

**Wydarzenia CNoL**

CNoL News Nr 4/2011, 7 kwietnia 2011

Nauka o laktacji**Z prasy krajowej****opracowanie lek. Katarzyna Raczek-Pakuła, IBCLC**

19 marca odbył się egzamin teoretyczny na CDL. Wzięło w nim udział 46 osób. Test składał się ze 100 pytań testowych.

Średnia wyniosła 74,6%, najwyższy wynik 92%. Test zaliczało 67%. Test zdało 40 osób. Rozpoczęły się już egzaminy praktyczne.

25-26 marca i 1-2 kwietnia odbył się pierwszy kurs pt. Karmienie piersią standardem opieki okołoporodowej w Starogardzie Gdańskim. Wziął w nim udział cały personel medyczny szpitala! Za gościnę dziękujemy!

Następny kurs z tego cyklu odbędzie się w Mielcu. Zapraszamy szpitale, które pragną wdrożyć

W najnowszych Standardach Medycznych Pediatria (numer specjalny 1, tom 8, marzec 2011) ukazały się trzy cenne artykuły. Współautorkami są konsultantki laktacyjne IBCLC.

Zasady postępowania z mlekiem kobiecym na oddziale intensywnej terapii noworodka – wskazania i praktyka w Polsce i na świecie

A. Wesółowska, U. Bernatowicz-Łojko, M.K. Kornacka

Streszczenie: Żywienie naturalne od pierwszych chwil życia ma istotne znaczenie dla dzieci przedwcześnie urodzonych i chorych. Jak wynika z najnowszych badań, dla tej grupy noworodków pokarm kobiecy, bogaty w czynniki wzrostowe i immunologiczne, ma znaczenie terapeutyczne i prewencyjne. W Polsce aktualnie nie istnieją banki mleka na oddziałach intensywnej terapii. Brakuje również regulacji postępowania z mlekiem matek wcześniaków. Wyniki ogólnopolskiej ankiety na temat zabezpieczenia laktacyjnego wskazują na duże braki, które w sposób istotny ograniczają zmianę modelu żywienia wcześniaków na optymalny.

Artykuł zawiera tabelę ze standardami przechowywania mleka kobiecego w zależności od jego statusu.

Optymalizacja postępowania w zakresie pozyskiwania, przechowywania oraz wykorzystania mleka matki dla jej dziecka.

Maria Wilińska, Anna Kowal, Elżbieta Baranowska, Małgorzata Jastrzębska, Janusz Swietliński, Maria K. Kornacka

nowy standard do codziennej praktyki. Standard Min. Zdr. Zaczyna obowiązywać już 7 kwietnia! Ile szpitali jest przygotowanych?

Do 15 – tego kwietnia jest niższa opłata za udział w zjeździe CNoL 3 czerwca.

Zapraszamy do obejrzenia szczegółów zjazdu na naszej stronie w zakładce [ZJAZDY](#), oraz rejestracji w zakładce [ZAPISY](#).

8-10 kwietnia odbędzie się w Warszawie kurs pt. Karmienie piersią w codziennej praktyce.

Zapisy na jesienne kursy już się kończą, prosimy się pospieszyć!

lek. Magdalena Nehring - Gugulska, IBCLC

Centrum Nauki o Laktacji

www.kobiety.med.pl/cnol

tel. 605 40 40 37

sekr. 725 25 62 11

Streszczenie: Hospitalizacja chorego lub przedwcześnie urodzonego noworodka w oddziale intensywnej terapii oznacza, że dziecko jest oddzielone od matki. Ważnym ogniwem leczenia jest zapewnienie takich warunków organizacyjnych, edukacyjnych i technicznych, aby umożliwić karmienie go pokarmem własnej matki. Stworzony na podstawie szerokiego piśmiennictwa algorytm odciągania i przechowywania mleka matki dla dziecka został wdrożony jako obowiązujący standard wewnętrzny w ośrodku neonatologicznym 3 stopnia referencyjności.

Artykuł zawiera instrukcję dla rodziców, jak odciągać przechowywać i rozmrażać mleko matki i jak postępować ze sprzętem, oraz algorytm odciągania i przechowywania mleka dla lekarzy i pielęgniarek oddziału neonatologii.

Dobre praktyki w zakresie karmienia wcześniaków mlekiem matki w Klinice Neonatologii i Intensywnej Terapii Noworodka UM w Białymstoku

Monika Kamianowska, Marek Szczepański, Barbara Bebko

Streszczenie: Karmienie naturalne jest najbardziej optymalnym i zalecanym sposobem żywienia noworodków, szczególnie tych urodzonych przedwcześnie. Przystawianie do piersi dzieci urodzonych z małą i ekstremalnie małą masą ciała jest jednak niemożliwe. Nieodzwonne jest zaten stymulowanie laktacji, odciąganie pokarmu oraz podawanie go w sposób dostosowany do wieku dziecka, stopnia jego dojrzałości i stanu zdrowia. Odciąganie pokarmu, bez względu na stosowaną metodę, może wiązać się z bakteriami i grzybami, co grozi rozwojem infekcji. Istotne jest wprowadzenie procedur szczegółowo opisujących postępowanie przy odciążaniu mleka, tak by nie dopuścić do jego kontaminacji.

Artykuł zawiera załącznik – instrukcje dla matki.

Z prasy zagranicznej

opracowanie lek. Aleksandra Hadyś CDL

Parents Magazine - USA

- wzrasta ilość inicjacji karmienia piersią po porodzie,
- ale odsetek karmiących po 2 m-cach nadal takim samym niskim poziomem,

Zamów miesięczny
CNoLNews!!!

Zapraszamy
doradców,
konsultantów i
sympatyków laktacji
do dyskusji na
naszym [FORUM](#).

Czekamy na opisy
waszych
doświadczeń i
odkryte
doniesienia!
Wysyłajcie [TUTAJ!](#)

- w środkach masowego przekazu stale: o wyższości karmienia piersią nad sztucznym pokarmem; dużo eksperckich i naukowych kwestii o korzyściach zdrowotnych karmienia naturalnego,

- a mamom potrzeba praktycznych wskazówek na temat rozwiązywania bieżących problemów laktacyjnych i porad osób, które przeszły podobną drogę!!!

“Scientific Motherhood”: Infant Feeding Discourse in Parents Magazine, 1930-2007. By: FOSS, KATHERINE A. Women & Health, May/Jun2010, Vol. 50 Issue 3, p297-311, 15p, 1 Chart.

„Efekt Google'a”- skandal melaminowy z zanieczyszczonym mlekiem modyfikowanym w Chinach.

-wśród chińskich kobiet rodzących w szpitalach wschodniej części Paryża badano wpływ informacji o zanieczyszczeniu mleka modyfikowanego melaminą, jaka pojawiła się w mediach w 2008 roku na decyzje o sposobie karmienia noworodków.

-odsetek karmiących piersią wzrósł z 14% do 31%. Siła reakcji była związana z grupą etniczną i pochodzeniem(najwięcej newsów w języku chińskim). Trend wzrostowy utrzymywał się jeszcze kilkanaście miesięcy po ustaniu silnej nagonki w mediach europejskich.

The Google news effect: did the tainted milk scandal in China temporarily impact newborn feeding patterns in a maternity hospital? (eng) By Seror J, Amar A, Braz L, Rouzier R, Acta Obstetrica Et Gynecologica Scandinavica [Acta Obstet Gynecol Scand], ISSN: 1600-0412, 2010 Jun; Vol. 89 (6), pp. 823-7; PMID: 20504084;

Czas trwania laktacji a metabolizm kobiety w 3 roku po porodzie - USA.

-badanie kohortowe (Projekt Viva), 570 kobiet poddano badaniom w 3 roku po porodzie,

-oceniało m.in. metabolizm glukozy, lipidów, antropometrię,

-najsilniejsza konkluzja: mniejsza retencja poporodowej masy ciała w 3 lata po porodzie u kobiet karmiących > niż 6 m-cy.

Duration of Lactation and Maternal Metabolism at 3 Years Postpartum. By: Stuebe, Alison M.; Kleinman, Ken; Gillman, Matthew W.; Rifas-Shiman, Sheryl L.; Gunderson, Erica P.; Rich-Edwards, Janet. Journal of Women's Health (15409996), May2010, Vol. 19 Issue 5, p941-950, 10p

Powrót do pracy a karmienie naturalne

-badanie kohortowe (Tajwan), 20172 kobiet objętych badaniem w 6 i 18-stym miesiącu od porodu,

- nie kontynuowanie karmienia naturalnego najsilniej związane z powrotem do pracy. Największe wśród matek wracających w ciągu pierwszych 6-ciu miesięcy po porodzie.

-kobiety pozostające w domu częściej kontynuowały karmienie; *komentarz konieczna promocja tworzenia przyjaznych miejsc w pracy(do odciążania pokarmu), przestrzeganie przepisów dotyczących przerw w pracy, takie gesty jak np. ostatni żony B.Obamy.*

Maternal return to work and breastfeeding: a population-based cohort study. (eng) By Chuang CH, Chang PJ, Chen YC, Hsieh WS, Hurng BS, Lin SJ, Chen PC, International Journal Of Nursing Studies [Int J Nurs Stud], ISSN: 1873-491X, 2010 Apr

Co wpływa na wyłączone karmienie piersią w pierwszych 6-ciu miesiącach życia dziecka? - *Journal of Human lactation*

-badanie kohortowe objęło 78 matek karmiących wyłącznie piersią przez 6 m-cy po porodzie, *mamy wypełniały kwestionariusz dotyczący czynników psychosocjalnych*

-indywidualne podejście, subiektywne normy, wsparcie rodziny , otoczenia, najsilniej korelują z decyzją o kontynuacji karmienia; silniej niż nabyte umiejętności, wyuczone postawy , karmienia, np. na szkołach rodzenia.

Predictors of continuation of exclusive breastfeeding for the first six months of life. (eng) By Bai Y, Middlestadt SE, Peng CY, Fly AD, Journal Of Human Lactation: Official Journal Of International Lactation Consultant Association [J Hum Lact], ISSN: 1552-5732, 2010 Feb; Vol. 26 1), pp. 26-34; PMID: 19910521

Metabolizm kości podczas ciąży i laktacji - Japonia

- procesy resorpcji przeważają w końcówce ciąży i przez cały okres laktacji,

-po zakończeniu karmienia procesy mineralizacji(budowy) przeważają, a po zakończeniu laktacji budowa kości i BMD(bone mineral density)wraca do poziomu sprzed ciąży.

Bone metabolic change and osteoporosis during pregnancy and lactation] (jpn) By Kurabayashi T, Calcium [Clin Calcium], ISSN: 0917-5857, 2010 May; Vol. 20 (5), pp. 672-81; PMID: 20445278

Mieszanka hydrolizatów białkowych i redukcja atopowego zapalenia skóry :przeгляд systematyczny literatury (Nutrition Reviews).

-obecnie wzrost częstosci zachorowań na AZS, ale i dużo doniesień o celowości stosowania hydrolizatów białkowych, by zmniejszyć to ryzyko,

-natomiast odrębny duży problem to zastępowanie mleka mamy mieszankami hydrolizatów w przypadku zaistnienia AZS,

-wg tego przeglądu systematycznego karmienie mlekiem matki ma pierwszeństwo przed hydrolizatami, w razie niemożliwości karmienia naturalnego wprowadzić należy hydrolizat.

Partially hydrolyzed 100% whey protein infant formula and atopic dermatitis risk reduction: a systematic review of the literature. (eng) By Alexander DD, Schmitt DF, Tran NL, Barraj LM, Cushing CA, Nutrition Reviews [Nutr Rev], ISSN: 1753-4887, 2010 Apr; Vol. 68 (4), pp. 232-45; PMID: 20416019

Ryzyko i korzyści wynikające z praktyk żywieniowych dla matki i dziecka (Anglia, Journal of Perinatology)

-nawet gdy woda czysta, warunki sanitarne dobre, dzieci karmione mlekiem modyfikowanym mają większe ryzyko zapadania na choroby infekcyjne,

-matka niekarmiąca naturalnie ma podwyższone ryzyko wystąpienia: raka piersi, jajnika, cukrzycy typu II, nadciśnienia tętniczego, hyperlipidemii, chorób serca,

-zachęcanie do karmienia przez personel medyczny i nie tylko, powinno się wiązać z przedstawianiem krótko i długofalowych korzyści dla matki i dziecka.

The risks and benefits of infant feeding practices for women and their children. (eng) By Stuebe AM, Schwarz EB, Journal Of Perinatology: Official Journal Of The California Perinatal Association

[J Perinatol], ISSN: 1476-5543, 2010 Mar; Vol. 30 (3), pp. 155-62;
PMID: 19609306

Karmienie piersią redukuje ryzyko wystąpienia raka piersi - badanie kliniczno-kontrolne -Tunezja

-badano 400 kobiet cierpiących na raka piersi i 400 kobiet z grupy kontrolnej (2006-2009r.),

-redukcja ryzyka raka u karmiących piersią występuje zarówno w okresie przed jak i pomenopauzalnym,

-jest najsilniej zaznaczona w grupie kobiet, które karmiły >24 m-ce w przeliczeniu a jedno dziecko i łącznie przeznaczyły w swoim życiu na karmienie >niż 73 m-ce!

Breastfeeding reduces breast cancer risk: a case-control study in Tunisia. (eng) By Awatef M, Olfa G, Imed H, Kacem M, Imen C, Rim C, Mohamed B, Slim BA, Cancer Causes & Control: CCC [Cancer Causes Control], ISSN: 1573-7225, 2010 Mar; Vol. 21 (3), pp. 393-7; PMID: 19921444

Ekonomia mleczna Polska/USA.

Pisze nasza redaktor Aleksandra Hadyś: Na wykładzie miesiąc temu podczas błędzenia myślami wpadłam na pomysł obliczenia „Ile zaoszczędziliśmy na karmieniu w czasie 12 miesięcy”:

mieszanki 1200 pln,

butelki, smoczki, podgrzewacz: 600 pln,

inne koszty: 500 pln (zwolnienia lek., leki-bo rotawirus, zapalenia uszu - odmowa jedzenia i picia, akceptacja tylko mleka mamy)

In plus: 2300 pln.

In minus: podjadanie w nocy, ogólnie większy apetyt mamy – 500 pln.

Zastoje, zapalenia, poranione brodawki - samoleczenie.(Odbyty kurs na CDL: 2100 pln).Ok. 2000 pln w kieszeni. To krótkofalowo. Fachowcy z USA oszacowali również długofalowe korzyści w dolarach:

- Naczelny Lekarz USA i popierająca akcję „Wezwanie do wspierania karmienia piersią” Michelle Obama prezentują wyniki:

gdyby 90 % kobiet karmiło piersią przez 6 pierwszych miesięcy życia dziecka, zaoszczędzono by 13 mld dolarów rocznie,

80% - 10,5 mld dolarów rocznie.

- Przez 12 m-cy karmienia piersią w gospodarstwach domowych zostaje około 1200-1500 dolarów.

- Na czym oszczędność: mieszanki mleka modyfikowanego, leki, koszty nieobecności w pracy, koszty częstszych kontaktów z personelem opieki zdrowotnej.

Więcej na ten temat

<http://www.surgeongeneral.gov/topics/breastfeeding/calltoactiontosupportbreastfeeding.pdf>

Nasze doświadczenia

Historia mamy Pawełka i Maćka

Z praktyki Joanny Winiarskiej, IBCLC

Spotkałam na położnictwie pacjentkę z którą pracowałam 5 lat temu. Wywiązała się bardzo miła i pożyteczna (dla mnie) rozmowa o poprzedniej ciąży i karmieniu.

Pani Kinga I.30 C II P I L I urodziła **Pawełka** drogą cięcia cesarskiego w 36/37 tygodniu ciąży. Waga przy urodzeniu 2780 g . Najniższa 2500 g. W czasie pobytu w szpitalu Paweł był karmiony po palcu początkowo mieszanką, potem także odciągniętym pokarmem. Mama dość wcześnie rozpoczęła pracę z Lactiną, ze względu na trudności z przystawieniem malucha do piersi. W ynikały one z tego, że dziecko było ospałe, mało aktywne, jak też i z tego, że miało mocno cofniętą żuchwę co praktycznie uniemożliwiało prawidłowe uchwycenie piersi. Laktacja "ruszyła" za to bardzo energicznie, więc po wypisie (5 doba po porodzie) mama przestawiła go na wyłączne karmienie piersią. W szpitalu udawało się go przystawić z pozycji z pod pachy (był bojowy!), przez kapturek (AVENT r.normalny). W domu kontynuowała to karmiąc z prawej piersi z pod pachy , z lewej - klasycznie.

Była to mama bardzo dobrze nastawiona do karmienia, pogodna i pełna energii. To jest ważne, ponieważ w domu była jak ten "samotny biały żagiel" laktacyjny karmiąc Pawła wbrew wszystkim w rodzinie i słysząc - "daj mu w

końcu coś jeść" :) . Mały był karmiony przez kapturek przez 5 miesięcy, potem po prostu chwycił pierś i jadł normalnie. Mama odciągała pokarm od czasu do czasu, kiedy jej się wydawało, że wyczuwa w piersi zgrubienia. Dieta dziecka rozszerzana od 7mż. Karmiony 20 miesięcy. Odstawił się sam - powiedział - "ne" i już. Mama , jak mówi, popłakała trzy dni. Odciągała pokarm jeszcze przez miesiąc i podawała go w kaszce. Laktacja wygasła samoistnie.

Panią Kingę spotkałam ponownie po pięciu latach. Urodziła **Maćka** naturalnie 18.02 w 38 tygodniu ciąży. Waga 3040 g. Przez pierwsze 12 godzin obserwowany na o. noworodkowym - zaburzenia adaptacji. Dokarmiony sztucznie 1x. po palcu. Mama chodziła go karmić na salę adaptacyjną. Ssał trochę leniwie ale przystawiał się bardzo dobrze. Spadek masy ciała wyrównał się do wagi urodzeniowej już w trzeciej dobie życia! Nawal był już w drugiej dobie po porodzie. Wyszli ze szpitala w 4 dobie. Pacjentka wyraziła zgodę na opisanie jej historii. Na razie nowych wiadomości brak, więc przypuszczam, że idzie dobrze.

Redakcja bardzo prosi czytelników o wszelkie komentarze i przykłady z własnej praktyki dotyczące tego przypadku. E-mail: doktorpakula@gmail.com

Różne

Wszystkim pracownikom Ochrony Zdrowia z okazji ich Święta

7 kwietnia

życzymy spełnienia marzeń!

Radosnych Świąt Zmartwychwstania Pańskiego

życzy Redakcja CDL News!

Rozstrzygnięcie konkursu literackiego.

Motto to fragment "Bajeczek babci Pimpusiowej" Andrzeja Waligórskiego.

Zwyciężczynią konkursu jest pani Olga Cieślińska, która pierwsza, już 4 marca, nadesłała odpowiedź. Serdecznie gratulujemy. Nagroda - komplet zakładek do książek (zapewne o laktacji) została wysłana pocztą.

Redakcja ogłasza konkurs kwietniowy:

Którzy z współautorów polskich artykułów streszczonych w tym numerze są konsultantami laktacyjnymi IBCLC? Sami autorzy nazbyt skromnie nie podali swych tytułów przy nazwisku (a może nie pozwolili na to wymagania redakcji), więc zrobmy to za nich!

Rozstrzygnięcie konkursu na czerwcowym zjeździe CNoL.

Kółko Miłośników Teatru przy CNoL

Nauczyciele CnoL w dniu 13 marca br. wybrali się integracyjnie na spektakl „I tak cię kocham” do Teatru Kamienica. Sztuka dotyczy skomplikowanych układów małżeńsko – sąsiedzkich w kamienicy, ale i tak komizm sytuacji zawdzięczamy motywom laktacyjnym. W tle dyskretnie przewija się motyw Szwajcarii, jako edenu laktacji. Bawiąca na spektaklu kadra pedagogiczna szkoły doskonale wyłapywała te wszystkie aluzje! Było bardzo wesoło. Wszelkie dalsze inicjatywy wspólnego spędzania czasu w podobny sposób są mile widziane. Drogie czytelniczki – jeżeli natraficie na ciepły motyw laktacyjny w kulturze i sztuce, prosimy o namiary. Dzielimy się naszą pasją!

Ustroń 2011

W dniach 1-2 kwietnia 2011 w pięknej modernistycznej Willi Koba w Ustroniu w Beskidzie Śląskim odbyło się spotkanie szkoleniowo – integracyjne **Polskiego Towarzystwa Konsultantów i Doradców Laktacyjnych**. Była to znakomita okazja do porozmawiania o naszych problemach, planach i nadziejach na przyszłość. Było dużo czasu na wymianę doświadczeń, ale i na miłe pogawędki. Przyjęto nowych członków – nasze Towarzystwo liczy już 42 panie!!! Najserdeczniejsze podziękowania za trud organizacji należą się Sekretarz Katarzynie Asztabskiej i jej Mężowi – oboje wiedzą za co.

Z najbliższych planów anonsujemy: walne zebranie i warsztat dla profesjonalistów w Warszawie w dniu 4 czerwca (po Zjeździe CnoL). Szczegóły na www.laktacja.org.pl.