

Pionierstwo kosztuje. Gdzie jesteśmy po 18 latach?

dr n. med. Magdalena Nehring-Gugulska,

dr n.med. Monika Żukowska-Rubik

Who Were We, Where Are We Now? A Summary of 2024 /25

Director of the Center for Lactation Science (CNoL)

Co jest naszą misją?

Szkolimy kadry medyczne, by skutecznie wspierać matki w karmieniu piersią i matczynym pokarmem.

Dlaczego to robimy?

Wypełniamy systemową lukę. Odpowiadamy na potrzeby matek.

Jak to robimy?

Rzetelna wiedza – uczymy zgodnie z wiedzą opartą na dowodach, dbając o zdrowie i bezpieczeństwo matek i dzieci.

Doświadczenie – mamy wieloletnie doświadczenie w poradnictwie laktacyjnym, pracy z matkami i niemowlętami oraz w szkoleniu pracowników ochrony zdrowia z całej Polski.

Pasja – jesteśmy zafascynowani karmieniem piersią, które jest częścią natury, chcemy je chronić i wspierać, kochamy swoją pracę.

Profesjonalizm – rozwijamy metodę dydaktyczną, która jest spójnym systemem nauczania opartym na wiedzy, praktyce, aktywizacji, stale szkolimy zespół, stawiamy na dobrą organizację.

Gdzie byliśmy, a gdzie jesteśmy po 18 latach?

CNoL 2007	CNoL 2025
Było małe, stawiało pierwsze kroki	Jest duże, osiągnęło dorosłość
Nikt go nie znał	Jest znane
Obalanie powszechnych mitów i szkodliwych praktyk w laktacji	Wiedza o laktacji oparta na dowodach a prawidłowe praktyki upowszechniły się
Początki standaryzacji działań diagnostycznych i leczniczych	Standardy, nomenklatura, protokoły, podręczniki, inne publikacje
Nie miało wpływu na opiekę zdrowotną	Jest źródłem wiedzy i praktyki
Skupiało kilkadziesiąt osób	Inspiruje i motywuje setki osób
Nie miało konkurentów	Ma konkurentów, naśladowców, oponentów
Wierzyło, że przekona decydentów do skutecznych zmian w opiece laktacyjnej	Nie bardzo wierzy w dobre zmiany systemowe w opiece laktacyjnej w Polsce
Życzyło sobie powodzenia	Życzy innym powodzenia

W ciągu 18 lat, nie mając wsparcia finansowego z żadnej instytucji państwowej, z wyjątkiem kursu specjalistycznego dla 114 osób w 2016 roku, przeszkoliliśmy 13158 osób, w tym 1727 osób wzięło udział w najdłuższym szkoleniu przygotowującym do uzyskania tytułu CDL.

Pionierstwo wyprzedza rozwiązania systemowe

Pionier – to ten, kto wprowadza coś nowego, dokonuje postępu, rozszerza wiedzę.

„Profesjonalne poradnictwo laktacyjne zostało stworzone przez matki. Rozwijało się na podłożu światowych i krajowych działań na rzecz promocji karmienia piersią. Choć karmienie piersią jest procesem fizjologicznym, weszło w obszar medycyny ze względu na to, że część matek i niemowląt doświadcza problemów zdrowotnych. Medycy poszerzają wiedzę w odpowiedzi na potrzeby matek. Jak wiele pionierskich inicjatyw, tak i ta – profesjonalne poradnictwo laktacyjne – wyprzedzało rozwiązania systemowe opieki zdrowotnej. W wielu krajach zostało doń płynnie włączone, w Polsce do dziś nie jest odpowiednio wykorzystane. Poradnictwo laktacyjne jest jednym z istotnych ogniw łańcucha wsparcia karmienia piersią i warto je rozwijać nie tracąc cennej kadry medycznej”. (Aktualny stan poradnictwa laktacyjnego w Polsce. Medycyna Praktyczna – Pediatria 3/2025) [1]

Co to są standardy medyczne?

„Standardy medyczne są opracowywane zwykle przez towarzystwa naukowe, zespoły ekspertów w poszczególnych dziedzinach medycyny – najczęściej w formie zbioru zaleceń, wytycznych lub rekomendacji, które nie mają charakteru prawnego. Jednak – jako schematy postępowania oparte na aktualnej wiedzy medycznej i tworzone zgodnie z zasadami Evidence-Based Medicine (EBM) – stanowią bardzo ważne wskazówki merytoryczne w codziennej praktyce medycznej”. (Ministerstwo Zdrowia) [2]

Matki potrzebowały nie tylko promocji i wsparcia w karmieniu piersią, ale bardzo realnego, konkretnego działania opartego na dowodach, opisanego w procedury i protokoły postępowania. My też potrzebowaliśmy tego do pracy.

Standard porady laktacyjnej

Porada laktacyjna nie powstała dla tych, którzy ją wykonują, powstała z potrzeby matek. To one wezwały nas, medyków, do poszerzenia wiedzy, zdobycia umiejętności, aby im profesjonalnie pomagać. Problemy, z którymi przychodziły do nas, zmuszały nas do sięgania coraz głębiej w nauki medyczne z różnych dziedzin. Praktykowaliśmy i opisywaliśmy to, co robimy. Opublikowaliśmy standard już w 2005 r. Badaliśmy skuteczność. Uczyliśmy innych. Standard porady laktacyjnej jest nauczany na szkoleniach CNoL/FTK, praktykowany przez doradców laktacyjnych, ale też przez wielu medyków w codziennej pracy z pacjentkami.

Podstawowe pojęcia powszechnie używane w Polsce i na świecie

Poradnictwo laktacyjne	Lata 80 – te, LLLI, IBLCE
Poradnia laktacyjna	Poradnia zaburzeń laktacji IMID – 1987 Poradnia laktacyjna Szpitala Św. Zofii – 1992
Porada laktacyjna	Mikiel-Kostyra K., Wojdan-Godek E.: Poradnia Zaburzeń Laktacji: zadania, organizacja i funkcjonowanie. Med. Wieku Rozw., 1999 ; 3 (4): 75–88
Konsultacja laktacyjna	Żukowska-Rubik M. Nehring-Gugulska M. Standard wizyty w poradni laktacyjnej. <i>Standardy Medyczne</i> 2005 , 4:1786-1790
Standard porady laktacyjnej	Żukowska-Rubik M. Nehring-Gugulska M. Standard porady laktacyjnej. W: <i>Karmienie piersią w teorii i praktyce, Medycyna Praktyczna, Kraków</i> 2012, 2017
Doradca laktacyjny, Konsultant laktacyjny, Wytyczne kształcenia IBLCE	Standardy kształcenia CDL Certyfikaty IBCLC, CDL, inne Wytyczne dla innych certyfikatów

Narzędzia i Protokoły postępowania

Potrzebowaliśmy jako medycy opisu szczegółowego postępowania w każdym problemie laktacyjnym, jaki przychodziło nam rozwiązywać. Potrzebowaliśmy narzędzi diagnostycznych. Tworzyliśmy je i dziś mamy liczne artykuły, dwie edycje kompleksowego podręcznika *Karmienie piersią w teorii i praktyce* (2012,2017), protokoły postępowania, ale też badania naukowe, publikacje zagraniczne. Upowszechnił się „Protokół Oceny Umiejętności Ssania”, który ma już kolejną edycję, a także protokół leczenia zapalenia piersi, postępowania w niedoborze pokarmu, a kolejne powstają, jak tegoroczny „Protokół leczenia ran brodawek” wydany wspólnie z Polskim Towarzystwem Leczenia Ran. Dziś stosują je medycy z wielu dziedzin, one są powszechne i dostępne dla każdego.

Dlaczego dzieliliśmy się wiedzą i praktyką z innymi medykami?

Zgodnie z koncepcją powszechności opieki laktacyjnej zalecaną przez WHO, UNICEF oraz Dyrektoriat Zdrowia Publicznego UE [3,4,5] każdy powinien umieć udzielić porady laktacyjnej jednocześnie pozostając w zgodzie z kompetencjami wynikającymi z wykonywanego zawodu. W toku kształcenia położnych, pielęgniarek i lekarzy uzyskuje się wystarczające kwalifikacje pozwalające udzielać porad złożonych z badania fizykalnego, obserwacji i oceny karmienia, edukacji zdrowotnej oraz zaleceń zapobiegawczych i leczniczych. Nie potrzeba żadnych ograniczeń, wyłączeń i wymyślnych wymagań. Proste rozwiązania są najlepsze. Wystarczy poszerzyć wiedzę i zacząć ją praktykować stosując powszechnie dostępne narzędzia i protokoły [6,7]. Warto zwrócić uwagę, że poradnictwo laktacyjne praktykują też osoby niemedyczne, a doule mają je wpisane do swoich zadań

zawodowych. My też ucząc się korzystaliśmy z doświadczeń kolegów z innych krajów, gdzie poradnictwem laktacyjnym zajmują się bardzo różne osoby.

Wiedza i praktyka upowszechniła się

Opis porady laktacyjnej opracowało też w 2019 roku Polskie Towarzystwo Położnych [8]. Równocześnie na położniczych studiach magisterskich powstał przedmiot poradnictwo laktacyjne, a dla położnych po studiach kurs specjalistyczny „Edukacja i wsparcie kobiety w okresie laktacji” (stworzony przez trzy konsultantki laktacyjne: B. Szyber, M. Kaletę i M. Nehring-Gugulską, obecnie zmodyfikowany i wydłużony przez MZ). Powstało stanowisko pracy dla położnych – edukator ds. laktacji (nie jest na nie wymagany kurs specjalistyczny). Poszerzyła się też gama dostępnych kursów kształcących oferowanych przez niepublicznych organizatorów dla lekarzy, położnych i pielęgniarek, a także poszerzono treści kształcenia w specjalizacjach dla w/w grup zawodowych. Dzięki tym działaniom wiedza o laktacji upowszechnia się wśród personelu, co nas cieszy.

Poradnictwo laktacyjne weszło sobie do systemu opieki zdrowotnej

Poradnictwo laktacyjne jest gwarantowane w Standardzie Organizacyjnym Opieki Okołoporodowej [9] oraz w Ustawie za Życiem [10]. Wśród świadczeń położnej i pielęgniarki wymieniana się w ICD-9 Edukacyjną wizytę laktacyjną (89.045), która nie jest osobno wyceniana. Powstały dwa projekty, w których szczegółowo opracowano procedurę porady podstawowej i specjalistycznej w 2015 [11] oraz specjalistycznej położnej i lekarza w 2024 roku, oba zostały odrzucone przez Radę Przejrzystości przy AOTMIT. W uzasadnieniu stwierdzono, że opieka sprawowana przez położne i lekarzy specjalistów w szpitalu i AOS oraz położne i lekarzy POZ oraz pielęgniarkę POZ (od 8. tygodnia życia) zapewniają kompleksową opiekę i są wystarczające [12]. Skąd takie przekonanie? To, co wypowiadają kobiety w badaniach ankietowych, nie potwierdza tych przekonań urzędników [13,14,15].

Nauka potwierdza skuteczność doradców laktacyjnych – ostatnie wyniki

W Polsce badano skuteczność porad laktacyjnych udzielanych przez medyków w ramach prac doktorskich [16,17,18] oraz publikowanego Raportu CNoL w 2021 roku, który wykazał, że skuteczność porady jest najwyższa, gdy trwa ona 60–90 minut i zawiera obserwację aktu karmienia i ocenę parametrów wzrostu dziecka [19].

Jednak dopiero ostatnio opublikowano przegląd systematyczny, który skupił się na opiece sprawowanej podczas indywidualnych wizyt doradców laktacyjnych. [20] Został on zaprezentowany i skomentowany w czasopiśmie Medycyna Praktyczna – Pediatria nr3/2025 [21]. Przegląd wyróżnia się wysoką jakością metodologiczną. Badacze przeprowadzili przegląd systematyczny piśmiennictwa z metaanalizą 40 RCT z okresu 1985–2024, który objął 8582 kobiety karmiące piersią oraz ich dzieci w wieku <6 miesięcy urodzone w ≥ 34 . tc. lub ≥ 37 . tc. Porównano opiekę doradcy laktacyjnego (IBCLC – 27 RCT lub CLC – 3 RCT) ze standardową opieką (od braku wsparcia przez ograniczone wsparcie i edukację udzielane przez położną lub pielęgniarkę w szpitalu lub w domu po wypisaniu ze szpitala, do fakultatywnych konsultacji z doradcą laktacyjnym dostępnym w szpitalu dla wszystkich kobiet lub mających problem z laktacją, podstawowe poradnictwo laktacyjne prowadzono także w trakcie wizyt patronażowych). Wykazano, że w krajach o wysokich

dochodach konsultacja certyfikowanego doradcy laktacyjnego, w porównaniu ze standardową opieką, zmniejsza ryzyko zaprzestania karmienia – zarówno wyłączonego do 6. miesiąca życia, jak i jakiegokolwiek do 12. miesiąca życia i wydłuża czas ogólnego karmienia. Najlepsze efekty uzyskiwano, gdy konsultacje z doradcą laktacyjnym rozpoczynano przed 6. tż. dziecka i były one intensywne (kilka wizyt).

Innowacje zawsze budzą zachwyt i opór

Dzieci rodzą się szybko i równie szybko przestają być karmione piersią. Dlatego nie ma czasu na wyczekiwanie zmian w systemach edukacji i organizacji ochrony zdrowia, które zazwyczaj dokonują się wolno, a w Polsce wyjątkowo wolno, a w obszarze laktacji wręcz się ślimaczą. W 1987 roku powstała w Polsce pierwsza poradnia laktacyjna, w której pracował lekarz, położna i pielęgniarka!

Gdybyśmy czekali, tysiące matek i dzieci nie uzyskałoby pomocy. Przeszkoliliśmy kadrę, stworzyliśmy standardy i zmiana się dokonała. W 2025 roku mamy ponad tysiąc medyków z certyfikatami (CDL, IBCLC) oraz grupę ponad 3 tys. położnych po kursie specjalistycznym w obszarze laktacji. Ale nadal decydenci nie są w stanie znaleźć im miejsca w systemie do udzielania specjalistycznych porad. Zamiast uznać to za innowację, nową technologię i stworzyć dla niej odpowiednie przepisy, próbują blokować. Myśląc w ten sposób do dziś jeździlibyśmy bryczkami i nie moglibyśmy używać telefonów komórkowych, wszak dla nich też kiedyś przepisów nie było.

Droga pionierów nie jest łatwa

Nie byłoby postępu w medycynie gdyby nie było nowych praktyk i technologii. Tak należy patrzeć na poradnictwo laktacyjne i medycznych doradców laktacyjnych. Innowacja! Nowa umiejętność! Nowa dziedzina!

A opornym chcemy powiedzieć, że zmian nie zatrzymacie, bo postęp jest nieuchronny, on i tak się dokonuje i dokona. Warto posłuchać WHO, UNICEFu, Dyrektoriatu Zdrowia Publicznego UE i doświadczeń innych krajów i włączyć tak zmotywowaną, wysoko wykwalifikowaną, zróżnicowaną kadrę do systemowej opieki oraz kształcenia, aby zapewnić wysokie wskaźniki karmienia naturalnego w Polsce, co przyczyni się do zdrowotności przyszłych pokoleń.

Piśmiennictwo:

1. Nehring-Gugulska A, Żukowska-Rubik M. Aktualny stan poradnictwa laktacyjnego w Polsce. Medycyna Praktyczna – Pediatria 3/2025
2. <https://archiwum.mz.gov.pl/system-ochrony-zdrowia/organizacja-ochrony-zdrowia/standardy-medyczne/#:~:text=Standardy%20medyczne%20to%20zbiory%20rekomendacji,wytyczne%20lub%20ścieżki%20postępowania%20medycznego>.
3. WHO. Global Strategy for infant and young child feeding. Annex 2 [W:] Infant and young child nutrition. Geneva: 55 WHO, Report by the Secretariat; 2002
4. Wellstart International & University of California San Diego: Lactation Management Curriculum Guide. A faculty guide for schools of medicine, nursing and nutrition. California: Wellstart International; 1999 (Banaszkiewicz A., Niecikowska K., Oslislo A., Ślizień Kuczapska E. [tłum.], Żukowska Rubik M. [red.] Wyd. Pol. UNICEF, KUKP; Warszawa 2002.
5. Cattaneo A, Fallon M, Kewitz G, Mikiel-Kostyra K, Robertson A. Infant and young child feeding: standard

- recommendations for the European Union. Luxemburg: European Commission, Directorate Public Health and Risk Assessment; 2006. Wer. pol. Mikiel-Kostyra K, red. Żywnienie niemowląt i małych dzieci: standardy postępowania dla Unii Europejskiej Warszawa: IMiD; 2008
6. Ustawa o zawodach pielęgniarki i położnej z dnia 15 lipca 2011 (Obwieszczenie Marszałka Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 23 maja 2024 r. w sprawie ogłoszenia jednolitego tekstu ustawy o zawodach pielęgniarki i położnej Dz.U. 2024 poz. 814)
 7. Ustawa z dn. 5 grudnia 1996 o zawodach lekarza i lekarza dentysty ze zmianami z dn. 21 lipca 2008 r.
 8. Ćwiek D., Kulesza Brończyk B. i zespół ekspertów ZG PTP: Zasady wsparcia kobiety karmiącej w środowisku domowym w trakcie realizacji poszerzonych porad laktacyjnych położnej POZ. Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Położnych, 2019. http://www.ptpol.pl/media/dopobrania/ZG_PTPol_rekomendacje_standard_porady_laktacyjnej_poloznej.pdf
 9. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 16 sierpnia 2018 r. w sprawie standardu organizacyjnego opieki okołoporodowej (Dz. U. poz.1756)
 10. Ustawa z dnia 4 listopada 2016 r. o wsparciu kobiet w ciąży i rodzin „Za życiem”. <https://zazyciem.gov.pl/strona/10> o ustawie i programie za życiem (dostęp: 24.04.2025)
 11. Nehring Gugulska M., Bernatowicz Łojko U., Żukowska Rubik M. i wsp.: Projekt organizacji opieki zdrowotnej nad matką i dzieckiem uwzględniający udział specjalistów ds. laktacji. (W:) Szyber B., Dmoch Gajzlerska E. (red.): Skutecznie o laktacji i karmieniu piersią. Oficyna Wydawnicza Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego, Warszawa, 2015: 81–115
 12. Stanowisko Rady Przejrzystości nr 55/2024 z dnia 17 czerwca 2024 roku w sprawie zasadności kwalifikacji świadczenia opieki zdrowotnej „Specjalistyczna porada laktacyjna lekarza” jako świadczenia gwarantowanego oraz Stanowisko Rady Przejrzystości nr 56/2024 z dnia 17 czerwca 2024 roku w sprawie zasadności kwalifikacji świadczenia opieki zdrowotnej „Specjalistyczna porada laktacyjna położnej” jako świadczenia gwarantowanego: https://bip.aotm.gov.pl/assets/files/zlecenia_mz/2024/092/RPT/2024%2006%2012%20WS.420.6.2024%20RAPORT%20Porada%20laktacyjna_BIP_REOPTR.pdf (dostęp: 24.04.2025)
 13. Raport z monitoringu oddziałów położniczych. Opieka okołoporodowa w Polsce w świetle doświadczeń kobiet. Fundacja Rodzić po ludzku, Warszawa 2018 28. Raport z monitoringu opieki laktacyjnej w Polsce za lata 2018–2022. https://malyssak.pl/wp-content/uploads/2023/12/RAPORT_Z_MONITORINGU_OPIEKI_LAKTACYJNEJ_W_PO_LSCE_za_lata_2018_2022_30.11.23_Stow.-Malyssak.pdf (dostęp: 24.04.2025)
 14. Raport „Opieka okołoporodowa podczas pandemii COVID 19 w świetle doświadczeń kobiet i personelu medycznego”. Fundacja Rodzić po Ludzku, Warszawa, 2021
 15. Nagórska A., Nehring Gugulska M., Godyń Myśliwy Z. i wsp.: Przestrzeganie praw kobiet karmiących piersią w Polsce. Wyniki badania ankietowego. Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio, 2023; 3 (55): 1–14
 16. Kiełbratowska B.: Wpływ aktywnej pomocy personelu medycznego na przebieg karmienia naturalnego. Rozprawa doktorska. Akademia Medyczna w Gdańsku, 2006
 17. Pietkiewicz A.: Promocja karmienia piersią w Gdańsku – ewaluacja programu zdrowotnego. Rozprawa doktorska. Gdański Uniwersytet Medyczny, 2015
 18. Żukowska-Rubik M.: Porada laktacyjna jako skuteczny środek w realizacji światowych standardów karmienia piersią. Rozprawa doktorska pod kier. prof. Ewy Dmoch-Gajzlerskiej. WNoZ, WUM, wrzesień 2016
 19. Nehring Gugulska M., Bębenek D., Żukowska Rubik M.: Czy Polska jest krajem przyjaznym matce karmiącej i jej dziecku? RAPORT 2018, CNoL i mlekomamyrzadzi.pl
 20. D’Hollander C.J. i wsp.: Breastfeeding support provided by lactation consultants: a systematic review and meta-analysis. JAMA Pediatrics, 2025: e246810
 21. Skuteczność konsultacji doradcy laktacyjnego w utrzymaniu karmienia piersią w pierwszych 6 i 12 miesiącach życia dziecka – przegląd systematyczny i metaanaliza. Opracowała: mgr Małgorzata Ściubisz Konsultowali: dr n. med. i n. o zdr. Bartłomiej M. Zalewski, prof. dr hab. n. med. Hanna Szajewska. Medycyna Praktyczna – Pediatria. 3/2025.