèè
 - Í àðñêñòèðóp ù àý àèàðäý
 - Í ááí ñòàòí ÷í î ñòù î èòáí èý
Àáò èöèò àèòàì èí à Á
 - Í î áùø áí ðèñê ñí àððè
 - Í î áùø áí ðèñê áí àí èè,
ðàèà ýè÷í èèí á è ñ îñí ÷í î é
æèèáçù
 - Áùø á ááðí ýòí î ñòù àèèáðæèè
è í áí áðáí î ñèì î ñòè ñ îñí èà
 - Í î áùø áí ðèñê ðàçêàèðèý
í àèí òí ðù õ ððí í è÷áñêèò
çàáí èáááí èé
 - È çáù òí ÷í ù é ááñ
 - Ñí èæáí í ù é óðí ááí ù
òí ñòááí í îñ ðàçêàèðèý
 - Ì îñò àí çí èèí óòù í î áàý
ááðáí áí í îñòù
 - Ì àòù
- 

РЕКОМЕНДАЦИИ

- Прикладывайте ребенка к груди через 30-60 минут после рождения
- Кормите исключительно грудью до 4-х месяцев
- Прикармливание можно начинать в возрасте 4-6 месяцев (точный возраст варьирует)
- Прикармливайте всех детей, начиная с 6-месячного возраста
- Продолжайте кормление грудью до 2-х лет и дольше

Термины, используемые при описании различных видов вскармливания грудных детей

1. *Исключительно Грудное Вскармливание:*

Вскармливаемый исключительно грудью означает - грудное вскармливание без докармливания другой едой или питьем, в том числе и водой (за исключением лекарств или витаминов и минеральных добавок; допускается также сцеженное грудное молоко).

2. *Преимущественно Грудное Вскармливание:*

Преимущественно грудное вскармливание означает - помимо грудного вскармливания, ребенку также дают небольшое количество воды или содержащее воду питье, как, например, чай.

1. и 2. *Полное Грудное Вскармливание:*

Полное грудное вскармливание означает - либо исключительно грудное вскармливание, либо преимущественно грудное вскармливание.

3. *Вскармливание Из Бутылочки:*

Вскармливание из бутылочки означает - вскармливание ребенка из бутылочки, что бы в ней ни было, в том числе сцеженное грудное молоко.

3. *Искусственное Вскармливание*

Искусственное вскармливание означает - кормление ребенка искусственным питанием, исключая при этом полностью грудное вскармливание.

4. *Частичное Грудное Вскармливание:*

Частичное грудное вскармливание означает - кормление ребенка как грудью, так и искусственным питанием, либо молоком, либо кашей или другой едой.

5. *Своевременное Прикармливание:*

Своевременное прикармливание означает - кормление ребенка другой едой и добавок к грудному вскармливанию после 4-6 месяцев.

Занятие 2

СОСТОЯНИЕ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ В РЕГИОНЕ

Постарайтесь ответить на следующие вопросы для региона, где вы работаете.

Отвечая на каждый вопрос, обведите нужный ответ “меньшинство”, “половина”, “большинство”, исходя из вашего опыта и практики.

Сколько детей начали грудное вскармливание?	Меньшинство	Половина	Большинство
Сколько детей приложены к груди в течение 1 часа после рождения?	Меньшинство	Половина	Большинство
Сколько детей получали какое-либо питание до начала грудного вскармливания?	Меньшинство	Половина	Большинство
Сколько детей находятся исключительно на грудном вскармливании до 4-6 месяцев?	Меньшинство	Половина	Большинство
Сколько детей получают дополнительное питание в течение			
на 1-м месяце	Меньшинство	Половина	Большинство
на 2-м месяце	Меньшинство	Половина	Большинство
на 3-м месяце	Меньшинство	Половина	Большинство
Сколько детей получают грудное молоко дольше			
6-ти месяцев	Меньшинство	Половина	Большинство
12-ти месяцев	Меньшинство	Половина	Большинство
24-х месяцев	Меньшинство	Половина	Большинство

Рис. 8 (Транспарант 3/2)

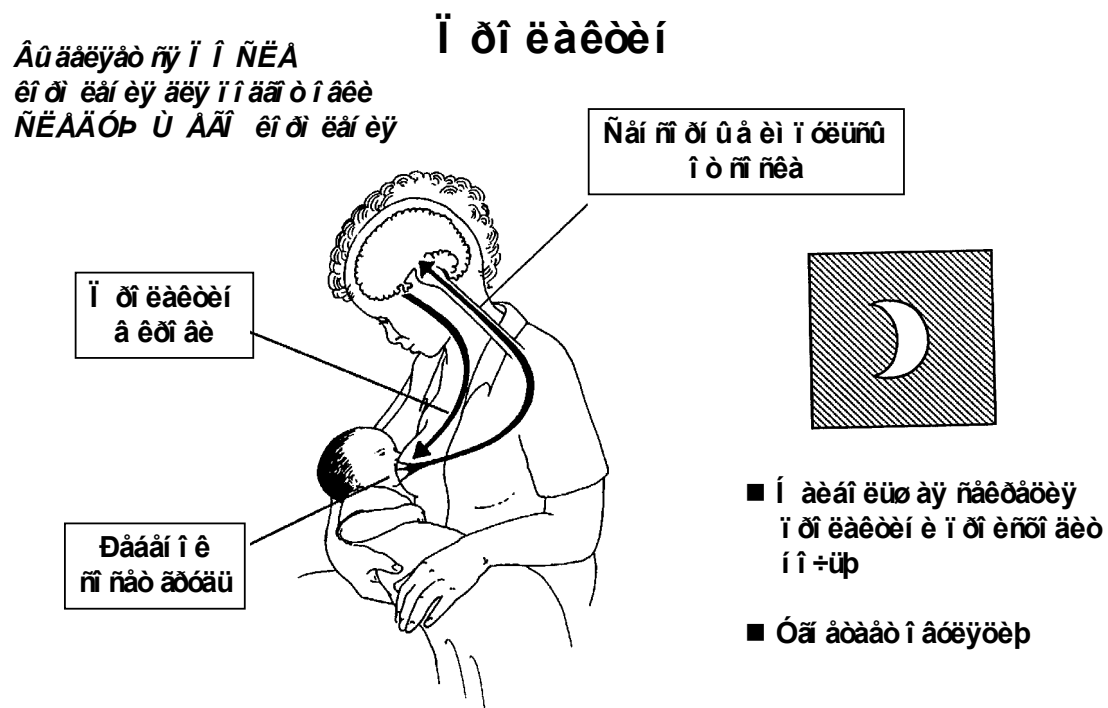


Рис. 9 (Транспарант 3/3)

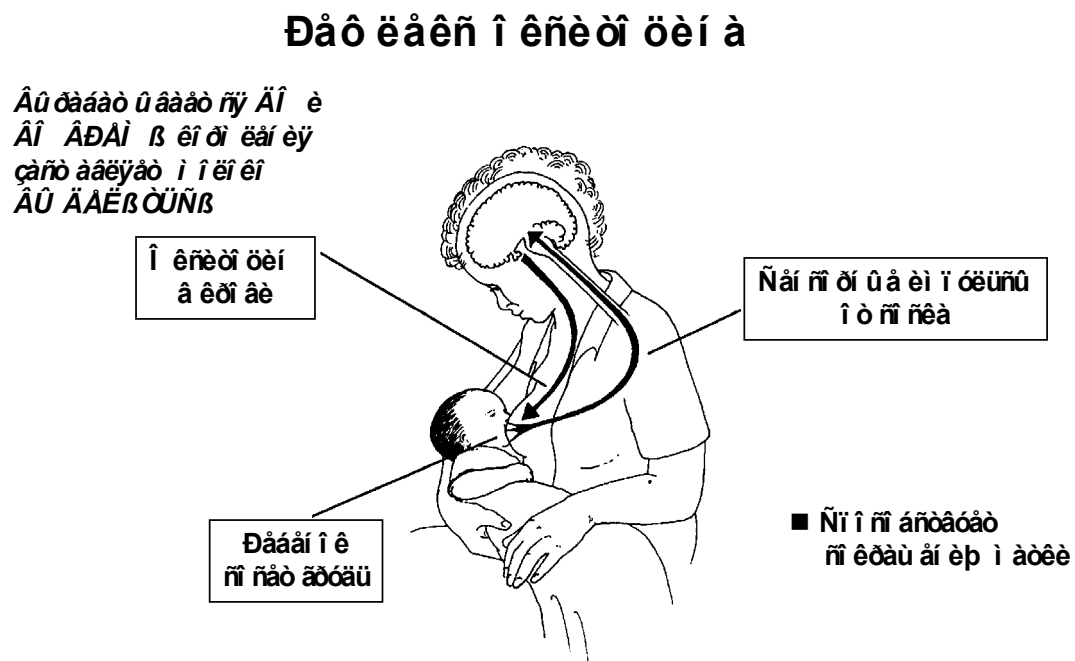


Рис. 10 (Транспарант 3/4)

Đả ô ẻảêñ î êñềờ òề í à



ПРИЗНАКИ И ОЩУЩЕНИЯ АКТИВНОГО РЕФЛЕКСА ОКСИТОЦИНА

Мать может заметить:

- Сжатие или покалывание в молочных железах до начала кормления ребенка или во время кормления
- Выделение молока из молочных желез, когда она думает о ребенке или слышит его плач
- Выделение молока из одной груди в то время, когда ребенок сосет вторую грудь
- Выделение молока из молочных желез тонкой струйкой, если ребенок отрывается от груди во время кормления
- Боль при сокращении матки, иногда сопровождающаяся приливами крови, во время кормления в течение первой недели
- Медленное глубокое сосание и глотание ребенком, что свидетельствует о поступлении молока в его рот.

Рис. 11 (транспарант 3/5)

Ô à è ò ð ù , ñ ä å ð æ è â à ð ù è å â û ð à á î ò é ó ã ö ä í î ã ï
 ì î ë î è à (è í æ è á è ò ð ù)



Контроль за секрецией молока в груди.

Вам может быть непонятно, почему иногда в одной груди прекращается выработка молока, в то время как в другой груди она продолжается - хотя окситоцин и пролактин одинаково поступают в обе груди. Эта диаграмма показывает, почему это происходит.

Грудное молоко содержит в себе вещество, которое *сокращает или сдерживает* выработку молока. В том случае, когда в груди остается много молока, ингибитор прекращает дальнейшую секрецию его железистыми клетками. Это предохраняет молочные железы от чрезмерного наполнения. Это необходимо в том случае, если ребенок умирает или прекращает сосать грудь по другой причине.

Если грудное молоко при сосании или сцеживании удаляется из молочных желез, ингибитор тоже удаляется. И тогда молочные железы больше вырабатывают молока.

Это поможет вам понять почему:

- Как только ребенок прекращает сосать грудь, молочные железы прекращают вырабатывать молоко.
- Если ребенок сосет, в основном, одну грудь, то в этом случае молочные железы этой груди вырабатывают больше молока и эта грудь становится по размеру больше другой.

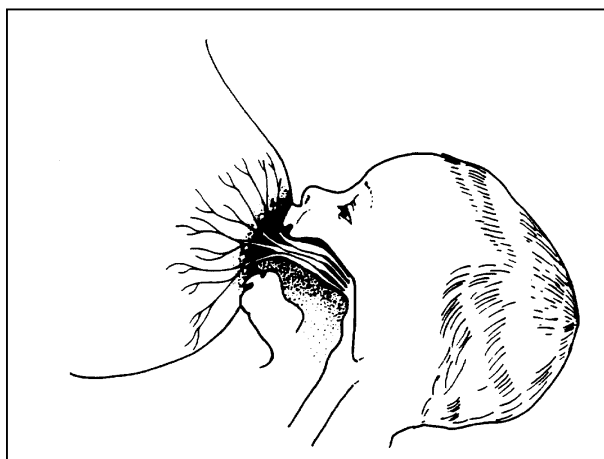
Это тоже поможет вам понять почему:

- Для того, чтобы молочные железы продолжали вырабатывать молоко, они должны быть опустошенными.
- Если ребенок не сосет ни одну, ни вторую грудь, в этом случае *грудное молоко необходимо сцедить*, чтобы выработка молока продолжалась.

Рис. 12 (транспарант 3/8)

Êàêèå ðàçëè÷èý âû âèãèòå?

1



2

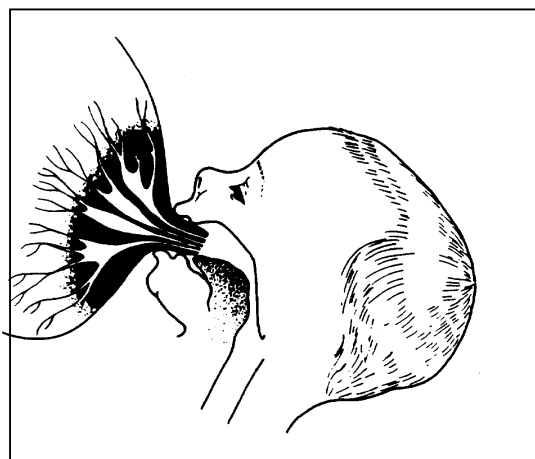
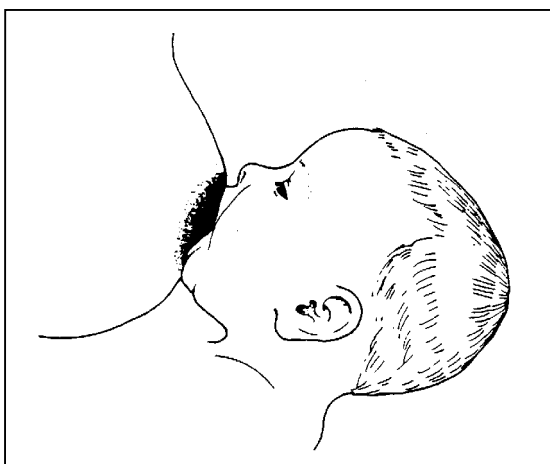


Рис. 13 (транспарант 3/9)

Êàêèå ðàçëè÷èý âû âèãèòå?

1



2

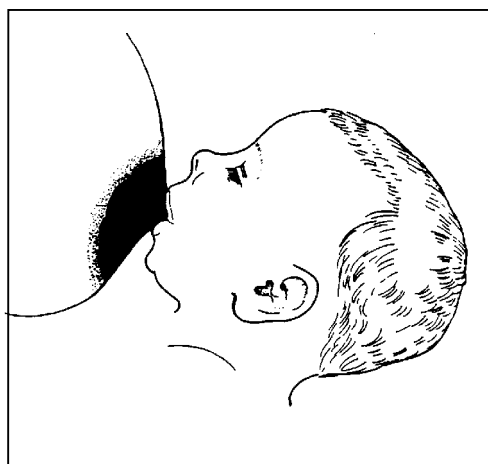


рис. 14 (транспарант 3/10)

ПОСЛЕДСТВИЯ НЕПРАВИЛЬНОГО ПРИКЛАДЫВАНИЯ К ГРУДИ

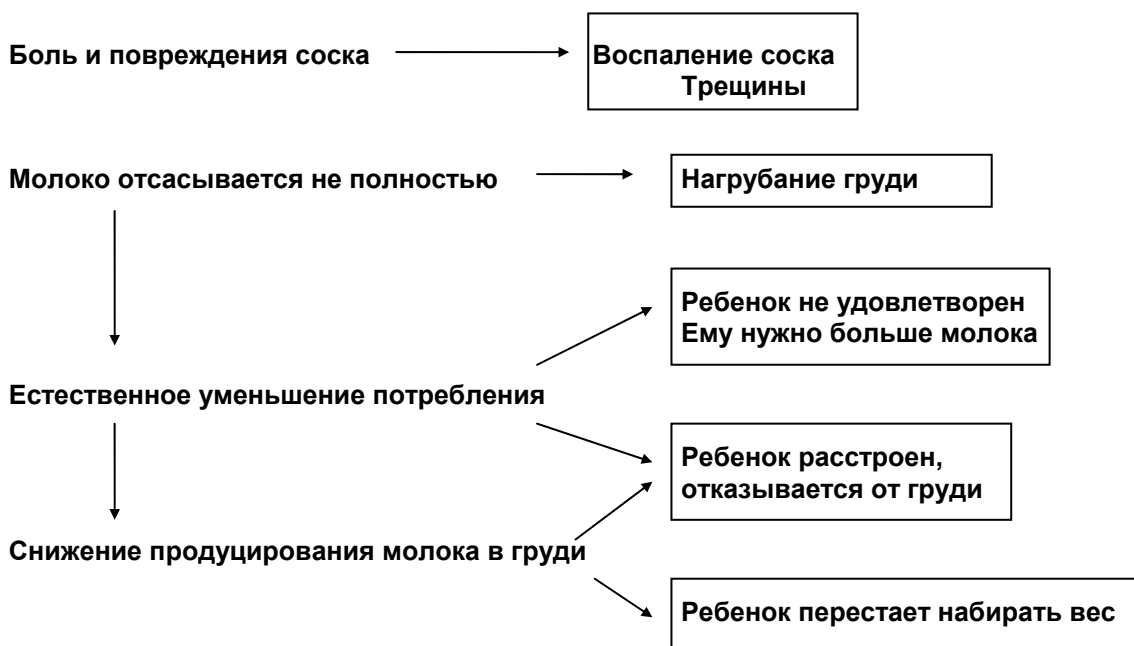


Рис. 15 (транспарант 3/11)

ПРИЧИНЫ НЕПРАВИЛЬНОГО ПРИКЛАДЫВАНИЯ К ГРУДИ

Использование питания из бутылочки

- до начала грудного вскармливания
- при последующих дополнениях к питанию

Неопытная мать

- первый ребенок
- предыдущий ребенок вскармливался из бутылочки

Функциональные затруднения

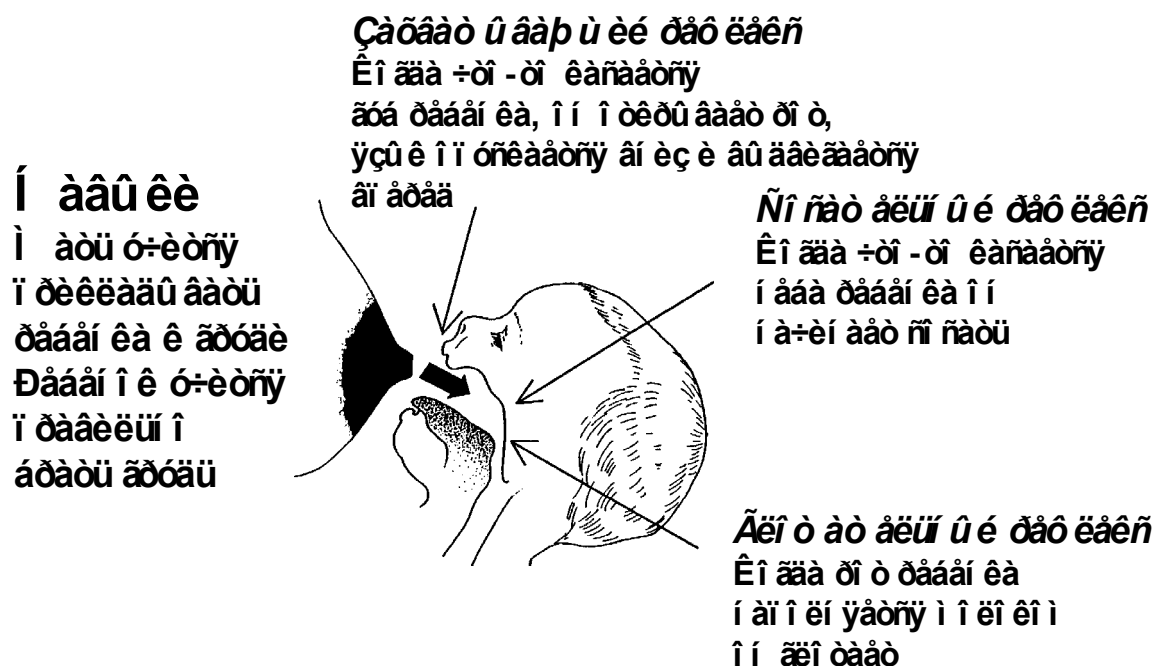
- маловесный или больной ребенок
- плохая проходимость млечных протоков
- нагрубание груди
- позднее начало кормления

Отсутствие надлежащей поддержки

- недостающая традиционная помощь и поддержка
- врачи, акушерки и медицинские сестры не обладают достаточными навыками

Рис. 16 (транспарант 3/12)

РЕФЛЕКСЫ РЕБЕНКА



Краткое содержание

- Количество грудного молока от части зависит от мыслей, чувств и ощущений матери. Важно, чтобы мать и ребенок были вместе все время днем и ночью, необходимо помочь матери, чтобы она стремилась продолжать кормление грудью.
- Много трудностей может возникнуть из-за неправильного захвата соска. Чтобы помочь матери, необходимо научить правильно прикладывать ребенка к груди в первые несколько дней после родов.
- Количество молока в груди от части зависит от того, сколько времени ребенок сосет грудь и сколько молока он отсасывает. Чем больше ребенок сосет, тем больше у матери молока. У большинства мам может быть молока больше, чем нужно ее ребенку и вполне достаточно для близнецов.

ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ БУДЕТ УСПЕШНЫМ В БОЛЬШИНСТВЕ СЛУЧАЕВ, ЕСЛИ:

- Мать хорошо себя чувствует
- Ребенок правильно приложен к груди, что позволяет ему эффективно сосать
- Ребенок сосет так часто и так долго, сколько он хочет
- Окружающая обстановка способствует грудному вскармливанию

Занятие 4**ОЦЕНКА КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ****Введение**

Оценить грудное вскармливание нужно для того, чтобы определить, нуждается ли мать в помощи, и если да, то как помочь ей. Много о кормлении грудью, о том правильное оно или нет, можно узнать понаблюдав за ним, перед тем, как вы начнете расспрашивать мать. Этот этап не менее важен в клинической практике, чем другие виды обследования, как, например, определение признаков обезвоживания, или частоты дыхания ребенка.

Кое-что вы можете обнаружить в период между кормлениями, а кое-что - узнать во время кормления.

КАК ОЦЕНИТЬ КОРМЛЕНИЕ ГРУДЬЮ

1. Что вы можете сказать о матери?
2. Как мать держит ребенка?
3. Что вы можете сказать о ребенке?
4. Какова реакция ребенка?
5. Как мать прикладывает ребенка к груди?
6. Как мать поддерживает свою грудь во время кормления?
7. Ребенок правильно приложен к груди?
8. Ребенок сосет эффективно?
9. Как заканчивается кормление грудью?
10. Ребенок кажется удовлетворенным?
11. В каком состоянии находятся молочные железы?
12. Какое чувство вызывает у матери кормление грудью?

Рис. 17 Как мать держит ребенка?

а. Тело ребенка прижато к матери, лицом к груди.

б. Тело ребенка не прижато к матери, шея повернута.

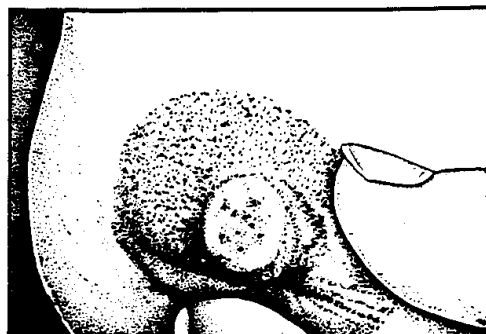
Ребенок смотрит на мать, мать на ребенка

Мать не смотрит на ребенка

**Рис. 18 Как мать поддерживает свою грудь?**

а. Пальцы касаются грудной клетки, большой палец поддерживает грудь у основания

б. Держит грудь слишком близко к соску



ФОРМА: НАБЛЮДЕНИЕ ЗА КОРМЛЕНИЕМ ГРУДЬЮ

Имя матери _____

Дата _____

Имя ребенка _____

Возраст ребенка _____

[Признаки, данные в квадратных скобках, относятся только к новорожденным]

Признаки правильного кормления

Ребенок сосал _____ минут

*Признаки, указывающие на возможные трудности***Положение тела**

- ☐ Матери удобно, она расслаблена
- ☐ Тело ребенка прижато к материнскому, лицом к груди
- ☐ Голова и тело ребенка лежат в одной плоскости
- ☐ Подбородок ребенка касается груди
- ☐ [Ребенка поддерживают за ягодицы]

- ☐ Плечи напряжены, мать наклоняется над ребенком
- ☐ Тело ребенка не прижато к матери
- ☐ Шея ребенка повернута
- ☐ Подбородок ребенка не касается груди
- ☐ [Ребенка держат только за голову и плечи]

Реакции матери и ребенка

- ☐ Ребенок берет грудь, когда он голоден
- ☐ [При касании груди происходит захватывающий рефлекс]
- ☐ Ребенок облизывает грудь
- ☐ Ребенок спокоен и внимателен у груди
- ☐ Ребенок не выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина

- ☐ Реакция на грудь отсутствует
- ☐ Захватывающий рефлекс не наблюдается
- ☐ Ребенка не интересует грудь
- ☐ Ребенок неспокоен, может плакать
- ☐ Ребенок выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина отсутствуют

Эмоциональная связь

- ☐ Мать спокойна, уверена
- ☐ Мать смотрит на ребенка
- ☐ Мать гладит ребенка

- ☐ Мать и ребенок не смотрят друг на друга
- ☐ Мать качает ребенка
- ☐ Нервное, напряженное состояние
- ☐ Мать не гладит ребенка

Анатомия молочных желез

- ☐ После кормления грудь мягкая
- ☐ Соски набухшие, вытянуты вперед
- ☐ Кожа выглядит здоровой
- ☐ Во время кормления грудь кажется круглой

- ☐ Нагрубания груди
- ☐ Соски плоские или втянутые
- ☐ Трещины или покраснения кожи
- ☐ Грудь кажется вытянутой

Сосание

- ☐ Рот широко открыт
- ☐ Нижняя губа вывернута наружу
- ☐ Язык изогнут вокруг груди
- ☐ Щеки круглые
- ☐ Ареола больше видна над ртом ребенка
- ☐ Медленное глубокое сосание с паузами
- ☐ Можно видеть или слышать глотание

- ☐ Рот открыт нешироко, губы вытянуты вперед
- ☐ Нижняя губа не вывернута наружу
- ☐ Язык ребенка не виден
- ☐ Щеки напряжены и втянуты
- ☐ Ареола больше видна под ртом ребенка
- ☐ Только быстрое сосание
- ☐ Можно слышать чмокание и щелканье

Продолжительность сосания

- ☐ Ребенок отпустил грудь

Мать отняла ребенка от груди

Замечания:

Занятие 5**НАБЛЮДЕНИЕ ЗА КОРМЛЕНИЕМ ГРУДЬЮ****УПРАЖНЕНИЕ 1. Использование формы "НАБЛЮДЕНИЕ ЗА КОРМЛЕНИЕМ ГРУДЬЮ".**

В этом упражнении вы потренируетесь узнавать признаки правильного и неправильного положения ребенка и захвата груди по некоторым слайдам, на которых изображен процесс кормления.

Просмотрите слайды с 5/2 до 5/15 и заполните пустые формы, данные в конце после задания. Там четыре формы. Для каждого слайда заполните одну форму.

- Если вы заметили указанный признак, поставьте значок "✓" в квадрат рядом с признаком.
- Если вы не заметили указанного признака, оставьте квадрат пустым.
- Если вы заметите что-то важное, не указанное в форме, запишите это в строке "Замечания" в конце формы.

Большинство признаков будет относиться к "Положению тела" и "Сосанию".

В данном упражнении вам не нужно заполнять другие разделы.

Рис. 19

а. Ребенок правильно приложен к груди (правильный захват)

б. Ребенок неправильно приложен к груди (неправильный захват)

ФОРМА: НАБЛЮДЕНИЕ ЗА КОРМЛЕНИЕМ ГРУДЬЮ

Имя матери _____

Дата _____

Имя ребенка _____

Возраст ребенка _____

[Признаки, данные в квадратных скобках, относятся только к новорожденным]

Признаки правильного кормления

Ребенок сосал _____ минут

Признаки, указывающие на возможные трудности**Положение тела**

- ☐ Матери удобно, она расслаблена
- ☐ Тело ребенка прижато к материнскому, лицом к груди
- ☐ Голова и тело ребенка лежат в одной плоскости
- ☐ Подбородок ребенка касается груди
- ☐ [Ребенка поддерживают за ягодицы]

- ☐ Плечи напряжены, мать наклоняется над ребенком
- ☐ Тело ребенка не прижато к матери
- ☐ Шея ребенка повернута
- ☐ Подбородок ребенка не касается груди
- ☐ [Ребенка держат только за голову и плечи]

Реакции матери и ребенка

- ☐ Ребенок берет грудь, когда он голоден
- ☐ [При касании груди происходит захватывающий рефлекс]
- ☐ Ребенок облизывает грудь
- ☐ Ребенок спокоен и внимателен у груди
- ☐ Ребенок не выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина

- ☐ Реакция на грудь отсутствует
- ☐ Захватывающий рефлекс не наблюдается
- ☐ Ребенка не интересует грудь
- ☐ Ребенок неспокоен, может плакать
- ☐ Ребенок выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина отсутствуют

Эмоциональная связь

- ☐ Мать спокойна, уверена
- ☐ Мать смотрит на ребенка
- ☐ Мать гладит ребенка

- ☐ Мать и ребенок не смотрят друг на друга
- ☐ Мать качает ребенка
- ☐ Нервное, напряженное состояние
- ☐ Мать не гладит ребенка

Анатомия молочных желез

- ☐ После кормления грудь мягкая
- ☐ Соски набухшие, вытянуты вперед
- ☐ Кожа выглядит здоровой
- ☐ Во время кормления грудь кажется круглой

- ☐ Нагрубания груди
- ☐ Соски плоские или втянутые
- ☐ Трещины или покраснения кожи
- ☐ Грудь кажется вытянутой

Сосание

- ☐ Рот широко открыт
- ☐ Нижняя губа вывернута наружу
- ☐ Язык изогнут вокруг груди
- ☐ Щеки круглые
- ☐ Ареола больше видна над ртом ребенка
- ☐ Медленное глубокое сосание с паузами
- ☐ Можно видеть или слышать глотание

- ☐ Рот открыт нешироко, губы вытянуты вперед
- ☐ Нижняя губа не вывернута наружу
- ☐ Язык ребенка не виден
- ☐ Щеки напряжены и втянуты
- ☐ Ареола больше видна под ртом ребенка
- ☐ Только быстрое сосание
- ☐ Можно слышать чмокание и щелканье

Продолжительность сосания

- ☐ Ребенок отпустил грудь

Мать отняла ребенка от груди

Замечания:

ФОРМА: НАБЛЮДЕНИЕ ЗА КОРМЛЕНИЕМ ГРУДЬЮ

Имя матери _____

Дата _____

Имя ребенка _____

Возраст ребенка _____

[Признаки, данные в квадратных скобках, относятся только к новорожденным]

Признаки правильного кормленияРебенок сосал _____ минут
*Признаки, указывающие на
возможные трудности***Положение тела**

- ☐ Матери удобно, она расслаблена
- ☐ Тело ребенка прижато к материнскому, лицом к груди
- ☐ Голова и тело ребенка лежат в одной плоскости
- ☐ Подбородок ребенка касается груди
- ☐ [Ребенка поддерживают за ягодицы]

- ☐ Плечи напряжены, мать наклоняется над ребенком
- ☐ Тело ребенка не прижато к матери
- ☐ Шея ребенка повернута
- ☐ Подбородок ребенка не касается груди
- ☐ [Ребенка держат только за голову и плечи]

Реакции матери и ребенка

- ☐ Ребенок берет грудь, когда он голоден
- ☐ [При касании груди происходит захватывающий рефлекс]
- ☐ Ребенок облизывает грудь
- ☐ Ребенок спокоен и внимателен у груди
- ☐ Ребенок не выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина

- ☐ Реакция на грудь отсутствует
- ☐ Захватывающий рефлекс не наблюдается
- ☐ Ребенка не интересует грудь
- ☐ Ребенок неспокоен, может плакать
- ☐ Ребенок выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина отсутствуют

Эмоциональная связь

- ☐ Мать спокойна, уверена
- ☐ Мать смотрит на ребенка
- ☐ Мать гладит ребенка

- ☐ Мать и ребенок не смотрят друг на друга
- ☐ Мать качает ребенка
- ☐ Нервное, напряженное состояние
- ☐ Мать не гладит ребенка

Анатомия молочных желез

- ☐ После кормления грудь мягкая
- ☐ Соски набухшие, вытянуты вперед
- ☐ Кожа выглядит здоровой
- ☐ Во время кормления грудь кажется круглой

- ☐ Нагрубания груди
- ☐ Соски плоские или втянутые
- ☐ Трещины или покраснения кожи
- ☐ Грудь кажется вытянутой

Сосание

- ☐ Рот широко открыт
- ☐ Нижняя губа вывернута наружу
- ☐ Язык изогнут вокруг груди
- ☐ Щеки круглые
- ☐ Ареола больше видна над ртом ребенка
- ☐ Медленное глубокое сосание с паузами
- ☐ Можно видеть или слышать глотание

- ☐ Рот открыт нешироко, губы вытянуты вперед
- ☐ Нижняя губа не вывернута наружу
- ☐ Язык ребенка не виден
- ☐ Щеки напряжены и втянуты
- ☐ Ареола больше видна под ртом ребенка
- ☐ Только быстрое сосание
- ☐ Можно слышать чмокание и щелканье

Продолжительность сосания

- ☐ Ребенок отпустил грудь

Мать отняла ребенка от груди

Замечания:

ФОРМА: НАБЛЮДЕНИЕ ЗА КОРМЛЕНИЕМ ГРУДЬЮ

Имя матери _____

Дата _____

Имя ребенка _____

Возраст ребенка _____

[Признаки, данные в квадратных скобках, относятся только к новорожденным]

Признаки правильного кормления

Ребенок сосал _____ минут

*Признаки, указывающие на возможные трудности***Положение тела**

- ☐ Матери удобно, она расслаблена
- ☐ Тело ребенка прижато к материнскому, лицом к груди
- ☐ Голова и тело ребенка лежат в одной плоскости
- ☐ Подбородок ребенка касается груди
- ☐ [Ребенка поддерживают за ягодицы]

- ☐ Плечи напряжены, мать наклоняется над ребенком
- ☐ Тело ребенка не прижато к матери
- ☐ Шея ребенка повернута
- ☐ Подбородок ребенка не касается груди
- ☐ [Ребенка держат только за голову и плечи]

Реакции матери и ребенка

- ☐ Ребенок берет грудь, когда он голоден
- ☐ [При касании груди происходит захватывающий рефлекс]
- ☐ Ребенок облизывает грудь
- ☐ Ребенок спокоен и внимателен у груди
- ☐ Ребенок не выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина

- ☐ Реакция на грудь отсутствует
- ☐ Захватывающий рефлекс не наблюдается
- ☐ Ребенка не интересует грудь
- ☐ Ребенок неспокоен, может плакать
- ☐ Ребенок выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина отсутствуют

Эмоциональная связь

- ☐ Мать спокойна, уверена
- ☐ Мать смотрит на ребенка
- ☐ Мать гладит ребенка

- ☐ Мать и ребенок не смотрят друг на друга
- ☐ Мать качает ребенка
- ☐ Нервное, напряженное состояние
- ☐ Мать не гладит ребенка

Анатомия молочных желез

- ☐ После кормления грудь мягкая
- ☐ Соски набухшие, вытянуты вперед
- ☐ Кожа выглядит здоровой
- ☐ Во время кормления грудь кажется круглой

- ☐ Нагрубания груди
- ☐ Соски плоские или втянутые
- ☐ Трещины или покраснения кожи
- ☐ Грудь кажется вытянутой

Сосание

- ☐ Рот широко открыт
- ☐ Нижняя губа вывернута наружу
- ☐ Язык изогнут вокруг груди
- ☐ Щеки круглые
- ☐ Ареола больше видна над ртом ребенка
- ☐ Медленное глубокое сосание с паузами
- ☐ Можно видеть или слышать глотание

- ☐ Рот открыт нешироко, губы вытянуты вперед
- ☐ Нижняя губа не вывернута наружу
- ☐ Язык ребенка не виден
- ☐ Щеки напряжены и втянуты
- ☐ Ареола больше видна под ртом ребенка
- ☐ Только быстрое сосание
- ☐ Можно слышать чмокание и щелканье

Продолжительность сосания

- ☐ Ребенок отпустил грудь

Мать отняла ребенка от груди

Замечания:

ФОРМА: НАБЛЮДЕНИЕ ЗА КОРМЛЕНИЕМ ГРУДЬЮ

Имя матери _____

Дата _____

Имя ребенка _____

Возраст ребенка _____

[Признаки, данные в квадратных скобках, относятся только к новорожденным]

Признаки правильного кормленияРебенок сосал _____ минут
*Признаки, указывающие на
возможные трудности***Положение тела**

- ☐ Матери удобно, она расслаблена
- ☐ Тело ребенка прижато к материнскому, лицом к груди
- ☐ Голова и тело ребенка лежат в одной плоскости
- ☐ Подбородок ребенка касается груди
- ☐ [Ребенка поддерживают за ягодицы]

- ☐ Плечи напряжены, мать наклоняется над ребенком
- ☐ Тело ребенка не прижато к матери
- ☐ Шея ребенка повернута
- ☐ Подбородок ребенка не касается груди
- ☐ [Ребенка держат только за голову и плечи]

Реакции матери и ребенка

- ☐ Ребенок берет грудь, когда он голоден
- ☐ [При касании груди происходит захватывающий рефлекс]
- ☐ Ребенок облизывает грудь
- ☐ Ребенок спокоен и внимателен у груди
- ☐ Ребенок не выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина

- ☐ Реакция на грудь отсутствует
- ☐ Захватывающий рефлекс не наблюдается
- ☐ Ребенка не интересует грудь
- ☐ Ребенок неспокоен, может плакать
- ☐ Ребенок выпускает грудь
- ☐ Признаки рефлекса окситоцина отсутствуют

Эмоциональная связь

- ☐ Мать спокойна, уверена
- ☐ Мать смотрит на ребенка
- ☐ Мать гладит ребенка

- ☐ Мать и ребенок не смотрят друг на друга
- ☐ Мать качает ребенка
- ☐ Нервное, напряженное состояние
- ☐ Мать не гладит ребенка

Анатомия молочных желез

- ☐ После кормления грудь мягкая
- ☐ Соски набухшие, вытянуты вперед
- ☐ Кожа выглядит здоровой
- ☐ Во время кормления грудь кажется круглой

- ☐ Нагрубания груди
- ☐ Соски плоские или втянутые
- ☐ Трещины или покраснения кожи
- ☐ Грудь кажется вытянутой

Сосание

- ☐ Рот широко открыт
- ☐ Нижняя губа вывернута наружу
- ☐ Язык изогнут вокруг груди
- ☐ Щеки круглые
- ☐ Ареола больше видна над ртом ребенка
- ☐ Медленное глубокое сосание с паузами
- ☐ Можно видеть или слышать глотание

- ☐ Рот открыт нешироко, губы вытянуты вперед
- ☐ Нижняя губа не вывернута наружу
- ☐ Язык ребенка не виден
- ☐ Щеки напряжены и втянуты
- ☐ Ареола больше видна под ртом ребенка
- ☐ Только быстрое сосание
- ☐ Можно слышать чмокание и щелканье

Продолжительность сосания

- ☐ Ребенок отпустил грудь

Мать отняла ребенка от груди

Замечания:

Занятие 6

СЛУШАТЬ И УЗНАВАТЬ

Введение

Давать совет - это способ работы с людьми, где вы стараетесь понять их чувства и помочь им решить их проблемы.

На этих занятиях вы будете обсуждать кормящих грудью матерей и их чувства.

Грудное вскармливание - это не единственная ситуация, где необходим совет.

При разговоре с пациентами или клиентами, находящимися в разных ситуациях, важно уметь дать совет. Это умение может вам пригодиться в вашей семье и с друзьями или с коллегами на работе. Потренируйте эти навыки со слушателями - результаты этого общения могут вас удивить и обнадежить.

Первых два занятия посвящены навыкам "слушать и узнавать".

Кормящая грудью мать может не раскрывать своих чувств, особенно если она застенчива и перед ней незнакомый человек.

Вы должны уметь выслушать ее и дать ей почувствовать, что она вас интересует.

Это вызовет ее на разговор. Скорее всего, она не "отвернется" и не будет молчать.

Замечания о навыках слушать и узнавать

Навык 1. Использовать полезное несловесное общение

Невербальная коммуникация означает, что вы показываете свое отношение к собеседнику своей позой, выражением лица, жестами, а не только словами. Невербальная коммуникация показывает матери, что вы заинтересованы в общении с ней, а это поможет ей больше рассказать вам.

Навык 2. Задавать "открытые" вопросы

"Открытые" вопросы обычно самые полезные. Чтобы ответить на них мать должна сообщить вам некоторую информацию. "Открытые" вопросы обычно начинаются словами: "Как?", "Что?" "Когда?" "Где?", "Почему?"

Например: "Как вы кормите вашего ребенка?"

"Закрытые" вопросы обычно менее полезны. Они подсказывают матери ожидаемый вами ответ, и на эти вопросы она может ответить словами; "Да" или "Нет". "Закрытые" вопросы обычно начинаются словами: "Вы делаете?" или "Он делал?" или "Он сделал?" или "Она делала?" Например: "Вы вскармливали грудью вашего предыдущего ребенка?"

Если мать отвечает на этот вопрос "Да", вы все же не знаете, кормила ли она его исключительно грудью, или она также искусственно подкармливала его..

В *начале* разговора полезно задать открытый широкий вопрос.

Например, "Как, по вашему, проходит грудное вскармливание?"

Для *продолжения* будет полезен более конкретный открытый вопрос.

Например: "Через сколько времени после рождения вы покормили ребенка?"

Иногда полезно задать закрытый вопрос, чтобы убедиться в чем-то.

Например: "Вы даете ребенку дополнительное питание или питье?"

Если в ответе вы услышите "Да", можно задать открытый вопрос, чтобы узнать больше. Например: "Почему вы начали это делать?" или "Что именно вы даете?"

Навык 3. Реагировать и жестикулировать, выражая тем самым интерес

Другой способ поощрить мать к разговору- жесты, такие как кивание, улыбка и поощряющие междометия типа "М-mmm" или "Ага", которые показывают матери вашу заинтересованность.

Навык 4. Отражение слов матери

Чтобы показать матери, что вы слышали то, что она сказала и подбодрить ее на дальнейший разговор, повторяйте то, что услышали от нее. Старайтесь сказать это своими словами. Например, если мать сказала: "Мой ребенок много плакал вчера ночью", вы могли бы построить вашу фразу так: "Вы вчера не спали всю ночь из-за того, что ребенок плакал?"

Навык 5. Проникнуться - показать, что вам понятны ее чувства.

Выделение отдельных эпизодов показывает, что вы понимаете чувства собеседника. Например, если женщина сказала: "Мой ребенок хочет есть очень часто, и я так устаю", вы можете сказать: "Вы все время чувствуете себя усталой?" Ваш ответ показывает это. Если вы спросите: "Как часто он ест? Что еще вы ему даете?" вы не выделяете чувство матери.

Навык 6. Избегать употребление оценивающих слов

Оценивающие слова - это правильно, неправильно, хорошо, плохо, достаточно, очевидно. Если вы пользуетесь этими словами в вопросах, мать может подумать, что она делает что-то неправильно, что что-то не так с ее ребенком.

Хотя иногда вам понадобятся положительные оценивающие слова, в частности, чтобы установить доверительные отношения с матерью (см. Занятие 11 "Формирование уверенности и оказание поддержки".)

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ПО НЕСЛОВЕСНОМУ ОБЩЕНИЮ

Следить за уровнем головы
Уделять внимание
Устранять препятствия
Не спешить
Касаться подобающим образом

Навыки слушать и узнавать

- ☐ Использовать полезное несловесное общение.
- ☐ Задавать "открытые" вопросы.
- ☐ Реагировать и жестикулировать, выражая тем самым интерес.
- ☐ "Отражать" слова матери.
- ☐ Проникнуться - показать, что вам понятны ее чувства.
- ☐ Избегать употребление оценивающих слов.

Занятие 7**УПРАЖНЕНИЯ ПО НАВЫКАМ
“СЛУШАТЬ И УЗНАВАТЬ”****УПРАЖНЕНИЕ 2. Задавать “открытые” вопросы****Как выполнять упражнение:**

Вопросы 1-3 - “закрытые” вопросы и на них легко ответить словами “да” или “нет”.

Напишите новый “открытый” вопрос, который требует от матери большей информации при ответе.

Вопрос 4 - дополнительное ситуационное упражнение; выполняется в том случае, если будет время.

Пример:

Вы вскармливаете грудью вашего малыша?

Как вы кормите ребенка?

Ответить:

1. Ваш ребенок спит с вами?

2. Ваш ребенок часто остается без вас?

3. Ваши соски воспалены?

4. Дополнительное ситуационное упражнение

Андрей и Дина принесли трехмесячного Игоря в клинику. Они хотят поговорить с вами, так как он не прибавляет в весе.

Напишите два “открытых” вопроса, которые вы зададите Андрею и Дине.

Вопросы должны быть составлены так, чтобы на них нельзя было ответить словами “да” или “нет”.

УПРАЖНЕНИЕ 3. Отражать слова матери**Как выполнять упражнение:**

Предложения 1-5 - это то, что могут сказать вам матери.

Кроме того, к каждому предложению даны три ответа. Отметьте ответ, который отражает утверждение матери.

Составьте собственные ответы, которые бы "отражали" сказанное матерью.

Номер 6 - дополнительное упражнение по составлению короткого рассказа, которое можно выполнить, если у вас будет время.

Пример:

Моя мать говорит, что у меня не хватает молока

✓

а) Как вы думаете, у вас достаточно молока?

б) Почему она так думает?

в) Она говорит, что у вас мало молока?

Ответить:

1. У моего ребенка частый стул - иногда 8 раз в день

а) У него частый стул каждый день?

б) Какой стул у вашего ребенка?

в) Это случается каждый день или только несколько дней?

2. Похоже, что он не хочет сосать грудь

а) Вы его чем-нибудь подкармливаете?

б) Когда он отказался брать грудь?

в) Похоже, что он отказывается сосать грудь?

3. Я пытаюсь покормить его из бутылочки, но он её выплевывает

а) Почему вы пытаетесь использовать бутылочку?

б) Он отказывается сосать из бутылочки?

в) Вы пытались пользоваться чашкой?

4. Иногда у него не бывает стула 3-4 дня.

5. Мой муж говорит, что наш ребенок достаточно большой, чтобы вскармливаться грудью.

6. Дополнительное ситуационное упражнение

Вы встретили Катю на базаре с ее двухмесячным ребенком. Вы сказали ей, что ее ребенок хорошо выглядит и спросили о ее самочувствии и ребенка. Она ответила: "О, у нас все прекрасно. Но вечером его нужно подкармливать из бутылочки".

Как вы используете навык "Отражать слова матери" (Кати), чтобы получить дополнительную информацию?

УПРАЖНЕНИЕ 4. Проникнуться - показать, что вам понятны ее чувства

Как выполнять упражнение:

Предложения 1-5 - это то, что могут сказать матери.

К каждому предложению даны по три предложения, которые могут у вас возникнуть.

Подчеркните слова в фразах матерей, которые выражают их чувства.

Отметьте предложения, которые наиболее проникновенны.

В предложениях 4-5 подчеркните слова, выражающие чувства, и затем составьте свои "проникновенные" предложения.

Номер 6 - это дополнительное ситуационное упражнение

Пример:

Мой ребенок так часто просит есть.
это меня утомляет

✓

а) Сколько всего раз в день он ест?

б) Он будит вас каждую ночь?

в) Вы действительно устаете от
ночного кормления

Ответить:

1. Мои соски настолько болезненны, что я вынуждена буду перейти на искусственное вскармливание.

- а) Боль в сосках вынуждает вас прекратить грудное вскармливание?
- б) Вы искусственно вскармливали кого-нибудь из ваших предыдущих детей?
- в) О, Не делайте этого- не нужно прекращать кормить грудью только лишь из-за сосков.

2. Мое грудное молоко слишком тощее. Я уверена, что оно не может быть хорошим.

- а) Это первая порция молока она всегда выглядит достаточно водянистой.
- б) Вас беспокоит внешний вид вашего молока?
- в) Ну, а сколько весит ваш ребенок?

3. У меня нет молока и моему ребенку уже один день.

- а) Вы огорчены тем, что ваше грудное молоко еще не пришло?
- б) Он уже начал сосать грудь?
- в) Обычно, грудное молоко начинает приходить через несколько дней.

4. На работе в течение всего дня из моих груди просачивается молоко - это так неудобно.

5. Во время кормления грудью у меня появляются сильные боли в животе.

6. Дополнительное ситуационное упражнение

Анна принесла своего ребенка Сашу на осмотр. Она обеспокоена. Она говорит: Саша часто сосет грудь, но он кажется очень худым.

Что вы скажете Анне, чтобы показать, что вам понятны ее чувства?

УПРАЖНЕНИЕ 5. *Оценивающие слова*

ОЦЕНИВАЮЩИЕ СЛОВА

Хорошо	Нормально	Достаточно	Трудности	Слишком много плачет
хороший	правильно	адекватный	провал	несчастлив
плохой	неправильно	удовлетворительный	неудача	счастлив
плохо	безошибочно	не адекватный	успех	боль
		значительно	успешно	нервный

ИЗБЕГАЙТЕ ОЦЕНИВАЮЩИХ СЛОВ

<i>Слова</i>	<i>Оценивающие вопросы</i>	<i>Не оценивающие вопросы</i>
Хорошо	Он сосет хорошо?	
Нормальный	У него нормальный стул?	
Достаточно	Он достаточно прибавил в весе?	
Проблема	У вас возникают проблемы при кормлении грудью?	
Слишком много плачет	Он слишком много плачет?	

Занятие 8

ПРАКТИКА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Введение

Стиль работы медицинских учреждений больше всего воздействует на распространение грудного вскармливания.

Плохая организация работы способствует распространению искусственного питания. Хорошая организация способствует успешному грудному вскармливанию, которое будет продолжаться долгое время. В родильных домах матерям помогают начать грудное вскармливание непосредственно после родов, а также организовать его после родов. Другие медицинские учреждения помогают продолжать его до 2-х лет и больше (см. Занятие 28 "Поддержка продолжения грудного вскармливания").

В 1989 году ВОЗ и ЮНИСЕФ опубликовали Совместный отчет под названием *"Защита, содействие и поддержка грудного вскармливания: Особая роль родовспомогательных служб"*. В нем описывается, как службы охраны материнства могут поддерживать грудное вскармливание. "Десять шагов" - краткое содержание основных рекомендаций этого совместного отчета. Они легли в основу инициативы "Больницы, доброжелательной к ребенку". Для того, чтобы родильное учреждение получило статус "Больницы, доброжелательной к ребенку", необходимо воплотить в жизнь "10 шагов".

Рис. 20 Контакт "кожа к коже" в течение первого часа после родов помогает грудному вскармливанию и возникновению эмоциональной близости.

ДЕСЯТЬ ШАГОВ К УСПЕШНОМУ ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ

Каждому родильному дому и больнице по уходу за новорожденными детьми, следует:

1. Строго придерживаться установленных правил грудного вскармливания и регулярно доводить эти правила до сведения медицинского персонала и рожениц.
2. Обучать медицинский персонал необходимым навыкам для осуществления практики грудного вскармливания.
3. Информировать всех беременных женщин о преимуществах и технике грудного вскармливания
4. Помогать матерям начинать грудное вскармливание в течение первого получаса после родов.
5. Показывать матерям, как кормить грудью и как сохранить лактацию, даже если они временно отделены от своих детей.
6. Не давать новорожденным детям никакой другой пищи или питья, кроме грудного молока, за исключением случаев, обусловленных медицинскими показаниями.
7. Практиковать круглосуточное нахождение матери и новорожденного рядом в одной палате.
8. Поощрять кормление грудью по первому требованию ребенка, а не по расписанию.
9. Не давать новорожденным, находящимся на грудном вскармливании никаких успокаивающих средств и устройств, имитирующих материнскую грудь (соски и др.)
10. Поощрять организацию групп поддержки грудного вскармливания и направлять матерей в эти группы после выписки из родильного дома или больницы.

АНТЕНАТАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА К КОРМЛЕНИЮ ГРУДЬЮ

С группами матерей:

- Объяснить преимущества грудного вскармливания
- Дать простую уместную информацию о том, как кормить грудью
- Объяснить, что происходит после родов
- Обсудить вопросы матерей

С каждой матерью индивидуально:

- Расспросить о предыдущем опыте кормления грудью
- Спросить, есть ли у нее вопросы или какие-либо тревоги
- Осмотреть ее молочные железы, если она тревожится на их счет
- Вселить в нее уверенность и объяснить, что вы ей поможете

Опасность предлактационного питания

До первого кормления грудью ничего не давайте ребенку. Предлактационное кормление опасно, потому что:

- Оно заменяет молозиво - самую раннюю пищу ребенка.
 - Больше вероятности того, что у ребенка могут развиваться инфекции, такие как диарея, септицемия и менингит.
 - Больше вероятности того, что у ребенка разовьется непереносимость протеинов искусственного питания, а также аллергии, как например экзема.
- Оно мешает налаживанию сосания.
 - Голод ребенка удовлетворен, поэтому ему меньше хочется сосать.
 - Если ребенка кормят искусственной пищей из бутылочки с соской, то ему труднее будет приладиться к груди.
 - Ребенок меньше сосет и меньше стимулирует молочные железы.
 - Требуется больше времени для "прибытия" молока и это также затрудняет налаживание кормления грудью.

Если даже ребенка только несколько раз покормили предлактационно, то более вероятно, что у его матери будут трудности с молочными железами, как, например, застой молока. И больше вероятности того, что кормить грудью прекратят раньше, чем если бы ребенка с самого рождения кормили исключительно грудью.

ПРЕИМУЩЕСТВА СОВМЕСТНОГО ПРЕБЫВАНИЯ МАТЕРИ И РЕБЕНКА И КОРМЛЕНИЯ ПО ТРЕБОВАНИЮ

Совместное пребывание матери и ребенка и кормление по требованию помогают в формировании эмоциональных связей и грудному вскармливанию.

Преимущества совместного пребывания:

- Мать может реагировать на ребенка, что помогает установлению эмоциональных связей
- Ребенок меньше плачет, меньше причин дать ему бутылочку
- Матери больше верят в кормление грудью
- Кормление грудью продолжается дольше

Преимущества кормления по требованию:

- Грудное молоко быстрее прибывает
- Ребенок быстрее набирает вес
- Меньше проблем типа нагрубания грудных желез
- Легче приучать ребенка к кормлению грудью

Рис. 21 Мать и ребенок лежат в одной кровати, это позволяет матери отдыхать во время кормления

КАК ПОМОЧЬ МАТЕРИ НА РАННЕМ ЭТАПЕ КОРМЛЕНИЯ ГРУДЬЮ

- *Избегайте спешки и шума.*
Говорите спокойно и не торопитесь, даже если у вас есть только несколько минут.
 - *Спросите у матери, как она себя чувствует и как продвигается кормление грудью.*
Позвольте ей рассказать вам, как она себя чувствует, прежде чем сообщить ей какую-либо информация или сделать предложения.
 - *Понаблюдайте за кормлением грудью.*
Постарайтесь увидеть мать в то время, когда она кормит грудью, и спокойно наблюдайте, как она это делает. Если положение ребенка хорошее и он хорошо приложен к груди, то скажите ей, как хорошо это получается у нее и у ребенка. В этом случае вам нет необходимости показывать матери, что делать.
 - *Помогите принять удобное положение, если необходимо.*
Если у матери есть затруднения или ребенок у нее плохо приложен к груди, окажите ей соответствующую помощь.
 - *Дайте матери уместную информацию.*
Убедитесь, что мать знает о кормлении по требованию, о сигналах, которые подает ребенок, показывая, что готов есть, и объясните, как у нее "прибудет" молоко.
 - *Ответьте на вопросы матери.*
У матери могут быть некоторые вопросы, которые она хочет задать, или в процессе беседы с ней вы узнаете, что ее что-то беспокоит или она в чем-то не уверена. Объясните просто и четко, что ей нужно знать.
-

Шаг 10 из "Десяти шагов к успешному грудному вскармливанию"

В этом шаге говорится: "Поощрять организацию групп поддержки грудного вскармливания и направлять матерей в эти группы после выписки из родильного дома или больницы".

Многие матери отказываются кормить грудью или начинают вводить прикорм в первые недели жизни ребенка.

Чаще всего в это время и возникают трудности. Тем не менее, многих матерей выписывают через день или два после родов, когда у них еще не успевает "прибыть" молоко и наладиться кормление грудью.

Даже хорошо поставленная в больнице практика не может исключить все трудности.

Они не могут уверить в том, что матери будут кормить исключительно грудью. Поэтому важно предусмотреть, что может случиться, когда матери окажутся дома.

Возможные источники помощи кормящим грудью матерям включают:

- *Поддержка семьи и друзей.*

Часто это самый главный источник поддержки. Общественная поддержка часто может быть хорошей там, где крепки традиции грудного вскармливания и где члены семьи живут недалеко друг от друга. Однако некоторые традиционные понятия могут быть ошибочны. Многие женщины, особенно в городах, не имеют особой поддержки. Или у них могут найтись друзья или родственники, поощряющие кормить из бутылочки.

- *Ранний постнатальный контроль в течение недели после выписки из больницы.*

Этот контроль должен включать наблюдение за кормлением грудью и обсуждение того, как оно протекает. Вы можете помочь матерям справиться с мелкими трудностями, пока они не стали серьезными проблемами.

- *Регулярный контроль и продолжение оказания помощи со стороны служб здравоохранения.*

Этот контроль также должен включать наблюдение за кормлением грудью, а также обсуждение вопросов планирования семьи (см. Занятие 31, "Питание, здоровье и фертильность женщины").

- *Продолжение оказания помощи со стороны служб здравоохранения.*

Всегда во время контактов медсестры с матерью и ребенком до исполнения ему 2 лет, она должна выступать в поддержку кормления грудью. (См. Занятие 28, "Поддержка продолжения грудного вскармливания").

- *Помощь со стороны общественных работников здравоохранения.*

Общественным работникам здравоохранения часто бывает легче оказать помощь кормящим грудью матерям, так как они могут жить поблизости. Они могут чаще видеть мать и уделить ей больше времени, чем работники учреждений здравоохранения. Было бы полезным обучить общественных работников здравоохранения искусству консультирования по вопросам кормления грудью.

- *Группы в поддержку грудного вскармливания.*

ГРУППЫ ПОДДЕРЖКИ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

- Группа может быть организована медработниками, группой женщин, которые считают кормление грудью очень важным, или матерями, которые встречались в женской консультации до родов или в роддоме, и хотели бы продолжать эти встречи и помочь друг другу.
- Группа кормящих матерей встречается раз в 1-4 недели, часто в квартире одной из них, или в каком-то общественном месте. У них может быть определенная тема типа "Преимущества кормления грудью" или "Преодоление трудностей".
- Они обмениваются опытом, поддерживают друг друга, помогают преодолеть возникшие трудности. Они больше узнают о своем организме.
- В группе должна быть участница, которая много знает о кормлении грудью, и обучает других. Должна быть участница, которая сможет скорректировать ошибочные взгляды и предложить способ решения возникших затруднений. Это поможет группе иметь позитивную направленность и не концентрироваться на жалобах. Это может быть медработник или любая женщина, глубоко изучившая проблему.
- Группе нужен консультант, к которому можно было бы обратиться в случае необходимости. Это может быть медработник, специализирующийся на кормлении грудью, с которым они время от времени встречаются. Группе также нужны самые свежие материалы по грудному вскармливанию. Медработник может помочь им в этом.
- Матери могут помогать друг другу не только во время собраний. Они могут посещать друг друга, когда чем-то обеспокоены или не знают, что делать.
- Группы поддержки грудного вскармливания могут стать важным фактором в жизни одиноких матерей.
- Матери могут стать фактором, который формирует доверие к кормлению грудью и снижает обеспокоенность.
- Они могут оказывать друг другу и другую помощь, в которой нуждаются, и которой нельзя получить от медработников.

ЧТО ДЕЛАТЬ ДО ТОГО, КАК МАТЬ ПОКИНЕТ РОДИЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

- Выясните, какую поддержку оказывают матери дома.
- По возможности, поговорите с членами семьи о том, что ей нужно.
- Организуйте постнатальный контроль в первую неделю, включающий наблюдение за процессом кормления грудью.
- Убедитесь, что мать знает, как связаться с работником здравоохранения, который в случае необходимости может помочь с налаживанием кормления грудью.
- Если по соседству имеется группа поддержки грудного вскармливания, направьте мать туда.

Рис. 22. Поговорите с членами семьи о потребностях молодой матери

Отцы могут быть мощным фактором, поддерживающим кормление грудью

Занятие 9**КЛИНИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1****Слушать и узнавать****Оценка кормления грудью**

Здесь представлены краткие инструкции, которые вы получите от преподавателя, ведущего курс, о том, как проводить клиническое занятие. Постарайтесь найти время и прочитать их, чтобы знать, что делать во время занятия.

Во время клинического занятия вы будете работать в небольших группах, по очереди беседуя с женщинами, в то время как другие члены группы будут наблюдать за вами. Это тренировка навыков наблюдения и оценки грудного вскармливания, а также навыков слушать и узнавать, описанных в Занятии 6.

После тренинга запишите матерей, которых вы видели, в форму **ПРОХОЖДЕНИЕ КЛИНИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ** на стр. 186.

Что взять с собой:

- 2 копии формы **НАБЛЮДЕНИЕ ЗА КОРМЛЕНИЕМ ГРУДЬЮ**;
- 1 копию формы **НАВЫКИ СЛУШАТЬ И УЗНАВАТЬ**;
- карандаш и бумагу для записей.
- Руководство вам не понадобится.

Если вы ведете беседу с матерью:

- Представьтесь и попросите разрешения поговорить с ней. Представьте других членов группы и объясните, что вас интересует кормление ребенка.
- Постарайтесь найти стул или табуретку, чтобы сесть. Если необходимо и разрешено в учреждении, сядьте на кровать.
- Если женщина кормит ребенка, попросите ее продолжать. Если она не кормит ребенка, попросите ее сделать это, как она делает обычно, когда ребенок проголодается. Попросите разрешения, чтобы группа могла понаблюдать за кормлением.
- До или после кормления задайте женщине несколько открытых вопросов о том, как она себя чувствует, как чувствует себя ребенок, как проходит кормление грудью, чтобы начать беседу. Подбадривайте ее, чтобы она рассказывала о себе и ребенке. Применяйте как можно больше навыков слушать и узнавать.

В период наблюдения:

- Стойте спокойно где-нибудь в стороне. Постарайтесь не шуметь и не двигаться по комнате. Не комментируйте и не разговаривайте между собой.
- Проведите общее наблюдение за матерью и ребенком. Обратите, например, внимание, счастлива ли она. Есть ли у нее искусственное питание и бутылочка?
- Проанализируйте ход беседы с матерью. Обратите внимание: кто больше говорит. Говорит ли женщина свободно, с желанием?
- Обратите особое внимание на использование приемов слушать и узнавать, включая приемы невербальной коммуникации, со стороны медработника, участвующего в беседе. В форме **НАВЫКИ СЛУШАТЬ И УЗНАВАТЬ** поставьте значок "✓"; при использовании тех или иных приемов, что необходимо для дальнейшего обсуждения.
Если у ведущего была допущена ошибка, в частности использовались оценивающие слова и было много закрытых вопросов, запишите это.
- Спокойно стойте и наблюдайте за кормлением, одновременно заполняйте форму **НАБЛЮДЕНИЕ ЗА КОРМЛЕНИЕМ ГРУДЬЮ**. Запишите имена матери и ребенка, отметьте наличие признаков, в конце укажите время кормления.
- Поблагодарите женщину за участие в беседе, и скажите что-нибудь, чтобы подбодрить ее.

ОШИБКИ, КОТОРЫХ СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ

- **Не говорите, что вы интересуетесь кормлением грудью.**
Поведение матери может измениться. Она может не заговорить свободно о кормлении из бутылочки. Следует говорить, что вы интересуетесь "кормлением ребенка" или "как едят дети".
- **Не помогайте матери и не давайте никаких советов.**
Во время первого клинического занятия, если вам показалось, что мать нуждается в помощи, сообщите вашему преподавателю или персоналу роддома об этом.
- **Будьте очень внимательны, чтобы формы, которые вы принесли не помешали беседе.**
Ведущий беседу не должен делать никаких пометок в форме во время разговора. Можно посмотреть в форму, чтобы что-то вспомнить, заполнять формы можно только после разговора. Наблюдающие могут делать заметки