



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ &
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΛΛΗΛΕΓΓΥΗΣ
ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ
ΤΜΗΜΑ: Β

ΕΞ. ΕΠΕΙΓΟΝ

Αθήνα 14 / 10 / 10

Αριθ. Πρωτ.Υ1/Γ.Π./οικ.128429

ΠΡΟΣ: ΠΙΝΑΚΑ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 17
Ταχ. Κώδικας: 101 87
Πληροφορίες :Μ. Πανταζοπούλου
Τηλέφωνο: 210 5236948
FAX:210 5233563

**ΘΕΜΑ: ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ
ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ 1-7 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2010**

Από το 1996 στη χώρα μας έχει καθιερωθεί η πρώτη εβδομάδα του Νοεμβρίου (1-7) ως Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού. Το θέμα της φετινής Εβδομάδας είναι: **Μητρικός Θηλασμός : Μόνο 10 Βήματα με τον <<Φιλικό προς τα Βρέφη >> τρόπο .**

Οι γενικότεροι στόχοι της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού είναι:

1. Η αναγνώριση των κινδύνων που εγκυμονεί, αλλά και των ευκαιριών που παρέχει η παγκοσμιοποίηση για τις πρακτικές του μητρικού θηλασμού.
2. Η εκμετάλλευση των δυνατοτήτων που προσφέρει η παγκόσμια επικοινωνία για την εκπαίδευση των ατόμων όσον αφορά στα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού και στα μειονεκτήματα της τεχνητής διατροφής.
3. Η προαγωγή και η λήψη δράσεων στα πλαίσια της Παγκόσμιας Στρατηγικής για τη διατροφή του νεογνού και του νηπίου.
4. Η αποτροπή της αποδυνάμωσης του Διεθνούς Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων του Μητρικού Γάλακτος και υλοποίησης των σχετικών Αποφάσεων της Παγκόσμιας Συνέλευσης Υγείας.
5. Η δράση για τη δημιουργία συμμαχιών με άλλα πολιτικά και κοινωνικά κινήματα που αγωνίζονται για παγκόσμια δικαιοσύνη, ειρήνη και υγεία για όλους.

6. Η σφαιρική αντίληψη των πραγμάτων και η τοπική δράση όλων των παραγόντων της οργανωμένης κοινωνίας για την προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού.

Αναφορικά με το στόχο της φετινής Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού με θέμα: **Μητρικός Θηλασμός: Μόνο 10 Βήματα με τον <<Φιλικό προς τα Βρέφη >> τρόπο**, επισυνάπτεται Παράρτημα με το μήνυμά της, από την ιστοσελίδα της Παγκόσμιας Συμμαχίας για την Προώθηση του Μητρικού Θηλασμού (World Alliance from Breastfeeding Action-WABA).

Στα πλαίσια της φετινής Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού παρακαλούνται οι διάφοροι φορείς, μεμονωμένα ή σε συνεργασία μεταξύ τους (φορείς υγείας, εκπαίδευσης, Τοπικής Αυτοδιοίκησης), να οργανώσουν ποικίλες εκδηλώσεις αφιερωμένες στο φετινό θέμα της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού. Ενδεικτικά αναφέρονται:

- διαλέξεις, ομιλίες στο ευρύ κοινό, ομιλίες στα σχολεία, πληροφόρηση από τα μέσα μαζικής ενημέρωσης (τοπικό ραδιόφωνο, τηλεόραση, τύπο)
- επισκέψεις των σχετικών φορέων στις Μαιευτικές κλινικές Κρατικές-Ιδιωτικές (όπου υπάρχουν) για να ενημερώσουν τις μητέρες που θηλάζουν.

Παρακαλούμε να μας γνωρίσετε τις δραστηριότητες που θα αναπτύξετε.

Συν:(3) σελ.

Ο ΓΕΝ. ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ ΔΗΜ. ΥΓΕΙΑΣ

ΑΝ. ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΣ

Μητρικός Θηλασμός:
Μόνο 10 Βήματα με τον
“Φιλικό προς τα Βρέφη” τρόπο



Σκεπτικό για την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού 2010:

- Τα ιδρύματα υγείας παίζουν καθοριστικό ρόλο στην ενίσχυση του μητρικού θηλασμού.
- Τα “Δέκα Βήματα για επιτυχημένο Μητρικό Θηλασμό” αποτελούν ένα υποστηρικτικό πλαίσιο δίνοντας κατ’ αυτόν τον τρόπο τη δυνατότητα στις γυναίκες να πετύχουν τους στόχους τους οποίους έχουν θέσει για το θηλασμό. Επίσης δίνουν καθοδήγηση για την εκπαίδευση των επαγγελματιών υγείας με στόχο την υποστήριξη του μητρικού θηλασμού.
- Φέτος η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού εορτάζει την 20η επέτειο της Διακήρυξης Innocenti η οποία απαιτεί την εφαρμογή των Δέκα Βημάτων σε όλα τα μαιευτήρια.
- Σε αυτά τα 20 χρόνια περισσότερα από 20.000 μαιευτήρια (περίπου 28 % όλων των μαιευτηρίων παγκοσμίως) εφαρμόζουν και τα 10 βήματα και είναι πιστοποιημένα “Φιλικά προς τα Βρέφη” νοσοκομεία.
- Κατά την διάρκεια αυτών των ετών τα ποσοστά του αποκλειστικού θηλασμού αυξήθηκαν σημαντικά.
- Ωστόσο η τμηματική εφαρμογή της Πρωτοβουλίας για “Φιλικά προς τα Βρέφη” Νοσοκομεία, η μειωμένη εφαρμογή των Δέκα Βημάτων σε μαιευτήρια με πιστοποίηση και η ανεπαρκής εκπαίδευση συμβάλλουν στην στασιμότητα ή και στη μείωση του ποσοστού αποκλειστικού θηλασμού σε πολλά μέρη του κόσμου.
- Ήρθε λοιπόν η ώρα να αναθεωρήσουμε την προσέγγιση αυτού του θέματος και να αποφασίσουμε για την κατεύθυνση την οποία θα ακολουθήσουμε από τώρα και στο εξής.

Σκοποί της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού 2010:

- Επισήμανση του ρόλου των Δέκα Βημάτων όσων αφορά στον αποκλειστικό θηλασμό.
- Αναζωογόνηση των δραστηριοτήτων στο σύστημα υγείας, στους επαγγελματίες υγείας και στην κοινότητα για την υποστήριξη γυναικών ώστε να πετύχουν τους στόχους που έθεσαν για το μητρικό θηλασμό.
- Ενημέρωση όλων των ανθρώπων ότι η προστασία, η προαγωγή και υποστήριξη του θηλασμού είναι δικαίωμα κάθε μητέρας, κάθε παιδιού, είναι ανθρώπινο δικαίωμα.
- Ενδυνάμωση των γυναικών και όλων όσοι ενδιαφέρονται για τα ανθρώπινα δικαιώματα έτσι ώστε να αγωνιστούν για ένα σύστημα υγείας που υποστηρίζει το θηλασμό.
- Εξασφάλιση επαρκούς εκπαίδευσης των επαγγελματιών υγείας οι οποίοι φροντίζουν μητέρες και βρέφη, ασχολούνται με την συμβουλευτική και υποστηρίζουν τους γονείς στην άριστη βρεφική διατροφή.

Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού 2010

Τα Δέκα Βήματα παρουσιάστηκαν στον κόσμο το 1989 από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας και την UNICEF στην από κοινού δήλωση για την «Προστασία, Προώθηση και Υποστήριξη του Μητρικού Θηλασμού: Ο ειδικός Ρόλος των Μαιευτικών Υπηρεσιών». Το 1990 η Διακήρυξη Innocenti ζήτησε την πλήρη εφαρμογή των Δέκα Βημάτων σε όλα τα μαιευτήρια έως το 1995. Μετά από μια εικοσαετία υπάρχουν νοσοκομεία “Φιλικά προς τα Βρέφη” σε πάνω από 152 χώρες. Εφαρμόζοντας τα Δέκα Βήματα μαζί με σχετικά μέρη του Διεθνούς Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων του Μητρικού Γάλακτος επιτεύχθηκε η αντίσταση κατά της προώθησης του υποκατάστατου μητρικού γάλακτος από τους επαγγελματίες υγείας και το κοινό.

Τα “Δέκα Βήματα για Επιτυχή Μητρικό Θηλασμό” ισχύουν για όλα τα ιδρύματα που προσφέρουν μαιευτικές υπηρεσίες και φροντίδα νεογνών και είναι:

1. Ύπαρξη γραπτής πολιτικής για το Μητρικό θηλασμό και κοινοποίησή της τακτικά σε όλο το προσωπικό υγείας
2. Εκπαίδευση όλου του προσωπικού υγείας στις απαραίτητες δεξιότητες για την εφαρμογή αυτής της πολιτικής
3. Ενημέρωση όλων των εγκύων για τα οφέλη και τους τρόπους διαχείρισης του θηλασμού
4. Παροχή βοήθειας προς τις μητέρες για να ξεκινήσουν το θηλασμό το πρώτο ημίωρο μετά τη γέννηση
5. Επίδειξη στις μητέρες για το πώς να θηλάζουν και πώς να διατηρήσουν τη γαλουχία ακόμη κι όταν πρέπει να αποχωρισθούν τα νεογνότητά τους
6. Να μη δίνεται στα νεογνότητα καμιά άλλη τροφή ή υγρό παρά μόνο μητρικό γάλα, εκτός κι αν επιβάλλεται να γίνει διαφορετικά για ιατρικούς λόγους
7. Εφαρμογή της πρακτικής “rooming in”, δηλαδή να επιτρέπεται να παραμένει η μητέρα μαζί με το μωρό της 24 ώρες την ημέρα
8. Ενθάρρυνση του θηλασμού όταν το μωρό το αποζητάει (δηλ. χωρίς ωράριο)
9. Όχι τεχνητές θηλές ή πιπίλες στα μωρά που θηλάζουν
10. Ενδυνάμωση και δημιουργία ομάδων υποστήριξης του θηλασμού στις οποίες θα παραπέμπονται οι μητέρες κατά την έξοδό τους από το νοσοκομείο ή την κλινική

Η Εξέλιξη της Πρωτοβουλίας για τα νοσοκομεία “Φιλικά προς τα Βρέφη” και των Δέκα Βημάτων
Επιτυχία: Μέχρι σήμερα πάνω από 20,000 μαιευτήρια παγκοσμίως θεωρούνται “Φιλικά προς τα Βρέφη”. Η Πρωτοβουλία για τα “Φιλικά προς τα Βρέφη” νοσοκομεία (Π.Φ.Β.Ν.) είναι μια αιτία που αυξάνεται το ποσοστό του αποκλειστικού θηλασμού σε τοπικό, εθνικό και διεθνές επίπεδο. Η αύξηση του θηλασμού παίζει κεντρικό ρόλο στην μείωση της βρεφικής θνησιμότητας (UNICEF 2009).

Οι Αναθεωρημένες “Φιλικά προς τα Βρέφη” Πρακτικές υποδεικνύουν προγράμματα δέκα βημάτων εκτός των νοσοκομείων, σε άλλες μονάδες υγείας, και στην κοινωνία. Όπου εφαρμόζονται τα Δέκα Βήματα στο νοσοκομείο, η κοινοτική υποστήριξη προσθέτει στην αποτελεσματικότητα αυτών. Αλλά στα νοσοκομεία όμως που εφαρμόζονται λίγα μόνο βήματα, οι προσπάθειες υποστήριξης του θηλασμού είναι λιγότερο αποτελεσματικές.

Οι προσκλήσεις παραμένουν: Παρόλο που τα στοιχεία για τα ενδεχόμενα οφέλη των Δέκα Βημάτων πληθαίνουν, ακούμε αναφορές για απουσία δέσμευσης, πρακτικές στα νοσοκομεία που χειροτερεύουν και ανεπαρκής εκπαίδευση των επαγγελματιών υγείας που συμβουλεύουν μητέρες.

Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού 2010

Συνεπώς ήρθε η ώρα για αναζωογόνηση στην εφαρμογή των Δέκα Βημάτων στα νοσοκομεία, στις υπόλοιπες μονάδες υγείας και στις κοινότητες. Να στραφούμε ξανά προς την “Φιλική προς τα Βρέφη” κατεύθυνση!

Αναθεωρήσεις και αναβαθμίσεις της Πρωτοβουλίας για τα “Φιλικά προς τα Βρέφη” νοσοκομεία (Π.Φ.Β.Ν.): Το 2007 η UNICEF και η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας ολοκλήρωσαν την αναθεώρηση και αναβάθμιση του υλικού της Π.Φ.Β.Ν. Τώρα είναι πιο εύχρηστο και συμπεριλαμβάνει καινούριες προσεγγίσεις στο “Φιλικό προς τα Βρέφη” τρόπο πέρα από τα μαιευτήρια. Σε πολλές χώρες αυτή η πρωτοβουλία ονομάστηκε “Φιλικά προς τις Μητέρες και τα Βρέφη”. Η Διεθνή Πρωτοβουλία Μητέρα-Παιδί- Γέννα (International Mother Baby Childbirth Initiative IMBCI) παρουσιάζει μια άλλη πρόσφατη ιδέα: Δέκα βήματα για άριστες μαιευτικές υπηρεσίες, από τα οποία εννέα βήματα αφορούν στην μείωση των περιττών παρεμβάσεων και επεμβάσεων κατά τον τοκετό και τη γέννα. Το δέκατο βήμα περιλαμβάνει τα Δέκα Βήματα για επιτυχή Μητρικό Θηλασμό. Ακολουθώντας το “Φιλικό προς τα Βρέφη” τρόπο θα αυξηθούν τα ποσοστά θηλασμού, ενώ θα βελτιωθεί η υγεία των μητέρων και των βρεφών σε όλη την υφήλιο.

“Φιλικές προς τα Βρέφη” πρακτικές: Γνωρίζουμε πως όσα περισσότερα από τα Δέκα Βήματα εφαρμόζονται τόσο πιο πιθανό είναι οι γυναίκες να επιτύχουν τους στόχους που έθεσαν οι ίδιες για το μητρικό θηλασμό. Αυτό σημαίνει ότι κάθε μαιευτήριο, νοσοκομείο, κλινική, και κοινότητα πρέπει να αγωνιστεί για να αυξήσει τον αριθμό των Βημάτων που εφαρμόζονται. Έστω κι αν τους φαίνεται δύσκολο κατόρθωμα να εφαρμόσουν και τα δέκα βήματα ταυτόχρονα, θα ανακαλύψουν πως με κάθε νέο βήμα γίνεται πιο εύκολο!

**Ακολουθήστε λοιπόν τις οδηγίες στο δρόμο των Δέκα Βημάτων και
σίγουρα θα πάτε μακριά!**

Τι μπορώ να κάνω εγώ τώρα;

Είκοσι χρόνια μετά την Διακήρυξη Innocenti ήρθε η ώρα να αξιολογήσουμε και να εξετάσουμε σοβαρά τι χρειάζεται για την αναζωογόνηση και επέκταση της Πρωτοβουλίας “Φιλικό προς τα Βρέφη” ακολουθώντας το μονοπάτι των Δέκα Βημάτων στη φροντίδα υγείας. Ο φάκελος δραστηριοτήτων της WABA για την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού θα σας παρέχει περισσότερες ιδέες, αλλά σκεφτείτε τι μπορείτε να κάνετε εσείς τώρα, αυτό το χρόνο:

1. Βοηθήστε τους φίλους σας, τους συνεργάτες και την κοινότητά σας να βρουν το μονοπάτι.
2. Μάθετε την κατάσταση της εφαρμογής των Δέκα Βημάτων και της Π.Φ.Β.Ν. και υποστηρίξτε αλλαγές στα νοσοκομεία.
3. Δημιουργήστε αλλαγές σε εθνικό επίπεδο: Υποστηρίξτε αλλαγές σε νοσοκομεία, μαιευτήρια και στο ευρύτερο σύστημα υγείας – κέντρα υγείας, πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας και κοινότητες.
4. Βελτιώστε τον κόσμο μας για μητέρες και παιδιά και για το μέλλον μας.

Χορηγία: Η WABA δεν δέχεται καμιά χορηγία από εταιρίες που παράγουν υποκατάστατα μητρικού γάλακτος.

Η WABA ενθαρρύνει όλους τους συμμετέχοντες στην Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού να σεβαστούν και να ακολουθούν αυτή την ηθική στάση.

Μετάφραση: ☆Γαλαξίας☆ - Σύλλογος Πιστοποιημένων Συμβούλων Γαλουχίας IBCLC Ελλάδος, Μάρτιος 2010