

Pozytywnie, ale realistycznie o karmieniu.

Praca z Kanady

[Dietrich Leurer M](#), [Misskey E](#). "Be positive as well as realistic": a qualitative description analysis of information gaps experienced by breastfeeding mothers. [Int Breastfeed J](#). 2015 Mar 7;10:10. doi: 10.1186/s13006-015-0036-7. eCollection 2015.

Streszczenie i tłum. Lek. Monika Żukowska - Rubik

Pomimo wysokich wskaźników inicjacji karmienia piersią i licznych udokumentowanych korzyści karmienia dla matki i dziecka wciąż wiele matek przedwcześnie przestaje karmić. Celem pracy było zbadanie jakich informacji na temat karmienia potrzebują matki, by z powodzeniem karmić piersią.

Badaniem objęto 191 matek dzieci w wieku od 6-11 miesięcy, które karmiły piersią w I półroczu. Zadano im dwa otwarte pytania:

1. Jakiego rodzaju wsparcie lub porady były dla ciebie pomocne w czasie karmienia dziecka?
2. Jakiego rodzaju wsparcie lub porady mogły być dla ciebie pomocne, gdybyś je uzyskała?

Podstawowe źródła pomocnych informacji wskazywane przez matki:

pielęgniarki (40%), rodzina (20%), materiały pisane (15%), przyjaciółki i inne matki (13%), wcześniejsze doświadczenia w karmieniu (12%), konsultanci laktacyjni (11%), lekarze (7%), szkoła rodzenia (7%) oraz internet (7%).

Matki, które uzyskały odpowiednie wsparcie wskazywały jako bardzo pomocne porady odnośnie pozycji do karmienia i sposobu przystawiania, częstości i długości karmień, czym karmić dziecko, jak utrzymać dobrą produkcję pokarmu, kiedy odciągać, jak pielęgnować brodawki.

Wśród porad, których zabrakło matkom, a były potrzebne, matki wskazywały:

- jak długo i jak często karmić, jak rozpoznawać kiedy dziecko jest głodne i najedzone, szczególnie w pierwszych dniach po porodzie
- jak dopasować produkcję mleka do potrzeb dziecka, jak ocenić czy te potrzeby są zaspokojone, jak zwiększać podaż pokarmu
- praktyczne porady jak przystawiać dziecko, ale poprzez samodzielne praktykowanie w asyście specjalisty, a nie przystawienie dziecka przez inną osobę
- jak pielęgnować brodawki i zapobiegać bolesności, jakie odczucia są normalne w czasie karmienia, jakie metody przynoszą ulgę w przypadku bolesności
- czym karmić dziecko, jeśli matka decydowała się na dokarmianie lub karmienie sztuczne

Matki podkreślały, że porady powinny przedstawiać nie tylko radości i korzyści karmienia, ale także trudności i wyzwania jakie stają przed matką. Potrzebny im realistyczny, a nie wyidealizowany obraz karmienia, uwzględniający okresowy dyskomfort piersi i brodawek, czasochłonność, pełną dyspozycyjność.

Matki zwracały również uwagę na często sprzeczne porady uzyskiwane od różnych osób, w sytuacji kiedy oczekiwały informacji spójnych i dostosowanych do sytuacji.

Wiele matczynych potrzeb było zaspokojonych, ale odkryto także wiele obszarów, gdzie matki potrzebowały więcej wsparcia. Braki informacyjne pokrywały się z najczęstszymi przyczynami zakończenia karmienia. Kluczowe obszary wymagające szczególnej uwagi to trudności z przystawianiem do piersi, obawy o ilość pokarmu i bolesność brodawek. Wsparcie laktacyjne powinno wzmacniać te obszary. Matkom należy dostarczać niezbędnych informacji, ale też uzyskiwać komunikat zwrotny by upewnić się czy dobrze rozumieją przekazane informacje. Jakość wsparcia jest czynnikiem, który można modyfikować i tym samym wpływać na długość karmienia.