



Komitet Upowszechniania
Karmienia Piersią

BIULETYN

KOMITETU UPOWSZECHNIANIA KARMIENTA PIERSIĄ
I SZPITALI PRZYJAZNYCH DZIECKU

Nr 1/2020

ISSN 1509-7250

W numerze:

- Dlaczego wzmacnianie mleka kobiecego jest tak ważne dla noworodków urodzonych przedwcześnie
 - Oligosacharydy pokarmu kobiecego odkrywane na nowo
- Od urodzenia do karmienia, czyli jak organizacja oddziału neonatologicznego i system pracy sprzyjają karmieniu piersią
 - Karmienie piersią jest sztuką
 - Trudności w karmieniu piersią okiem neurologopedy i fizjoterapeuty
- Narażenie bierne na dym tytoniowy podczas ciąży i późniejsze wyniki karmienia piersią
- Ryzyko wczesnej suplementacji mlekiem modyfikowanym u noworodka karmionego piersią
 - Porady eksperta
- Szpital Przyjazny Dziecku w praktyce

Drodzy Czytelnicy!

Z przyjemnością przekazuję Państwu pierwszy tego-
roczny numer naszego Biuletynu. Wychodząc naprzeciw
oczekiwaniom, zamieszczamy w nim wiele praktycznych
informacji przydatnych w pracy z kobietą karmiącą.

W ostatnich kilku latach dużo się zmieniło w opiece
szpitalnej, wiele korzystnych zmian zachodzi obecnie.
To napawa nadzieją. W artykule „Od urodzenia do kar-
mienia” omawiam organizację oddziału noworodkowego
i położniczego w aspekcie ułatwienia wdrażania praktyk
laktacyjnych. Wspominam w nim także o zagrożeniach,
jakie pojawiają się w szpitalu i stanowią przeszkody we
współdziałaniu z matką karmiącą.

Coraz więcej wiemy o dużych potrzebach żywienio-
wych noworodków urodzonych przedwcześnie. Zachę-
cam do lektury artykułu prof. Barbary Królik-Olejniki
poświęconego zagadnieniu wzmacniania pokarmu
kobiecego. Dodatek wzmacniacza do mleka matki uzu-
pełnia te wysokie wymagania wcześniaków w zakresie
dostarczania białka oraz makro- i mikroelementów. Ewa
Wybraniec pisze o oligosacharydach mleka kobiecego –
odkrywanych na nowo składnikach pokarmu kobiecego
o coraz lepiej poznawanej strukturze i roli biologicznej.

Wiele praktycznych porad dotyczących przystawiania
do piersi znajdziecie w artykule doktor Marii Migielskiej-
Wołyniec o sztuce karmienia piersią.

Opieka nad małym dzieckiem to także dostarczanie
mu „strawy dla duszy”. W Szpitalu Przyjaznym Dziec-
ku w Częstochowie jest to czytanie dzieciom w okresie
prenatalnym i od kołyski, o czym niezwykle interesująco

opowiada dr Jolanta Warzycha z własnym zespołem.
Autorki przenoszą nas w świat psychologii prenatalnej.

Kolejną porcję wartościowych porad znajdziecie
w materiale „Trudności w karmieniu piersią...” autorstwa
Anny Balickiej, neurologopedy i Małgorzaty Tarnowskiej,
fizjoterapeuty, na co dzień pracujących z noworodkami
i ich rodzicami.

W numerze pojawia się też miła informacja z wizyty
komisji KUKP w SPSK w Szczecinie, który kolejny raz
udowodnił, że bez uchybień realizuje „10 kroków do uda-
nego karmienia piersią”.

Zamieszczamy też doniesienia o nowościach w nauce
z zakresu karmienia piersią oraz stałą rubrykę korespon-
dencji z matkami karmiącymi.

Następny numer będzie wydaniem specjalnym, po-
święconym konferencji naukowo-szkoleniowej pod
oficjalnym hasłem Światowego Tygodnia Karmienia
Piersią „Support Breastfeeding for a Healthier Planet”.
Już dziś zapraszam do CMKP w Warszawie 29 maja.
W Polsce Światowy Tydzień Karmienia Piersią obcho-
dzimy bowiem między Dniem Matki a Dniem Dziecka.
Program konferencji znajdziecie Państwo na drugiej
stronie niniejszego numeru.

*Czytelnikom Biuletynu i Przyjaciółom KUKP z okazji
świąt Wielkiejnocy składam najserdeczniejsze życze-
nia radosnych spotkań rodzinnych, zdrowia i wszelkiej
pomyślności.*

Maria Wilińska
Przewodnicząca Zarządu Głównego KUKP

Czytanie w okresie prenatalnym i od kołyski w Szpitalu Przyjaznym Dziecku

Jolanta Warzycha, Marta Baryła, Marta Bazylińska
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny im. N.M.P.
w Częstochowie

„Jeżeli nie damy dziecku zabawek, będzie bawiło się kamykami lub patykami.

Jeżeli nie damy mu książki, samo po nią nie sięgnie.”

prof. Grzegorz Leszczyński

W dzisiejszych czasach czytanie wypierają media (telewizja, wideo, komputer). Stale maleje wśród Polaków poziom czytelnictwa, a rozumienie tekstu przez dzieci i młodzież jest niewystarczające. Czytanie dziecku powinno się zaczynać w okresie prenatalnym.

Czytanie do brzucha uświadamia kobietom ciężarnym, że wchodzi w sferę dziedzictwa kulturowego. Płód w brzuchu słyszy, chociaż dźwięki świata zewnętrznego muszą przedostać się przez otaczające tkanki. Lingwiści twierdzą, że podstawą do późniejszego przyswajania języka są rytm i melodia słyszanych głosów. Już od 24 tygodnia ciąży płód rozpoznaje głos matki. W latach 80. prowadzono badania, które sugerowały, że dzieci po urodzeniu rozpoznają melodię ulubionego serialu mamy.

Na oddziale neonatologicznym, gdzie pracujemy, rodzice są częścią zespołu terapeutycznego. Oprócz uczestniczenia w pielęgnacji i karmieniu czytają noworodkom wiersze i bajki terapeutyczne. Wiedzą, że potrzebę i nawyk czytania należy kształtować od pierwszych dni. Czytanie małej postaci na głos stymuluje rozwój jego mózgu. Często powtarzane frazy (wyliczanki, wierszyki) zostawiają ślad w mózgu dziecka, co wpływa na późniejsze rozumienie mowy (słownik bierny). Ta prawidłowość jest związana z kolejnością dojrzewiania poszczególnych ośrodków w mózgu odpowiedzialnych za rozumienie i artykułowanie mowy.

Naukę mowy rozpoczynamy czytając do brzucha, a kontynuujemy na oddziale neonatologicznym. Obszary mózgu odpowiedzialne za przetwarzanie dźwięków są aktywne już w III trymestrze ciąży.

Czytanie na oddziale sprawia, że cała rodzina ma swoje obowiązki. Mama kanguruje, karmi piersią lub pokarmem odciągającym, a ojciec i rodzeństwo czytają na głos. Dziecko jest otaczane mową i spokojną muzyką. Czytanie pomaga przyswajać intonację i melodię języka.

Z naszych obserwacji wynika, że wcześniaki z grupy 32-34 tygodnie, którym czyta się wiersze i bajki są spokojniejsze, mają szybsze i większe przyrosty masy ciała. Czytanie, tak jak szczepienia, są inwestycją w zdrowie najmłodszych. Buduje szczególny rodzaj więzi emocjonalnej między rodzicami i noworodkami. Jest elementem medycyny ukierunkowanej na małego pacjenta i rodzinę.

Psycholodzy i pedagodzy zajmujący się rozwojem dzieci podkreślają, że czytanie wpływa na aktywację pięciu obszarów kompetencyjnych: komunikacji, odpoczynku, inteligencji emocjonalnej, koncentracji i emocji. Przynosi korzyści natychmiastowe i procentuje w przyszłości. Nie wywołuje lęków i niepokoju jak telewizja czy smartfony. Pomaga uspokoić także rodziców zestresowanych porodem przedwczesnym. Mamy nadzieję, że czytanie z oddziału neonatologicznego będzie przenieszone do domu i stanie się codzienną czynnością. Niemowlęciu poznającemu wyrazy dźwiękonaśladowcze i brzmienie kolejnych słów łatwiej jest zacząć mówić samodzielnie (słownik czynny). Powiązanie dźwięku z obrazem wzmacnia bowiem zapamiętywanie nowych informacji, usprawnia koordynację wzrokowo-ruchową, stymuluje wzrok.

Umberto Eco powiedział: „Kto czyta, żyje podwójnie”. Nie chcemy, aby noworodki i niemowlęta żyły w jednowymiarowym świecie pozbawionym emocji i dlatego tłumaczymy rodzicom potrzebę czytania do brzucha i od kołyski. Czytanie to także antidotum na wpływy współczesnej cywilizacji. Nikt z nas nie rodzi się czytelnikiem. Czytelnika trzeba wychować poprzez wprowadzenie czytania jako rytuału. Warto utrzymać ten rytuał nawet wtedy, gdy dziecko samo już potrafi czytać. Literatura dziecięca pełna wierszy, rymowanek i kołysanek to kontakt z całą gamą dźwięków i bodźców rozwijających mózg poprzez budowę międzyneuronalnych połączeń.

Warto postawić na różnorodność, czyli poezja na zmianę z muzyką – raz Brzechwa i Tuwim, raz Chopin i Mozart.

Stosunek małego dziecka do czytania i słuchania jest budowany poprzez odniesienia emocjonalne. Kilku-minutowe czytanie spokojnym głosem pozwala budować poczucie przewidywalności i przynależności do wspólnoty rodzinnej. Dorośli na czas lektury stają się dziećmi i nostalgicznie wracają do czasów dzieciństwa. ▀