

# DESET KROKŮ K PODPOŘE KOJENÍ

*BABY-FRIENDLY HOSPITAL od roku 1998*

Každému zařízení, jejichž dětská, resp. novorozenecká oddělení splní všechna kritéria stanovená WHO a UNICEF pro podporu kojení jako jedné z hlavních podmínek optimálního vývoje dítěte, tzv. "deset kroků k podpoře kojení", může být udělen titul Baby-friendly hospital (v překladu "nemocnice přátelská k dětem").



## Deset kroků k podpoře kojení

Každé zařízení poskytující péči a služby matkám a novorozencům by mělo:

1. mít písemně vypracovanou strategii přístupu ke kojení, která je rutinně předávána všem členům zdravotnického týmu
2. školit veškerý zdravotnický personál v dovednostech nezbytných k provádění této strategie
3. informovat všechny těhotné ženy o výhodách a technice kojení
4. umožnit matkám zahájit kojení do půl hodiny po porodu
5. ukázat matkám způsob kojení a udržení laktace i pro případ, kdy jsou odděleny od svých dětí
6. nepodávat novorozencům žádnou jinou potravu ani nápoje kromě mateřského mléka, s výjimkou lékařsky indikovaných případů
7. praktikovat rooming-in - umožnit matkám a dětem zůstat pohromadě 24 hodin denně
8. podporovat kojení podle potřeby dítěte (nikoli podle předem stanoveného časového harmonogramu)
9. nedávat kojícím novorozencům žádné náhražky, šidítka, dudlíky apod.
10. povzbuzovat zakládání dobrovolných skupin matek pro podporu kojení (breast-feeding support groups) a upozorňovat na ně matky při propouštění z porodnice.

## Kojení = zdraví

Základním mezinárodně uznávaným právem člověka je zdraví. Kojení je právem dítěte i ženy.

### *Proč podporovat kojení*

- kojení či krmení mateřským mlékem přináší četné výhody dítěti, matce, rodině a společnosti
- výlučné kojení v prvních 6 měsících života splňuje veškeré výživové potřeby dítěte
- v kojení lze pokračovat s postupně zaváděným příkrmem do 2 roků a déle
- kojení i po roce přináší dítěti četné výhody-výživové, zdravotní, psychologické

### *Důvody proč kojit*

- mateřské mléko poskytuje dokonalou výživu dítěti
- mateřské mléko obsahuje na rozdíl od umělé výživy obranné látky
- mateřské mléko děti lépe tráví
- mateřské mléko má vždy správnou teplotu
- mateřské mléko má vždy správný poměr živin
- využitelnost vitaminů, minerálů je z mateřského mléka lepší než z formule
- mateřské mléko nic nestojí
- kojení šetří životní prostředí
- kojené děti chodí méně k lékařům
- kojení podporuje vzájemný vztah matky a dítěte
- kojení uspokojuje emoční potřeby dítěte

- kojení brání poporodnímu krvácení
- sání dítěte po porodu urychluje zavinování dělohy
- kojení chrání dítěte před průjmy, infekcemi cest dýchacích a středouší
- kojení chrání před syndromem náhlého úmrtí
- kojené děti se lépe vyvíjejí, mají vyšší IQ
- kojení zvyšuje účinnost očkování
- kojení usnadňuje správný vývoj zubů a dásní
- kojené děti mají méně zubních kazů
- kojené děti mají menší riziko infekce močových cest
- nekojené děti mají větší riziko vzniku leukémie a dětského lymfomu
- kojení snižuje výskyt osteoporózy u matky
- kojení snižuje u matky výskyt rakoviny prsu, vaječníku a hrdla děložního
- kojení je ekonomicky i ekologicky výhodné pro rodinu i stát

## Novorozenecké oddělení Vám nabízí pomoc i po propuštění z porodnice

### Kontakty

#### prim. MUDr. David Kasal

tel.: 469 653 460

email: [kasal.david@nemcr.cz](mailto:kasal.david@nemcr.cz)

#### Staniční sestra

Cimbálová Hana - laktační poradkyně

tel.: 469 653 029

email: [cimbalova@nemcr.cz](mailto:cimbalova@nemcr.cz)

#### Sestry – laktační poradkyně

tel.: 469 653 454

Havlová Šárka

Hluchníková Lenka

Bc.Javůrková Sabina

Bc.Licková Gabriela

Bc.Pavlíková Miroslava

Bc.Pavlišová Lucie

Svobodová Lenka

Vašková Alena

Vojáčková Eva