

## **Tjedan dojenja 1. – 7. kolovoza 2020.**

### **„Podržite dojenje za zdraviji planet.“**

Svjetski tjedan dojenja svake se godine obilježava od 1. do 7. kolovoza s ciljem poticanja svijesti o važnosti i dobrobiti dojenja za dijete, majku i cjelokupnu zajednicu. UNICEF i Svjetska zdravstvena organizacija 1991. godine pokrenuli su program „Rodilišta prijatelji djece“ ciljem osiguravanja podrške majkama na početku dojenja. Kroz program „Rodilišta prijatelji djece“ UNICEF već godinama kontinuirano podupire stvaranje uvjeta za održavanje dojenja u rodilištima, a od 2016. godine sva javna rodilišta u Hrvatskoj nose naziv „Rodilišta prijatelji djece“, što znači da provode Deset koraka za uspješno dojenje. Svaka ustanova koja pruža usluge roditeljima i brine se za novorođenčad treba:

1. Imati ispisana pravila o dojenju o kojima se rutinski obavještava cjelokupno zdravstveno osoblje.
2. Podučiti cjelokupno zdravstveno osoblje vještinama potrebnim za primjenu tih pravila.
3. Informirati sve trudnice o dobrobitima dojenja i dati im osnovne upute za dojenje.
4. Pomoći majkama da počnu dojiti unutar pola sata nakon rođenja djeteta.
5. Pokazati majkama kako se doji i kako da sačuvaju izlučivanje mlijeka, čak i ako su odvojene od svoje dojenčadi.
6. Novorođenčadi ne davati nikakvu hranu ili piće već samo majčino mlijeko, osim ako to nije medicinski opravdano.
7. Primjenjivati zajednički boravak – omogućiti majkama i djeci da budu zajedno 24 sata dnevno.
8. Poticati majke da doje prema djetetovim potrebama.
9. Ne davati nikakve umjetne dudice ili dude-varalice djeci koja se doje.

10. Poticati osnivanje grupa za podršku dojenju i upućivati majke na njih prilikom njihovog izlaska iz bolnice.

Moto ovog, tridesetog tjedana obilježavanja je „Podrška dojenja za zdraviji planet.“ Dojenje, za razliku od nadomjesnih pripravaka, pozitivno djeluje na okoliš; osim što je prirodno i obnovljivo, majčino je mlijeko sigurno za okoliš, ne zahtijeva proces proizvodnje niti ostavlja otpad. Uvijek je dostupno, spremno za uporabu i zdravo.

Ova godina je specifičnija od ostalih zbog pandemije COVID-19 virusa. Virus se prenosi bliskim kontaktom sa zaraženom osobom. Prijenos se odvija kapljičnim putem, te dodirivanjem kontaminiranih površina na kojima se nalazi sekret iz dišnih puteva zaražene osobe, a potom dodirivanjem usta, nosa ili oči. Najčešći simptomi kod oboljelih osoba su povišena temperatura, kašalj, otežano disanje, umor i bolovi u mišićima. Preporuke za sprječavanje širenja COVID-19 uključuju često pranje ruku sapunom i vodom ili primjenjivanjem dezinfekcijskih sredstava, kihanje ili kašljanje u pregib lakta ili u jednokratnu maramicu te izbjegavanje bliskog kontakta. Prijenos aktivnog COVIDA-19 putem majčinog mlijeka i dojenja do sada nije poznat, stoga nema razloga za prestanak ili odustajanje od dojenja. U svim društveno-ekonomskim situacijama dojenje poboljšava preživljavanje i ima pozitivne učinke na zdravlje i razvoj novorođenčadi. Dojenje također poboljšava zdravlje majki. Preporučuje se započeti dojenje unutar prvog sata nakon poroda. Mnogobrojne prednosti kontakta koža na kožu i ranog početka dojenja značajno nadmašuju potencijalne rizike od prijenosa virusa i razvoja bolesti uzrokovane virusom COVID-19. Do sada je zabilježen mali broj slučajeva potvrđene infekcije COVID -19 u novorođenčadi te su zabilježeni blagi simptomi bolesti.

Preporuke za njegu i hranjenje dojenčadi majki s potvrđenom ili sumnjivom COVID-19 infekcijom odnose se na razdoblje kada je vjerojatno da će majka biti zarazna, tj. na razdoblje dok ima simptome bolesti ili tijekom 14 dana od

početka simptoma, ovisno što će duže trajati. Cilj preporuka je poboljšati zdravstveno stanje i osigurati pravilan razvoj njihove novorođenčadi trenutno i dugoročno tijekom cijeloga života. Majke s simptomima COVID-19 ili sumnjom na COVID-19 mogu doći ako to žele. Savjetuje im se nošenje medicinske maske, pranje ruku prije svakog dodirivanja novorođenčeta i započinjanja dojenja, kihanje ili kašljanje u maramice te redovito čišćenje svih površina s kojima su bile u doticaju. U slučaju da se majka i dijete moraju privremeno odvojiti, majci koja namjerava doći treba pomoći u održavanju stvaranja mlijeka putem izdavanja. Pri izdavanju majke se trebaju pridržavati higijenskih uputa, općih mjera zaštite te higijenskih uputa o čišćenju izdajalice.

Svjetska zdravstvena organizacija ističe kako je dojenje najučinkovitiji način prehrane za zdravlje djeteta. Majčino mlijeko pruža svu potrebnu energiju i hranjive tvari koju se djetetu potrebne tijekom prvih mjeseci života. Dojenje nije samo hranjenje već i kontakt majke i djeteta koji pozitivno djeluje na djetetov psihomotorni razvoj.

Izvor:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/q-a-on-covid-19-and-breastfeeding>

<https://www.healthynewbornnetwork.org/resource/covid19-interim-guidance-who/>

Prevela i priredila: Azra Damjanov Štefančić ,bacc.med.techn.