

Medicína.cz, 1. 8. 2017

Světový týden kojení

Kategorie: Aktuality Novinky ze zdravotnictví

📅 01. srpen 2017

Kojení představuje nejpřirozenější způsob výživy dítěte. Má pozitivní přínosy nejen pro samotné miminko, ale také pro maminku. Navíc se díky němu posiluje vazba mezi maminkou a dítětem. Na důležitost kojení upozorňuje již od roku 1992 Světový týden kojení, který každoročně probíhá prvních sedm dní v srpnu. Letošní jubilejní ročník se zaměřuje na téma Udržení kojení – společně! Zároveň oslaví v tomto roce již čtvrtstoletí světové podpory kojení.

Výhodou kojení pro maminku je jednak ekonomické, ale také později praktické - mateřské mléko je v ideálním složení odpovídajícím věku dítěte. V neposlední řadě je kojení prevence před onkologickým onemocněním prsu. Pro dítě představuje kojení nejpřirozenější zdroj výživy, který podporuje vývoj a zráním funkce imunitního systému, poznávacích a motorických funkcí, rovněž snižuje riziko obezity a cukrovky.

První kojení přichází již v prvních dvou hodinách po porodu. Přesný čas ale nelze určit, každé dítě je totiž připraveno na sání v jiný okamžik. To byl také důvod, proč se upustilo od definice, že se dítě musí přisát do půl hodiny po porodu. Maminky by se proto měly především zaměřit na projevy svého miminka, neboť správná zásada je pouze ta, že je dítě kojeno podle jeho potřeb. V počátcích kojení se může matka dopouštět chyb v technice, které mají za následek, že je dítě špatně přisáté, a vznikají tak bolestivá poranění a praskliny na bradavkách. Ty kojení velmi znepříjemňují. V těchto případech se maminkám doporučuje konzultace s laktiční poradkyní, která s nárivkem správné techniky pomůže. Stejně tak může být na začátku pro ženu kojení nepřijemné z důvodu zvýšené citlivosti prsou, ale tento stav se většinou sám do několika dnů upraví.

Správnou techniku kojení se maminka naučí samotnou praxí. Její základy však musí získat již v porodnici. V péči o maminky jsou výborné obecné zásady kojení zakotvené v dokumentu Deset kroků k úspěšnému kojení. Díky tomuto přístupu se mohou porodnice pochlubit označením Baby Friendly Hospital, jako je tomu u porodnice v Mělníku.

V posledních letech se u fyziologicky narozeného novorozence od sledování přesně nakojených dávek upouští. Důležité je, aby dítě přibývalo na hmotnosti. Pravidlo, že 5. den má vypít 50 ml a 6. den 60 ml na dávku platí pro umělou výživu. Pro maminku je vážení před a po kojení stresující, a proto pokud to nevyžaduje zdravotní stav dítěte, tak se mu spíše vyhýbáme. Orientačně lze říci, že má kojenec vypít cca 150–180 ml mléka na kilogram hmotnosti. Co se týče dokrmování, to preferujeme pomocí suplementoru – speciálního doplňkového systému kojení, který umožňuje dítěti sát mateřské mléko z lahvičky a současně sát z matčina prsu, eventuálně stříkačkou přes prst. Obě techniky se v případě potřeby maminka učí již v porodnici nebo u laktiční poradkyně.

Přístup ke kojení se mění. 70.–80. léta se spíše nesla ve znamení umělé výživy a maminky kojení moc neřešily. Dalo by se říci, že kojení je nyní módní, většina maminek chce kojit. Kojení je rovněž jedním z častých témat, která maminky řeší na blozích nebo v diskuzních fórech. Dříve ženy v Čechách kojily maximálně 6 měsíců a dnes přestávají kojit mezi prvním a druhým rokem života dítěte. Sice ještě nejsme na úrovni maminek v severských zemích, ty velice úspěšně a dlouho kojí, ale i u nás se postupně doba, po kterou ženy kojí, prodlužuje.