

Bi lahko povečali delež izključno dojenih šestmesečnikov v Sloveniji?

Dojenje: Dobrodošlica otroku, dobrodošlica sodobnim informacijam, podpori in pomoči

Zaradi svoje edinstvene sestave je materino mleko najprimernejša hrana dojenčka, dojenje pa naraven in optimalen način hranjenja. Materino mleko dojenčku do zaključka šestih mesecev zagotavlja vso tekočino, energijo in hranila, potrebna za njegovo rast in razvoj, zato Svetovna zdravstvena organizacija v prvih šestih mesecih priporoča izključno dojenje¹. Če pa mati iz različnih razlogov ne more ali ne želi dojiti ali pa se dojenje dobro ne vzpostavi zaradi razlogov pri otroku, se je smiselno posvetovati z zdravnikom v otroški posvetovalnici glede hranjenje dojenčka z industrijsko pripravljenim nadomestkom za materino mleko (t.i. mlečna formula). V nekaterih primerih pa otročka kombinirano prehranjujemo in sicer tako, da mati doji, delno pa dojenček dobi pripravljen nadomestek. Če otrok ni dojen, se poveča tveganje za okužbe, za razvoj prekomerne telesne teže in debelosti, motenj presnove, zgodnjega pojava alergij in astme.

Že leta 1908 je dr. Bogdan Derč, prvi slovenski pediater, zagovarjal dojenje. Takrat so statistični podatki kazali, da je delež preživelih otrok, ki so zboleli, večji, če gre za dojene otroke v primerjavi z nedojenimi. Dojenje se je v prejšnjem stoletju v razvitih državah nekoliko opuščalo, v zadnjem času pa zaradi številnih prepoznanih pozitivnih kratkoročnih in dolgoročnih učinkov na zdravje otroka, matere in zaradi skrbnejšega odnosa do okolja spet postaja prva izbira načina hranjenja otroka in njegove nege.

Kot kažejo nekateri dosegljivi podatki, dojenje v Sloveniji še vedno ni skladno s priporočili o izključnem dojenju otročka do zaključenega šestega meseca dojenčkove starosti. Po podatkih Perinatalnega informacijskega sistema IVZ je pri nas v letu 2012 ob odpustu iz porodnišnic došlo 96,9 % mater (neuradni podatek), podatek pa zajema polno in delno dojenje. Po odpustu iz porodnišnic pa dojenje upade. Do tretjega meseca dojenčkove starosti se po nekaterih delnih podatkih izključno s pripravljenimi nadomestki hrani že skoraj tretjina vseh dojenčkov (Bigec in sod., 2008²). Delež nedojenih otrok je višji pri mamicah z nižjim socialno ekonomskim statusom in nižjo stopnjo izobrazbe.

Raziskava HRAST: Pri šestih mesecih izključno doji le še 0,6 % mamic

Leta 2009 smo na Inštitutu za varovanje zdravja pričeli s pilotno raziskavo HRAST, Spremljanje dojenja, prehrane dojenčkov in majhnih otrok ter njihovega prehranskega statusa za načrtovanje in evalvacijo ukrepov na tem področju. V raziskavo smo zajeli večino mamic, ki so rodile v Ljubljanski porodnišnici v oktobru 2009. Pred anketiranjem smo oblikovali tudi merila za vključitev mamic oziroma dojenčkov v raziskavo, pri tem so sodelovali tudi strokovnjaki iz Zdravstvene fakultete Ljubljana, Pediatrične klinike Ljubljana in Porodnišnice Ljubljana; tako da smo k sodelovanju povabili

1

Izključno dojenje pomeni hranjenje dojenčka samo z materinim mlekom ob morebitnem dodajanju vitaminov ali zdravil, ki jih predpiše zdravnik.

2

Bigec M, Zorman A, Frankič M, Šrok S, Bigec SB. (2008). Prevalenca dojenja v dojenju prijazni zdravstveni ustanovi – Zdravstveni dom dr. Adolfa Drolca Maribor V: Felc Z, Skale C, urednici. Dojenje v sodobni praksi. Simpozij z mednarodno udeležbo. Zbornik predavanj. Laško, 9. maj 2008. Celje. Društvo svetovalcev za laktacijo in dojenje.

zdrave matere brez večjih zapletov pri porodu, ki so rodile donošene otročke brez večjih zdravstvenih težav.

Podatki raziskave kažejo, da je v porodnišnici vzpostavljalo dojenje 99,4 % mamic. V tretjem mesecu je dojilo 78,4 % mamic (izključno je dojila malce manj kot polovica mater, to je 48,5 %), v šestem mesecu pa 61,5 %. V šestem mesecu je izključno dojilo le še 0,6 % mamic.

Mamicam pri dojenju največ pomagajo medicinske sestre in partnerji

Da bi matere dojile, potrebujejo spodbudo in podporo. V raziskavi HRAST smo jih o dobljeni podpori tudi povprašali. 54,8 % mamic meni, da so jim nasveti iz šole za starše v pomoč pri dojenju, delno se s trditvijo strinja 27,7 % mamic. Mamicam je pri dojenju v pomoč tudi zdravstveno osebje v porodnišnici. Po podatkih te raziskave mamicam največ pomagajo medicinske sestre in sicer z nasveti in praktično, v obeh primerih v nekaj več kot 80 %; da to delno drži, je izjavila malo manj kot desetina anketiranih mamic. Raziskava je tudi pokazala, da od zdravnikov mamice dobijo manj nasvetov glede dojenja in manj praktične pomoči pri dojenju v primerjavi z medicinskimi sestrami. Mamice pa v času bivanja v porodnišnici dobivajo pomoč pri dojenju tudi od babic v porodni sobi, prijateljic, sorodnic, partnerjev, svetovalk Društva za podporo in pomoč doječim materam (LLL Slovenija) itd.

Pri enem mesecu dojenčkove starosti so nam mamice po telefonu zaupale, da so jim nasveti o dojenju, ki so jih dobile v porodnišnici, zadostovali v 57,2 %, delno se je s tem strinjalo 29,3 % mamic. Da so dobile v porodnišnici ustrezno praktično pomočjo glede dojenja, se je strinjalo 58,2 % mamic, delno pa se je s tem strinjalo 19,4 % mamic.

Po enem mesecu smo mamice povprašali tudi o nadaljevanju dojenja. Pri tem je bil mamicam v največjo pomoč partner (71,2 %), v 14 % pa to delno drži. V pomoči pri dojenju je sledila mama mamice, s tem se je strinjalo 42,7 % anketiranih, delno pa se s tem strinja še 12,2 % mamic. Sledile so prijateljice, tašče in sestre doječih mamic.

63,2 % mamic je tudi menilo, da jim je bila v pomoč pri vzdrževanju dojenja patronažna medicinska sestra, 9,4 % anketirank pa se je s tem delno strinjalo. Mamice pa so kot pomembne vire pomoči pri vzdrževanju dojenja navajale tudi medmrežje (36,8 %) in priročnike ter revije (32,3 %).

Da bi svojo odločitev za dojenje ženske uresničevale, potrebujejo ustrezne informacije, podporo in pomoč. Pri tem je pomembna tudi skladnost med posameznimi informacijami in nasveti ter praktično pomočjo. Še posebej je pomembno, da sta konkretna pomoč in podpora res na voljo, ko se mamica sreča z novim izzivom ali nalogo, pa naj bo to v porodnišnici ali doma.

Avtorica: Vida Fajdiga Turk,

Podatke pripravil: Marcel Kralj

Inštitut za varovanje zdravja

Pri raziskavi HRAST, Spremljanje dojenja, prehrane dojenčkov in majhnih otrok ter njihovega prehranskega statusa za načrtovanje in evalvacijo ukrepov na tem področju sodelujejo Silvestra Hoyer, Zdravstvena fakulteta, Univerza v Ljubljani; Borut Bratanič, Pediatrična klinika, UKC Ljubljana; Andreja Domjan Arnšek, Klinični oddelek za perinatologijo, UKC Ljubljana; Mojca Gabrijelčič Blenkuš, Vida Fajdiga Turk, Polonca Truden Dobrin, Barbara Mihevc Ponikvar, Zalka Drglin, Jana Trdič, Darja Lavtar, Romana Štokelj, Marcel Kralj, Inštitut za varovanje zdravja.