



هفته جهانی تغذیه با شیرمادر، 7-1 آگوست 2013

Breastfeeding Support: Close to Mothers

حمایت از تغذیه با شیرمادر، همراه مادران

اهداف هفته جهانی تغذیه با شیرمادر سال 2013

1. جلب توجه به اهمیت حمایت مردمی (peer support) برای کمک به مادران جهت استقرار و حفظ تداوم تغذیه با شیرمادر
2. آگاه کردن مردم در مورد فواید بسیار موثر مشاوره مردمی (peer counselling) و کوشش های متحد برای گسترش برنامه های مشاوره مردمی
3. تشویق حامیان تغذیه با شیرمادر بدون توجه به سوابق آموزشی آنان، برای کسب آموزش جهت حمایت از مادران و شیرخواران
4. شناسایی ارتباطات حمایتی جامعه محلی برای مادران شیرده جهت مراجعه پس از زایمان برای دریافت کمک و حمایت
5. فراخوان دولت ها و بیمارستان ها برای اجرای فعالانه ده اقدام دوستدار کودک، بویژه اقدام دهم (حمایت مادران) به منظور ارتقا طول مدت و میزان تغذیه انحصاری با شیرمادر

حمایت از تغذیه با شیرمادر : همراه مادر

شعار امسال هفته جهانی شیرمادر "حمایت از تغذیه با شیرمادر: همراه مادر" است که مشاوره تغذیه با شیرمادر را تو سط گروه های مردمی تاکید می کند. حتی هنگامی که مادران قادر به شروع خوب شیردهی

هستند، اغلب اوقات در هفته ها یا ماه های اول پس از زایمان کاهش چشمگیری در میزان و روش های تغذیه باشیرمادر بویژه در تغذیه انحصاری با شیرمادر رخ می دهد. در این دوره وقتی مادران در سیستم بهداشتی ویزیت نمی شوند، فرصتی است که سیستم حمایتی جامعه برای مادران ضرورت پیدا می کند. حمایت مداوم برای حفظ تداوم تغذیه با شیرمادر می تواند به طرق مختلف فراهم شود. بطور سنتی حمایت توسط خانواده فراهم می شود. همان طور که جوامع تغییر می کنند بویژه در اثر شهرنشینی، حمایت از مادران بطور وسیع تر لازم است که از سوی کارکنان بهداشتی آموزش دیده، مشاورین شیردهی، رهبران جامعه یا توسط دوستانی که خود مادر هستند، و/ یا از سوی پدران / والدین ارائه شود.

برنامه مشاوره مردمی، شیوه ای هزینه اثر بخش و اقتصادی برای رسیدگی به تعداد بیشتری از مادران و به دفعات بیشتر است. مشاورین مردمی می توانند هر فردی از آحاد جامعه باشند که برای حمایت از مادران آموزش دیده باشند. مشاورین مردمی آموزش دیده که به سهولت برای مادران در دسترس باشند، راه نجاتی برای حل مسائل شیردهی و سوالات مادران می شوند.

"کلید بهترین روش های تغذیه باشیرمادر، حمایت مستمر روز- به روز از مادران شیرده در خانه و جامعه است."

حلقه های حمایتی برای مادران و کودکان

پنج حلقه حمایتی



پنج حلقه حمایتی تاثیرات بالقوه بر تصمیم مادر برای تغذیه با شیرمادر و کسب تجربه مثبت شیردهی را تشریح می کند. قبلا حلقه های حمایتی بعنوان شعار هفته جهانی شیرمادر سال 2008 مطرح شد. حلقه های حمایتی کماکان شالوده حیاتی حمایت مادران برای تغذیه کودکان شان با شیرمادر محسوب می شود که عبارتند از : خانواده و شبکه اجتماعی، مراقبت بهداشتی، محیط کار و اشتغال، دولت/ قانون و پاسخ به بحران ها و فوریت ها که همگی مادران را در حلقه مرکزی احاطه می کنند.

زنان در حلقه مرکزی:

زنان در مرکز واقع اند زیرا وجود یا فقدان حمایت مستقیماً بر آن‌ها تأثیر گذار است. زنان همچنین نقش مهمی در فراهم کردن حمایت و ارائه آن به دیگران دارند. در بیانیه نهضت جهانی حمایت مادران (GIMS)¹ در سال 2007 اشاره شد به اینکه: "مادران شرکت کنندگان فعال در این حمایت پویا هستند زیرا هم نقش ارائه دهنده و هم گیرنده اطلاعات و حمایت را بعهده دارند."

خانواده و شبکه اجتماعی:

همسران/ والدین/ پدران، خانواده و دوستان فوری مادر را حمایت می کنند و این حمایت به صورت شبکه مستمر حمایتی تداوم می یابد. شبکه اجتماعی شامل حمایت جامعه در محل بازار، در مراسم مذهبی، و در پارک محله است. حمایت در طول بارداری استرس را کاهش می دهد. حمایت در طول لیبر و زایمان مادر را توانمند می کند. حمایت اجتماعی اعتماد بنفس مادران را در مورد توانایی شان برای شیردهی فراتر از هفته ها و ماه های اول ارتقا می دهد.

سیستم مراقبت بهداشتی:

این حلقه شامل فرصت های کثیری برای حمایت از تغذیه با شیرمادر است. این فرصت ها شامل دامنه وسیعی است از: مراقبت های دوستدار مادر در بارداری، خدمات حمایتی در لیبر و زایمان تا پس از زایمان، و مراقبت پس از زایمان که رابطه عاطفی مادر و نوزاد و تغذیه مطلوب شیرخوار را تسهیل می کند.

محیط کار و اشتغال:

زنان شاغل با چالش هایی مواجه می شوند که نیاز به حمایت برای موفقیت در کار و شیردهی دارند. فرصت ها برای حمایت مادر بسته به نوع شغل او متفاوت است، اما معمولاً در هر شغلی، نیاز برای فراهم کردن تسهیلاتی جهت تماس مادر و شیرخوار یا دوشیدن و ذخیره کردن شیر مشابه است.

دولت / قانون:

زنانی که برای شیردهی برنامه ریزی می کنند یا قبلاً فرزندان شان را شیر داده اند، از مزایای حمایت های بین المللی، حفاظت برای تغذیه مطلوب شیرخوار، بعلاوه تعهدات فعال ملی بهره مند شده اند. قوانینی که از بازاریابی تهاجمی جانشین شونده های شیرمادر ممانعت کند و همچنین وضع قانون برای اعطای مرخصی زایمان با پرداخت حقوق برای زنان شیرده مفید و ضروری است.

¹ Global Initiative for Mother Support

پاسخ به بحران ها و فوریت ها :

این حلقه حمایتی ، نیاز برای حمایت مادر را هنگامی که در شرایط غیر منتظره ای قرار می گیرد/ یا در موقعیت های خطرناک با کنترل کم، نشان می دهد. موقعیت هایی که به برنامه ریزی خاص و حمایت نیاز دارد عبارتند از : بلایای طبیعی، اردوگاه مهاجرین، مذاکرات طلاق، بیمای های حیاتی مادر یا شیرخوار، یا زندگی در مناطقی با شیوع بالای HIV/AIDS بدون حمایت برای شیردهی.

شعار ملی هفته جهانی شیرمادر سال 1392

با توجه به شعار جهانی مبنی بر حمایت مادر، و مشکلاتی که در شروع موفق شیردهی ظرف ساعت اول تولد و برقراری تماس پوستی اولیه مادر و نوزاد وجود دارد، و ضرورت نشان دادن اهمیت این دوره طلایی برای حمایت از مادر که بر تداوم شیردهی موفق نیز تاثیر گذار است، کمیته کشوری تغذیه با شیرمادر شعار سال جاری را بشرح زیر انتخاب نمود :

"شروع تغذیه نوزاد با شیرمادر از ساعت اول تولد" و حمایت مادر ؛ کلید تداوم شیردهی و سلامت کودک
