

PODPORA PŘIROZENÉ VÝŽIVY KOJENCŮ

MUDr. Martin Gregora

Dětské oddělení nemocnice Strakonice

Mateřské mléko je ideální funkční potravinou, nedostižitelným vzorem jakkoli kvalitního umělého mléka. Svým složením přesně odpovídá proměnlivým potřebám kojence. V povědomí široké laické i odborné veřejnosti je prospěšnost výlučného kojení v prvních 6 měsících věku dítěte, kdy je mateřské mléko považováno za optimální zdroj výživy. Méně známou, a dokonce občas opomíjenou skutečností je, že z kojení má dítě prospěch nejen v prvních 6 měsících a v průběhu celého kojeneckého věku, ale že mateřské mléko zůstává prospěšné i pro dítě starší. Při průměrné tvorbě kolem 500 ml mléka denně uspokojuje více než 30 % bílkovinných a energetických potřeb dítěte mezi jedním a dvěma lety věku. To je také jeden z důvodů, proč WHO doporučuje kojení do 2 let i déle. Relativní nedostatek minerálů a vitaminů v mateřském mléce není důvodem k dřívějšímu podání nemléčných příkrmů.

Pediatr. pro Praxi, 2007; 8(5): 322

Obecné principy k podpoře dlouhodobého kojení:

- sjednotit postupy všech skupin zdravotnických pracovníků, podílejících se na péči o matku a dítě
- šířit na všech úsecích zdravotní péče teoretické znalosti a praktické zkušenosti v technice kojení, v předcházení a řešení problémů při kojení, vhodnost použití pomůcek pro kojící matky
- zavádět na všech úsecích péče o matku a dítě postupy, které podporují a usnadňují kojení, a aktivně zasahovat proti praktikám, které kojení negativně ovlivňují
- podporovat vnímání kojení jako běžné části každodenního života
- představovat kojení kladně v médiích
- zajistit, aby se výuka kojení stala součástí výuky na všech úrovních vzdělávání zdravotnických pracovníků i v osnovách ZŠ
- prosazovat, aby aktivity na podporu kojení (nezbytné služby a úkony) byly jako součást zdravotní péče hrazeny pojišťovnami
- propagovat výlučné kojení do 6 měsíců věku dítěte a v kojení s postupně zaváděným příkrmem pokračovat až do 2 let
- zajistit dostupnost poradenství na odborné (laktiční specialisté z řad zdravotníků) i na laické úrovni (laktiční poradci, podpůrné skupiny matek, mateřská centra)
- podporovat činnost Národního výboru pro kojení, Dokumentačního centra na podporu kojení, Laktační ligy, „Horké linky kojení“ a jiných organizací zodpovědných za získávání, udržování a šíření znalostí o kojení
- účastnit se hnutí na podporu správné výživy (včetně kojení) v mezinárodních organizacích.

MUDr. Martin Gregora

Dětské oddělení nemocnice Strakonice
Radomyšlská 336, 386 01 Strakonice
e-mail: martygregora@seznam.cz