

ΥΠΟΣΤΗΡΙΖΟΝΤΑΣ ΤΟΝ
**ΜΗΤΡΙΚΟ
ΘΗΛΑΣΜΟ**
ΣΤΟ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ



Κυριακή 2 Απριλίου
Hellas PHARM (αίθουσα B2) 15:30 - 17:30

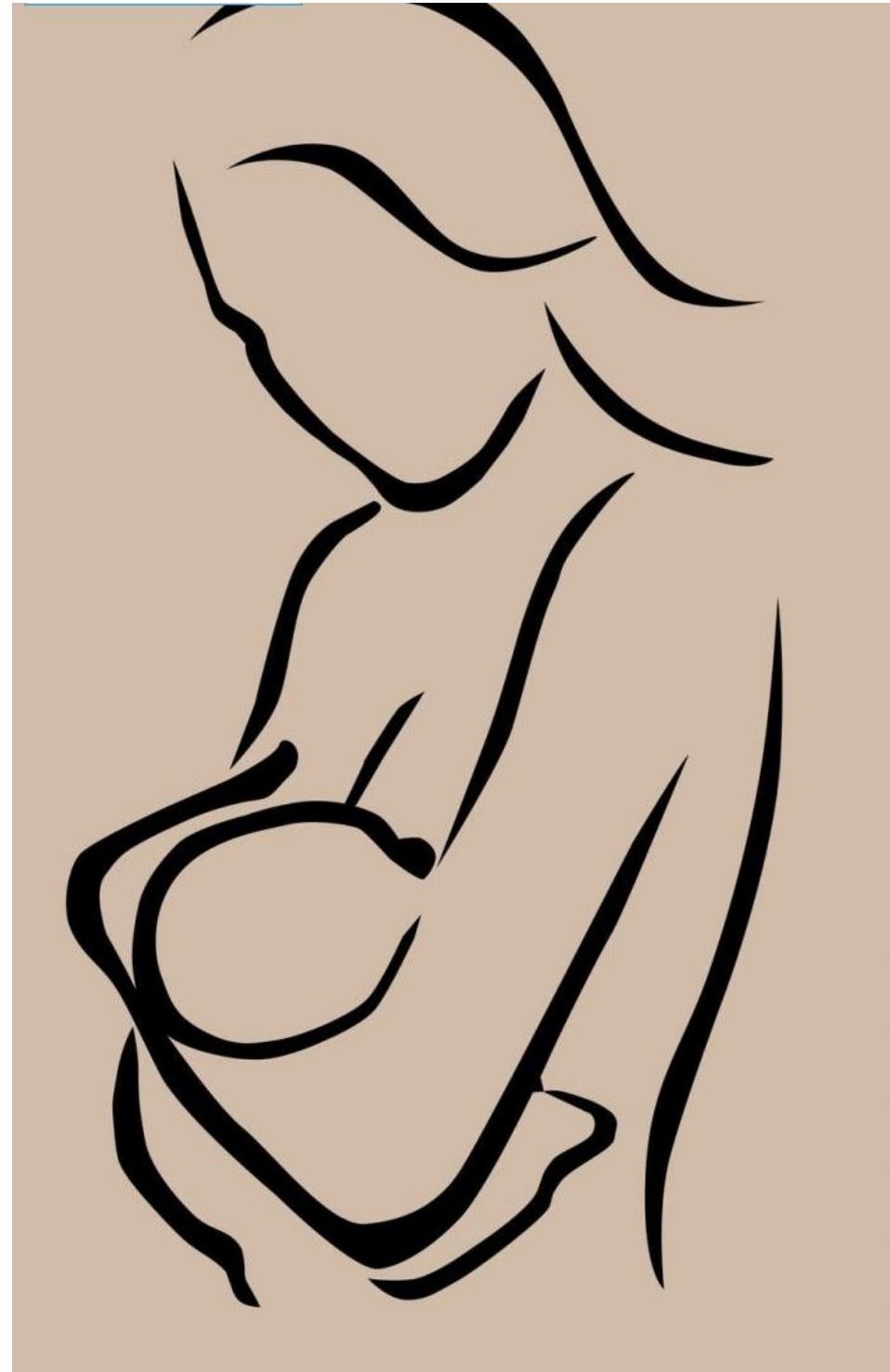
 **Hellas
PHARM** 1-2 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2017
HELEXPO MAROUSSI

Άντα Παλαντζιάν, Πιστοποιημένη Σύμβουλος Γαλουχίας IBCLC,
Σύμβουλος Θηλασμού La Leche League Greece,
Ειδική Παιδαγωγός Προσχολικής Ηλικίας

Υπεύθυνη Δήλωση

Δηλώνω υπεύθυνα ότι δεν έχω λάβει για την ομιλία αυτή και για την παρουσία μου σε αυτή την εκδήλωση καμία χρηματική, υλική ή άλλου είδους υποστήριξη από εταιρία υποκατάστατων μητρικού γάλακτος ή άλλη εταιρία με συναφή εξοπλισμό και συμπληρωματικές τροφές.

Υποστηρίζω πλήρως τον Διεθνή Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων Μητρικού Γάλακτος, ο οποίος συντάχθηκε από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και τη UNICEF (1981).



Ο Διεθνής Κώδικας Εμπορίας Υποκατάστατων του Μητρικού Γάλακτος (1981) είναι ένας κατάλογος από κανόνες που έχουν σχεδιαστεί για να προστατεύσουν:

τα βρέφη (είτε θηλάζουν είτε όχι)

τους γονείς (ή οποιονδήποτε φροντίζει ένα βρέφος)

το υγειονομικό προσωπικό

Ο Κώδικας ρυθμίζει την προώθηση όλων των υποκατάστατων του μητρικού γάλακτος και των σκευών της βρεφικής διατροφής.

Αυτά περιλαμβάνουν:

- κάθε προϊόν που διατίθεται στην αγορά για τη βρεφική διατροφή των πρώτων 6 μηνών, (βρεφικό γάλα, τσάγια, κρέμες)
- κάθε προϊόν που διατίθεται στην αγορά για τη βρεφική διατροφή πέραν των 6 μηνών το οποίο αναπληρώνει το μητρικό γάλα στη διατροφή.
- κάθε είδος μπουκαλιού για το θηλασμό ή θηλής (η πιπίλα είναι θηλή)





Φαρμακεία Φιλικά προς το Μητρικό Θηλασμό

Σε ότι αφορά τον Κώδικα:

Τα προϊόντα που είναι υπό τον έλεγχο του Διεθνούς Κώδικα να φυλάσσονται σε μη εμφανές – μη προσβάσιμο για το κοινό σημείο.

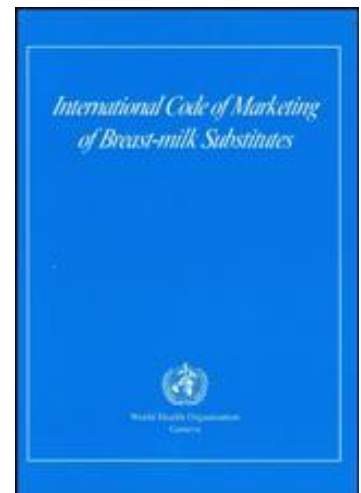
Τα υποκατάστατα μητρικού γάλακτος να αγοράζονται και να διατίθενται στην κανονική τιμή της αγοράς.

Τα υποκατάστατα μητρικού γάλακτος να διατίθενται μόνον κατόπιν ειδικής ένδειξης.

Να χρησιμοποιούνται εικόνες μητέρων που θηλάζουν.

Να ΜΗΝ χρησιμοποιούνται εικόνες μητέρων που σιτίζουν τα βρέφη τους με υποκατάστατα μητρικού γάλακτος.

Να ΜΗΝ συμμετέχουν και να ΜΗΝ προβάλλουν προωθητικές εκστρατείες προς όφελος των υποκατάστατων μητρικού γάλακτος (είτε με την μορφή εκπτώσεων είτε με την μορφή δωρεάν αντικειμένων που συνοδεύουν τα εν λόγω προϊόντα).

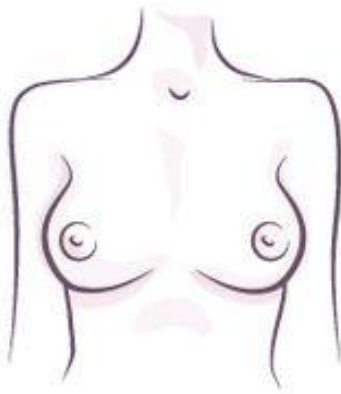


Βοηθήματα θηλασμού: ποιά είναι και πότε τα προτείνουμε

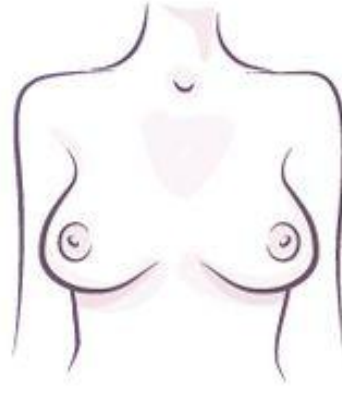


Διαφορετικά μεγέθη μαστών και θηλών

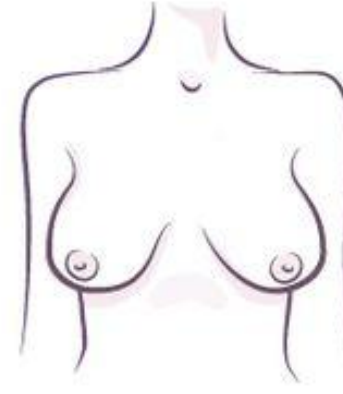
Full at the top



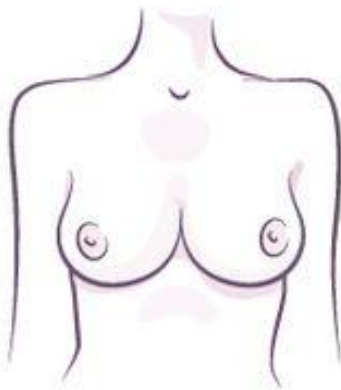
Full at the bottom



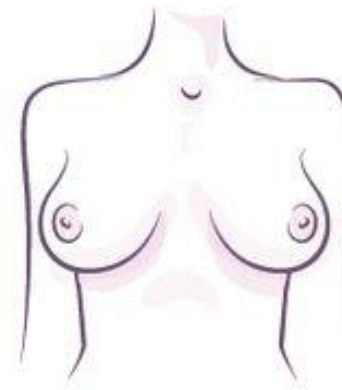
Low nipples



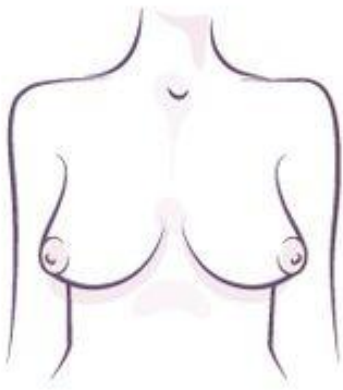
Close together



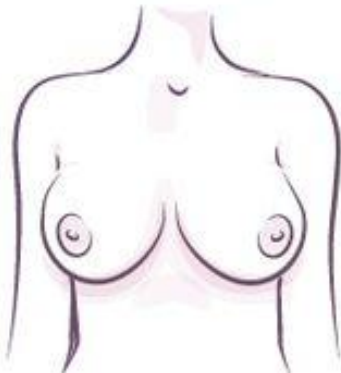
Wide apart



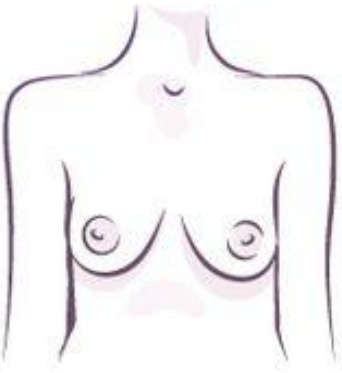
Pointy



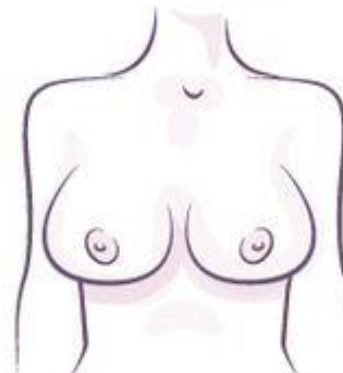
Rounded breasts



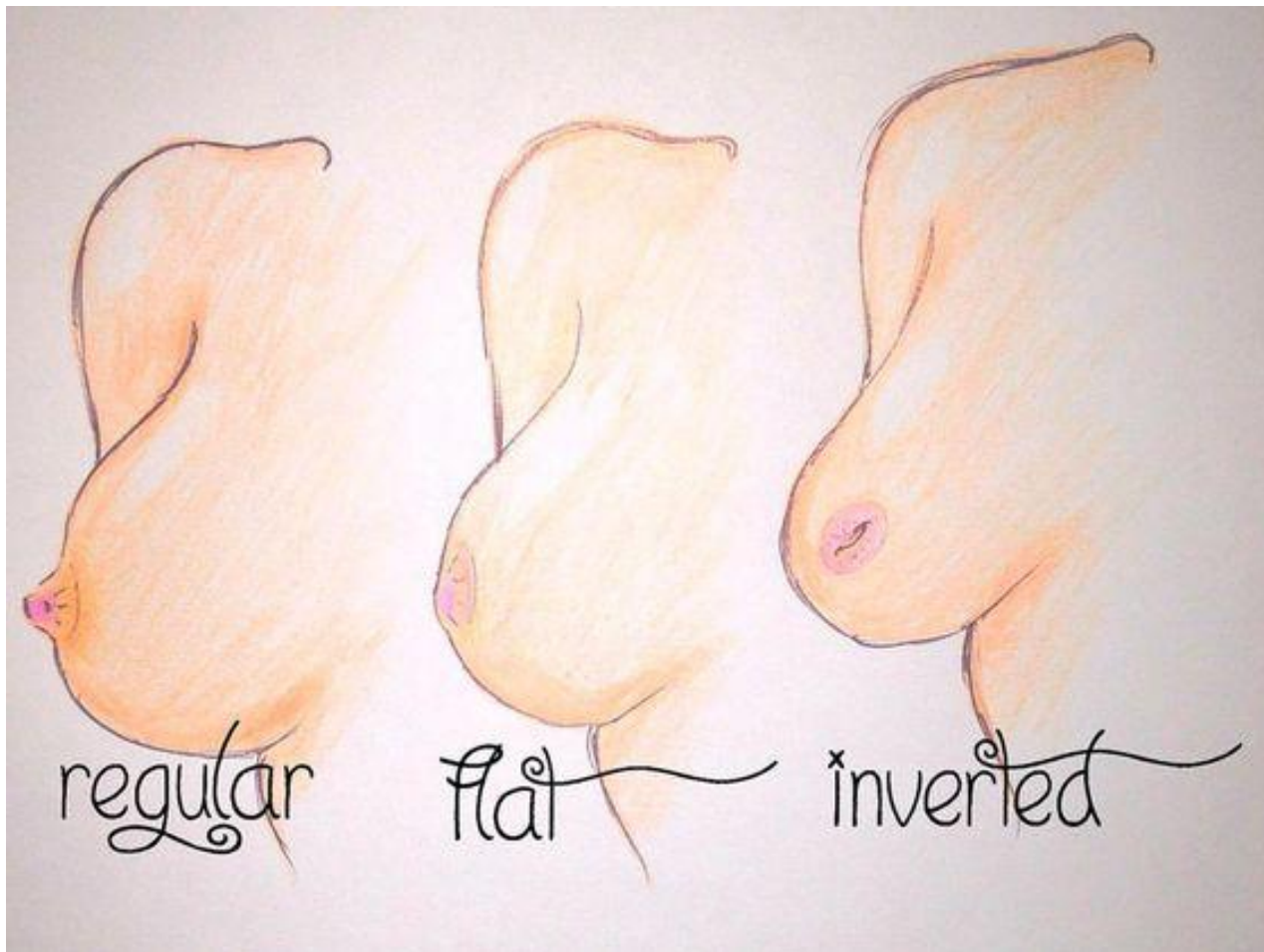
Narrow breasts



Wide breasts

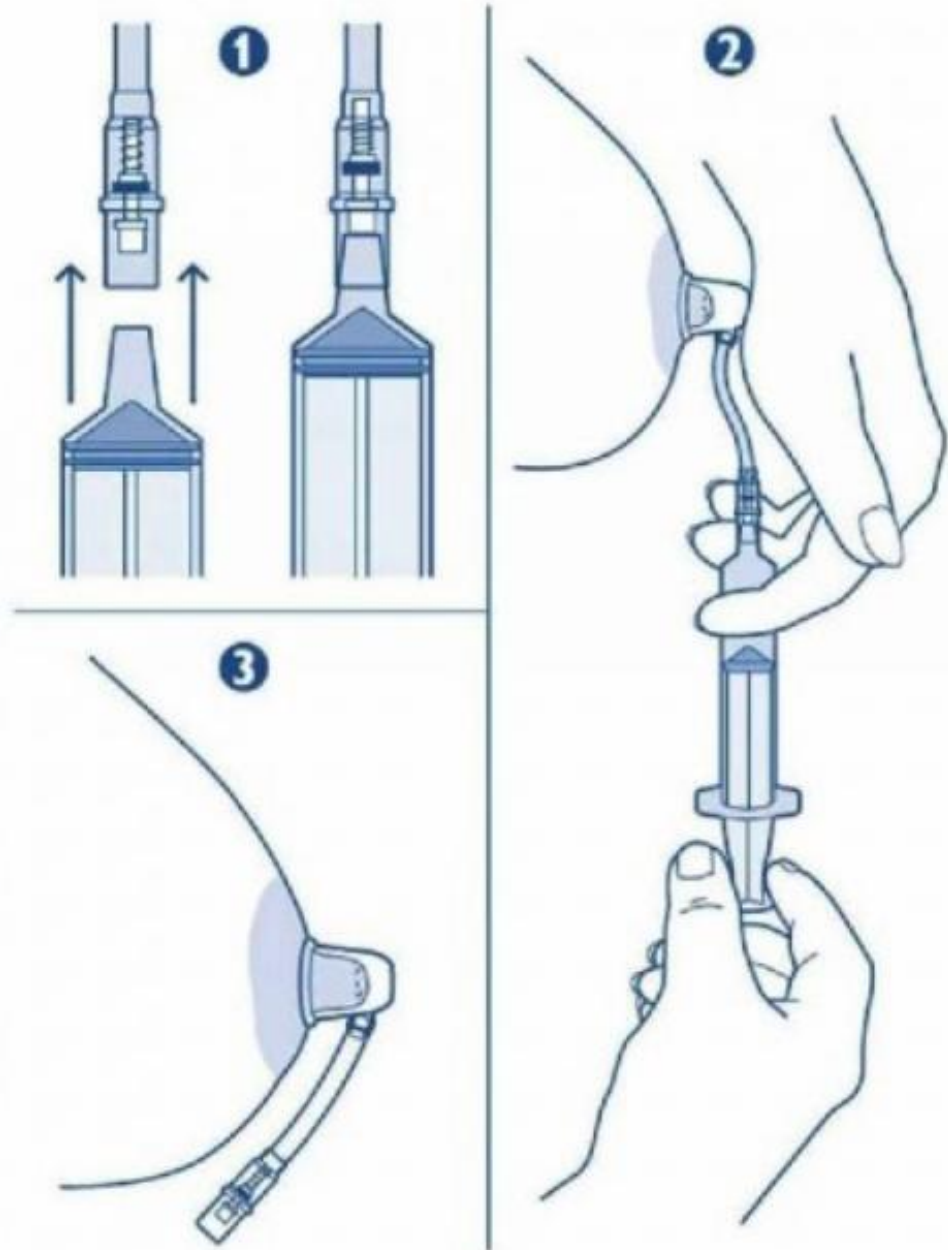


Θηλή κανονική, επίπεδη, εισέχουσα

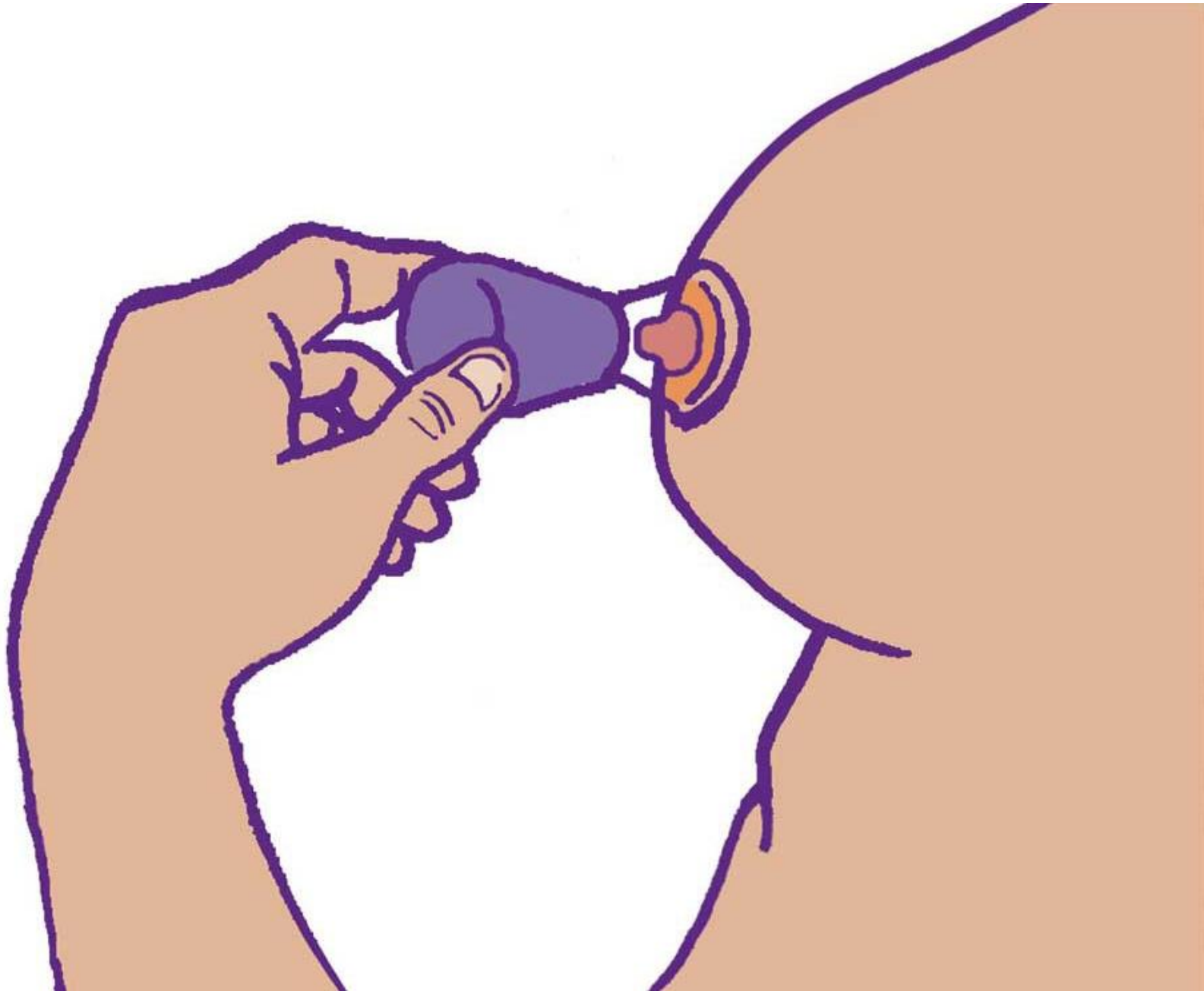


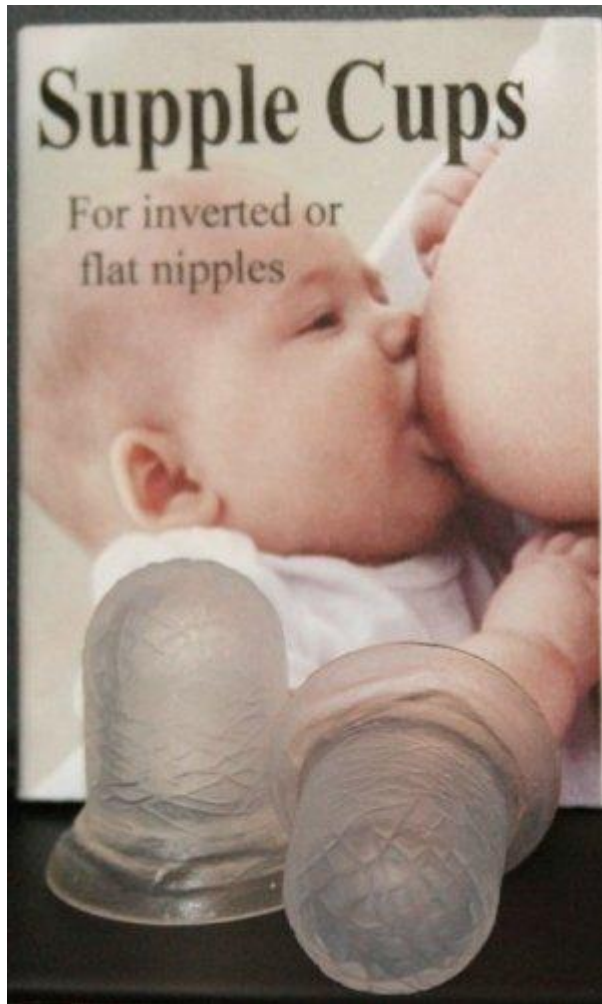
Testing:
Κρύο νερό!

Νιπλέττα για τη διαμόρφωση θηλών (χρήση κατά την εγκυμοσύνη)



Διαμορφωτής θηλών Latch assist (προσωρινή δράση)





Supple Cups
(χρήση κατά την εγκυμοσύνη και μετά,
προσωρινή δράση)

Θηλές σιλικόνης (breast shields)

Βοήθημα

A) για μητέρες με επίπεδες ή εισέχουσες θηλές

B) για τη μετάβαση από σίτιση με μπιμπερό, στο στήθος

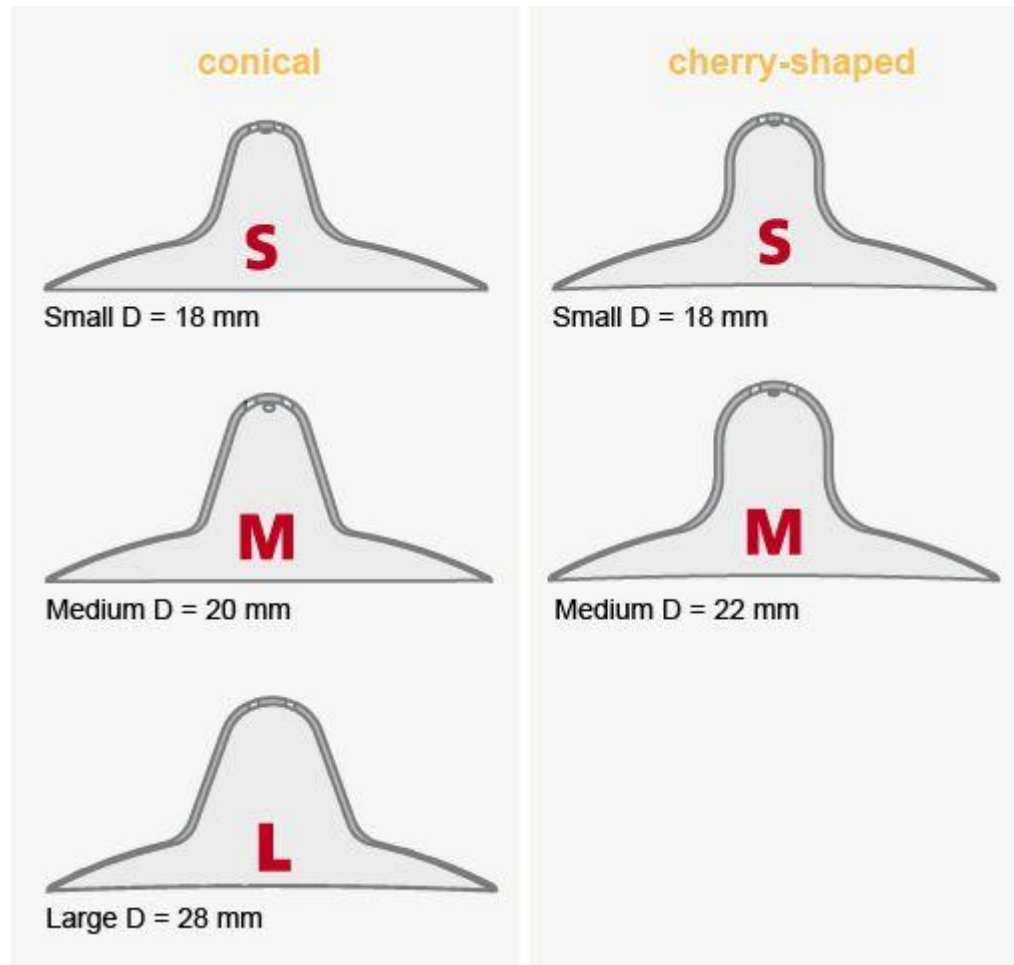


Θηλές σιλικόνης του παρελθόντος:
ασήμι – ελεφαντόδοντο - γυαλί

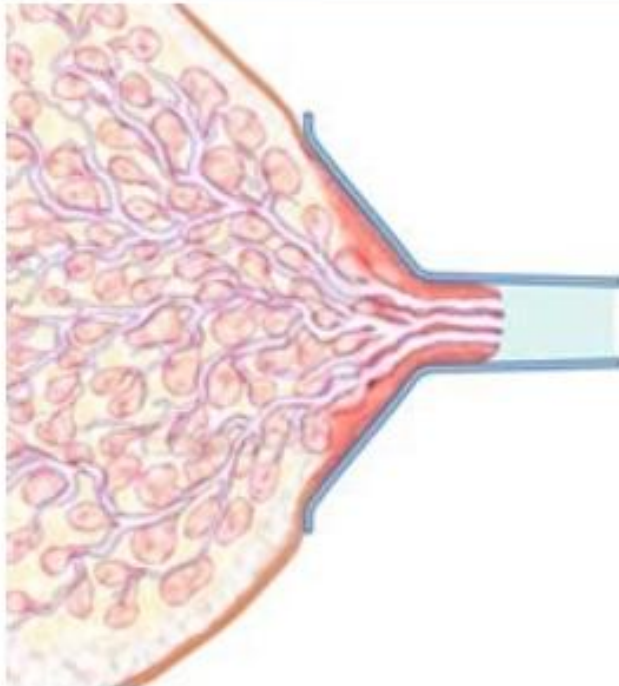


Έρευνα του 1980 αποδείκνυε ότι με τη χρήση ανάλογων θηλών
τα μωρά έπιναν κατά 58% λιγότερο γάλα

Διαφορετικά μεγέθη θηλών σιλικόνης (προσοχή: λεπτή σιλικόνη)



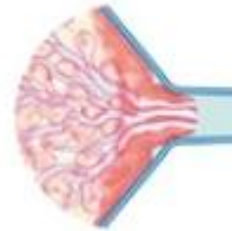
Λάθος μέγεθος στη θηλή σιλικόνης = μείωση στην παραγωγή



Incorrect fit

A breastshield in the wrong size can result in reduced milk flow because blocked milk ducts or an inhibited milk ejection can cause a reduction of the milk output. Friction around nipple and/or areola can cause discomfort and trauma and may result in a mother being unable to pump regularly. The milk production is once again endangered. A nipple trauma can lead to tissue breakdown that increases the risk of an infection and mastitis.

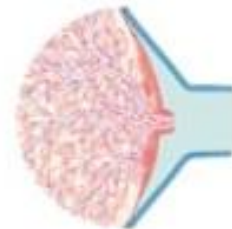
The mother requires a different size if the breastshield



...is too small, because the nipple is not moving freely in the tunnel.



...is too large, because too much tissue of the areola being pulled into the tunnel of the breastshield.



...is too large, because the breastshield does not make a good seal.

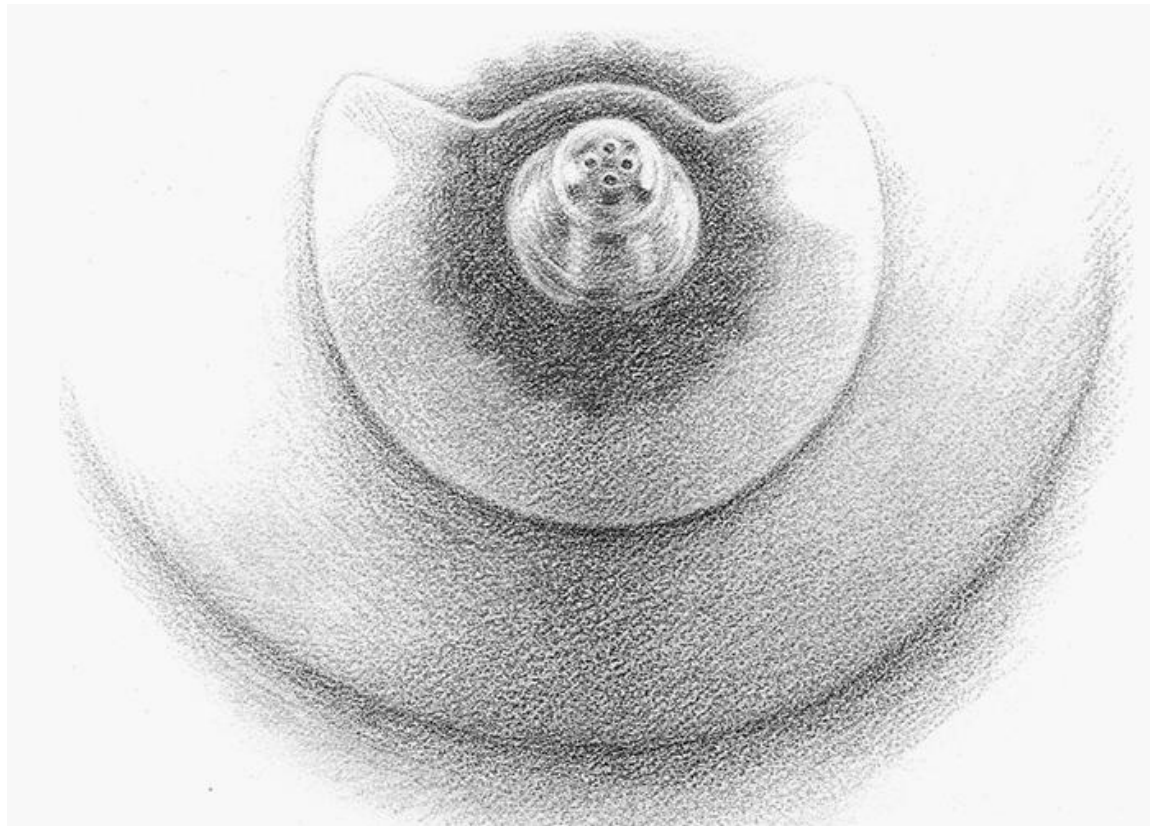
Πλεονέκτηματα

- Διατηρεί τη σίτιση στο στήθος
- Μπορεί να μειώσει τον εκνευρισμό της μητέρας και του μωρού, κατά το θηλασμό
- Βοηθά τα πρόωρα μωρά να διατηρούν τη θηλή στο στόμα χωρίς κόπο/ενέργεια
- Μπορεί να μειώσει την πλεονάζουσα αρνητική πίεση κατά τη θηλαστική κίνηση (Geddes & McClellan. 2007)



Μειονεκτήματα

- Μπορεί να μειώσει την ποσότητα γάλακτος που πίνει το μωρό, αν το μωρό πιάνει τη θηλή σχετικά έξω
- Μπορεί να μειώσει την παραγωγή της μητέρας
- Περιπλέκει το τάισμα – μπορεί να πέφτει, χρειάζεται καθαρισμό

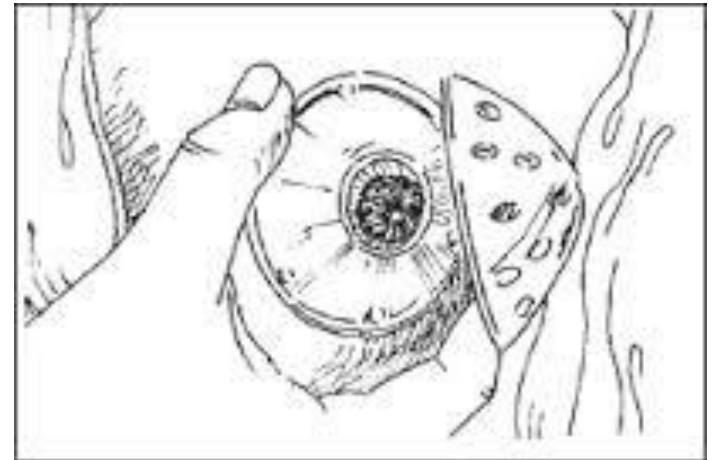




Κοχύλια συλλογής μητρικού γάλακτος – Προστατευτικά κοχύλια (Breast shells)

Προτεινόμενη Χρήση (από εταιρίες)

- Διαμόρφωση θηλών από την 38^η εβδομάδα εγκυμοσύνης
- Πληγωμένες θηλές
- Συλλογή γάλακτος αντί επιθεμάτων



Κοχύλια συλλογής μητρικού γάλακτος – Προστατευτικά κοχύλια

Χρήση

- Διαμόρφωση θηλών 30' πριν το θηλασμό
- Εστία μικροβίων = το γάλα που συλλέγεται δεν είναι κατάλληλο



Τραυματισμένες θηλές

Σύσταση

- Αερισμός
- Καθαρή λανολίνη
- Επιθέματα υγρής γέλης (hydrogel pads)





Επιθέματα υγρής γέλης (hydrogel pads)



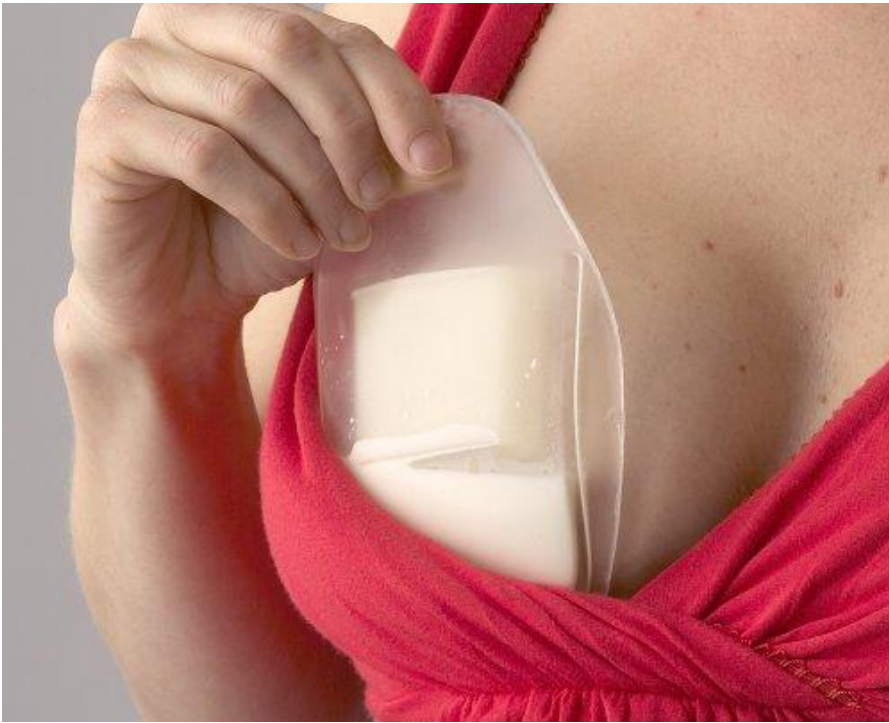
Προϊόντα για θηλασμό – πότε προτείνονται (εταιρία)

	Cold/Hot Breast Gel Compress	Contact Nipple Shields	PureLan 100	Hydrogel Pads	Breastshells	Disposable Bra Pads	Washable Bra Pads	Milk Collection Shells	Nipple Formers
									
Nipple / Breast Care									
Sensitive nipples			●						
Dry nipples			●						
Sore nipples		●	●	●	●				
Cracked nipples		●	●	●	●				
Flat nipples		●							●
Inverted nipples		●							●
Physiological Breast Engorgement¹⁾	●								
Breast Engorgement²⁾	●								
Milk Leakage									
minimal						●	●		
moderate						●		●	
excessive						●		●	

● essentiel ● beneficial

Συλλογή γάλακτος

Επιθέματα μίας χρήσης
Επιθέματα πλενόμενα
Συλλέκτες γάλακτος
(V-Cool, Milk-saver)



Εναλλακτικοί τρόποι σίτισης

SNS (supplemental Nursing System)



Lactation aid
(Levine tube)



Lact-aid



Source: J Am Board Fam Med © 2006 American Board of Family Medicine

Εναλλακτικοί τρόποι σίτισης

Σύριγγα



Finger feeder



Ποτηράκι Baby cup



Εναλλακτικοί τρόποι σίτισης



Softcup

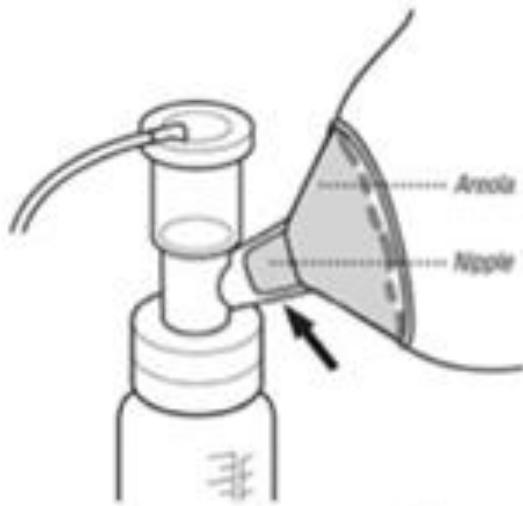
Special needs feeder



Θήλαστρο

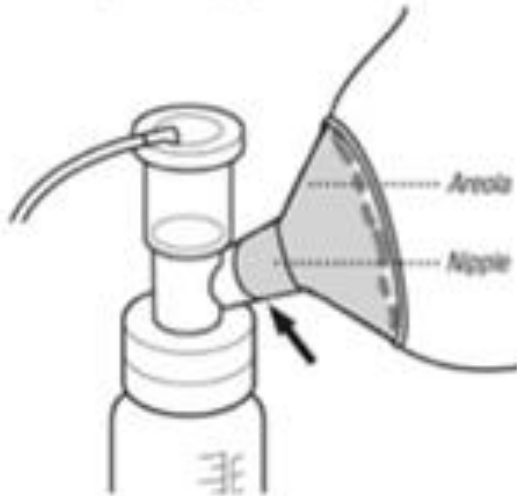


	ΗΛΕΚΤΡΙΚΟ ΠΡΟΣ ΕΝΟΙΚΙΑΣΗ	ΗΛΕΚΤΡΙΚΟ ΔΙΠΛΗΣ ΑΝΤΛΗΣΗΣ	ΗΛΕΚΤΡΙΚΟ ΜΟΝΗΣ ΑΝΤΛΗΣΗΣ	ΧΕΙΡΟΚΙΝΗΤΟ
<u>ΠΕΡΙΣΤΑΣΙΑΚΗ ΧΡΗΣΗ</u>				
Ημιαπασχόληση ή Έξοδος χωρίς το μωρό			✓✓✓	✓✓✓
<u>ΣΥΧΝΗ ΧΡΗΣΗ</u>				
Πλήρης απασχόληση		✓✓✓	✓✓	
<u>ΙΑΤΡΙΚΟΙ ΛΟΓΟΙ</u>				
Πρόωρο μωρό ή μωρό που νοσηλεύεται ή δίδυμα μωρά	✓✓✓			
Χαμηλή παραγωγή γάλακτος	✓✓✓	✓✓	✓	
Επίπεδες ή εισέχουσες θηλές			✓✓	✓✓✓
Πέτρωμα			✓✓✓	✓
Φραγμένοι πόροι ή Μαστίτιδα			✓✓✓	✓
Πληγωμένες θηλές			✓✓✓	✓✓



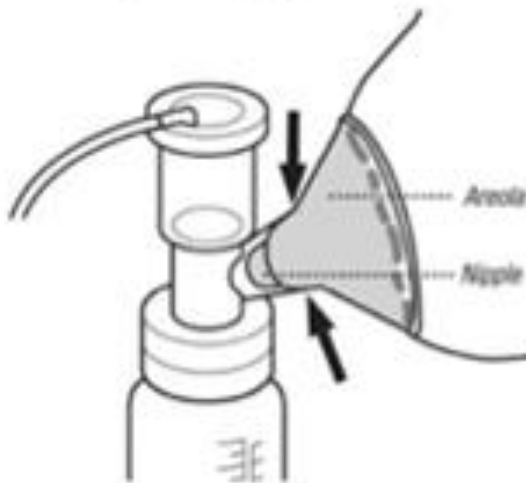
Good Fit: During pumping, your nipple moves freely in the breast flange tunnel. You see space around the nipple. Not much areola is drawn into the tunnel with the nipple.

Καλή εφαρμογή: κατά την άντληση, η θηλή κινείται ελεύθερα μέσα στο σωλήνα της χοάνης. Η θηλαία άλως να μην τραβιέται μέσα στο σωλήνα μαζί με τη θηλή.



Too Small: During pumping, some or all of your nipple rubs against the sides of the breast flange tunnel.

Μικρή: κατά την άντληση, η θηλή τρίβεται στα πλαϊνά του σωλήνα της χοάνης



Too Large: During pumping, more areola is drawn into the breast flange with your nipple. Your areola may rub against the side of the breast flange tunnel.

Μεγάλη: κατά την άντληση, η θηλαία άλως τραβιέται μέσα στη χοάνη και τρίβεται στα πλαϊνά του σωλήνα της χοάνης

Συμπληρώματα διατροφής για τη θηλάζουσα

Τσάι θηλασμού



Συμπληρώματα διατροφής για τη θηλάζουσα Φυτικά Γαλακταγωγά



Γαϊδουράγκαθο
Τριγωνέλλα
Μάραθο
Τσουκνίδα
Μελισσόχορτο
Γλυκάνισο



(180 CAPS)

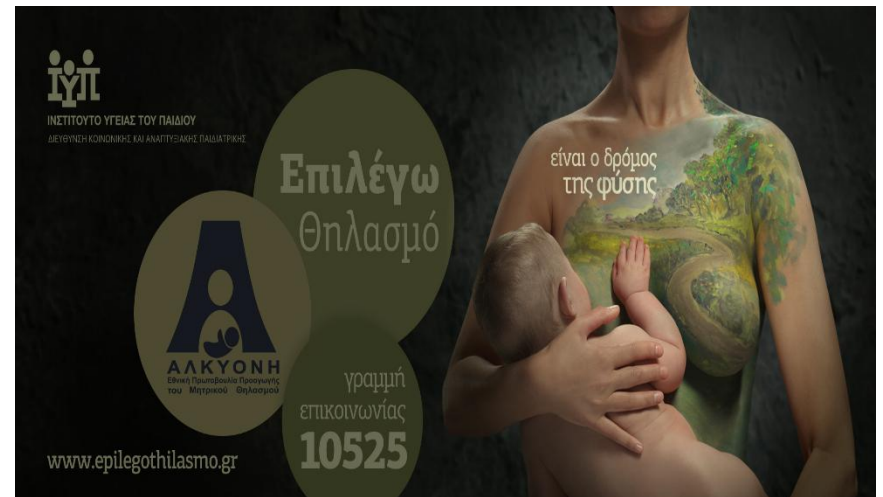
+



(100 CAPS)



Ο θηλασμός θέλει κυρίως
υποστήριξη, όχι βοηθήματα!



Επiléγω
Θηλασμό

είναι ο δρόμος
της φύσης

γραφική
επικοινωνίας
10525

www.epilegothilasmogr

ΑΛΚΥΟΝΗ
Εθνική Παιτρoνoμική Εταιρεία
του Μητρικού Θηλασμού

ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΥΓΕΙΑΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗΣ



Σας ευχαριστω!