

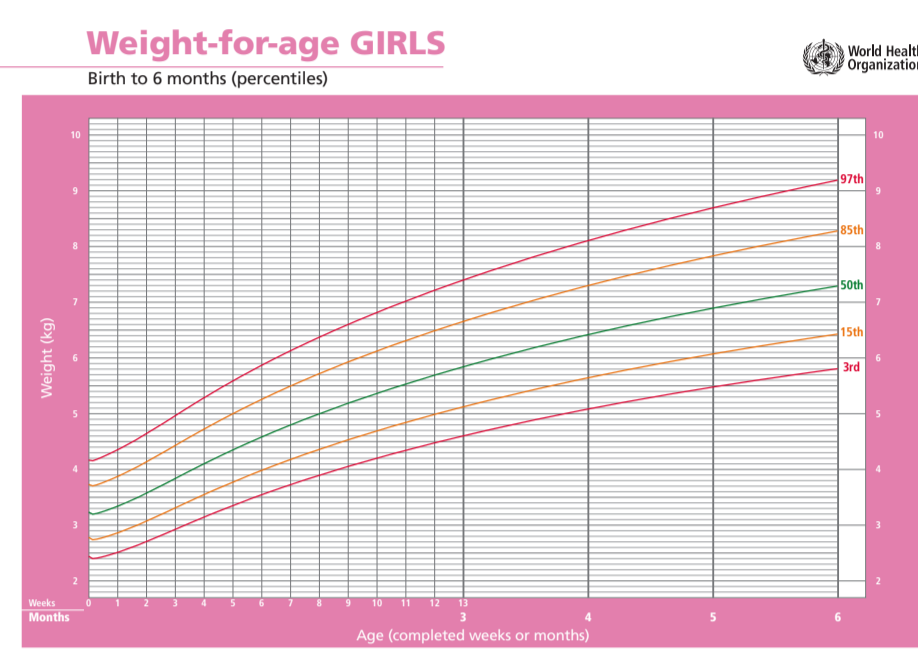
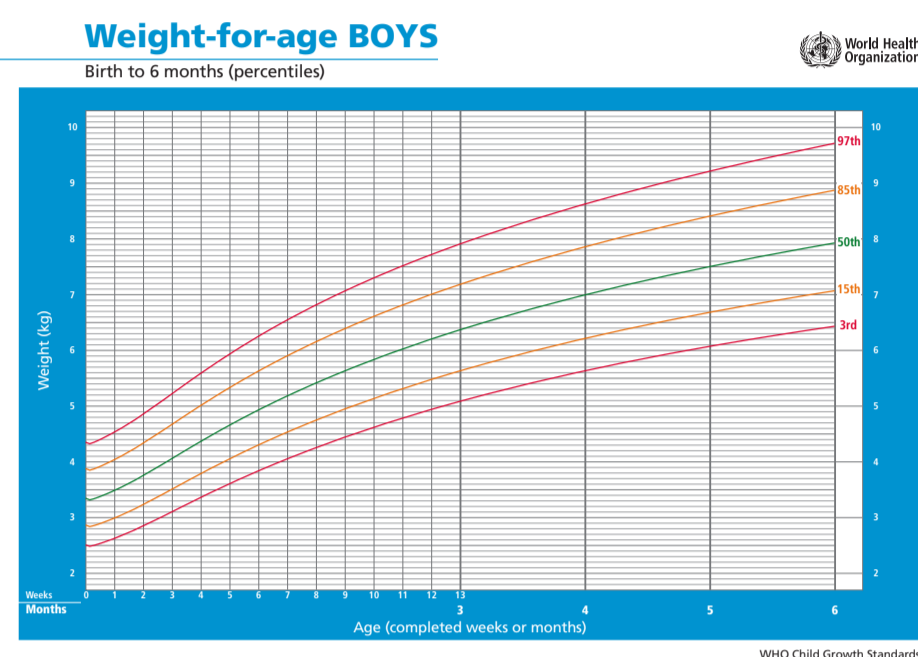
# Hodnotenie výdatnosti dojčenia v ambulantnej praxi

Miklovičová D.<sup>1,2</sup>, Gajdoš B.<sup>2</sup>, Poloková A.<sup>2,1</sup>  
I. detská klinika LFUK a DFNSP, Bratislava,<sup>202</sup> Mamila

## Dojčenie = základ prevencie v medicíne

**Odporúčanie WHO- dojčiť do 2 rokov a dlhšie, pokiaľ to matke a dieťaťu vyhovuje, z toho výlučne do približne 6. mesiacov veku a potom s vhodnými prírodnými mliekami ďalej.**

**Výlučné dojčenie:** kŕmenie materským mliekom na prsníku matky, bez prídania vody, čaju, glukózy, umelého mlieka  
**Sledovanie prospievania:** hodnotenie výdatnosti dojčenia pozorovaním + hodnotenie hmotnostného prírastku + klinické vyšetrenie  
**Neprospievanie:** 80% bez zistenia organickej príčiny- inak zdravé dieťa situácia riešiteľná zlepšením dojčenia



Nové percentilové grafy WHO dojčených detí pre dievčatá a pre chlapcov, 2009.



Foto: Mamila OZ



Foto: Mamila OZ

### Preventívne kroky:

**1. V pôrodnici:** realizácia všetkých 10 krokov BFHI (Baby Friendly Hospital Initiative), najmä: príprava tehotných na dojčenie, pokiaľ možno nemedikovaným pôrodom, kontaktom novorodenca koža na kožu s matkou počas prvých dvoch hodín po pôrode, dojčením na požiadanie a kvalifikovanou pomocou a podporou pri prvých dojčeniach v pôrodnici, kontaktom na poradkyne pri dojčení a na podpornú skupinu dojčiacich matiek v mieste bydliska.

**2. Po prepustení z pôrodnice u pediatra, ktorého úlohou je aj kontrola dojčenia.** Zistiť, či je dieťa **správne prisaté** tak, že zabezpečuje bezbolestné a efektívne pitie. Na nácvik dojčenia je vhodná **priečna poloha**, ktorá umožní dieťaťu prisáť sa na dvorec **asymetricky**, teda tak, aby väčšiu časť dvorca malo v ústach spodnou perou a aby mohlo dostať čo najviac mlieka. Brada je vtedy zaborená do prsníka a nos sa prsníka nedotýka. Naučiť matku poznať, **kedy dieťa pije** a ako mu **pomôcť vypiť viac** mlieka, je základom prevencie neskoršieho neprospievania počas dojčenia. Poučiť matku, aký význam má **dojčenie na požiadanie**, že **kontakt koža na kožu, nosenie a spoločné spanie**, prečo je z hľadiska dojčenia **nevhodné používať cumlík**, aké sú **riziká striedania dojčenia s kŕmením fľašou**. Informovať matku o tom, že **dobro nadojčené dieťa sa vo vhodnom čase, špeciálne ak je v kontakte s matkou, zobudí a že ho nie je potrebné budiť**.

### Kontrola prospievania:

1. hmotnostný prírastok 2. klinické vyšetrenie :  
a. stagnácia hmotnosti,  
b. nedostatočné prospievanie,  
c. pokles od pôrodnej hmotnosti u inak zdravého dieťaťa. Dojčené dieťa má dosiahnuť pôrodnú hmotnosť do 2-3 týždňov.  
Kľúčová otázka pri hodnotení výživy dieťaťa: Kolkó dieťa vypije?

## Bežné nesprávne odporúčania pri nedostatočnom prospievaní:

- Vyčkať ešte pár dní/ týždňov a častejšie prikľadať
- Urobiť skúšku dojčenia
- Začať dokrmovať umelou výživou fľašou

## Prečo nepoužívať skúšku dojčenia vážením?



Foto: Jack Newman, www.nbc.ca, reproduced with permission

Veľmi stresujúca pre matku – blokový oxytocínový reflex – množstvo vypitého mlieka.  
Nerešpektuje pripravenosť dieťaťa na dojčenie.  
Nedáva informáciu o množstve vypitého mlieka za deň/týždeň/mesiac.  
Chyba váh - ± 30 ml!  
(Savenije O E M, Brand P L P. Accuracy and precision of test weighing to assess milk intake in newborn infants. Arch Dis Child Fetal Neonatol Ed 2006;91:F330-F332.)

Deti reagujú na tok mlieka. Na pomalý (zaspávajú alebo sú nepokojné) aj na prirýchly sú nepokojné, opakovane sa prisávajú a odsávajú.



MAMILA organizuje kurzy o kľúčových bodoch podpory dojčenia. Videá o hodnotení dojčenia, viac informácií o postupoch na riešenie problémov pri dojčení nájdete na [www.mamila.sk](http://www.mamila.sk)

## Čo je teda potrebné ešte urobiť?

**Pozorovať** dojčenie!

**Bez pozorovania dojčenia nemôžeme vyhodnotiť výdatnosť dojčenia!**

To, že má dieťa prsník v ústach a robí sacie pohyby neznamená, že naozaj dostáva mlieko.

Podľa čoho vieme, či dieťa naozaj dostáva mlieko?

Keď dieťa dostáva mlieko, má: doširoko otvorené ústa – pauza – zatvorené ústa.

Keď dieťa saje, ale nedostáva mlieko, jeho brada sa hýbe rýchlo, pričom nerobí pauzu v rytme.



Foto: Mamila OZ



Foto: Mamila OZ

### Pauza = ústa plné mlieka

Čím dlhšia pauza, tým viac sa dieťa napilo.  
Dieťa, ktoré dudluje na prsníku (nepije s pauzami), môže byť hladné aj po 20 hodinách na prsníku.

### Stláčanie:

Zvyší prísun mlieka do úst dieťaťa.

Keď už dieťa iba saje ALE NEPIJE, príp. zaspáva na prsníku a nenajedlo sa, hnevá sa (pomalý tok)

Pozorujme pitie – pauzy!

### Kedy vymeniť prsník:

Nechajme dieťa na prvom prsníku dovtedy, kým neprestane piť napriek stláčaniu.

Keď už dieťa nepije na prvom prsníku aj napriek stláčaniu, na druhom prsníku zopakujme postup.

Dieťa, ktoré veľmi dobre pije (nielen saje), možno už druhú stranu ani nebude chcieť.

Hovorí matkám, aby kŕmili dieťa 10 alebo 15 alebo 20 minút na každej strane, nemá zmysel!

### Doplňujúce údaje o výdatnosti dojčenia

**Moč:** 6-8 precikávaných plienok za 24 hodín

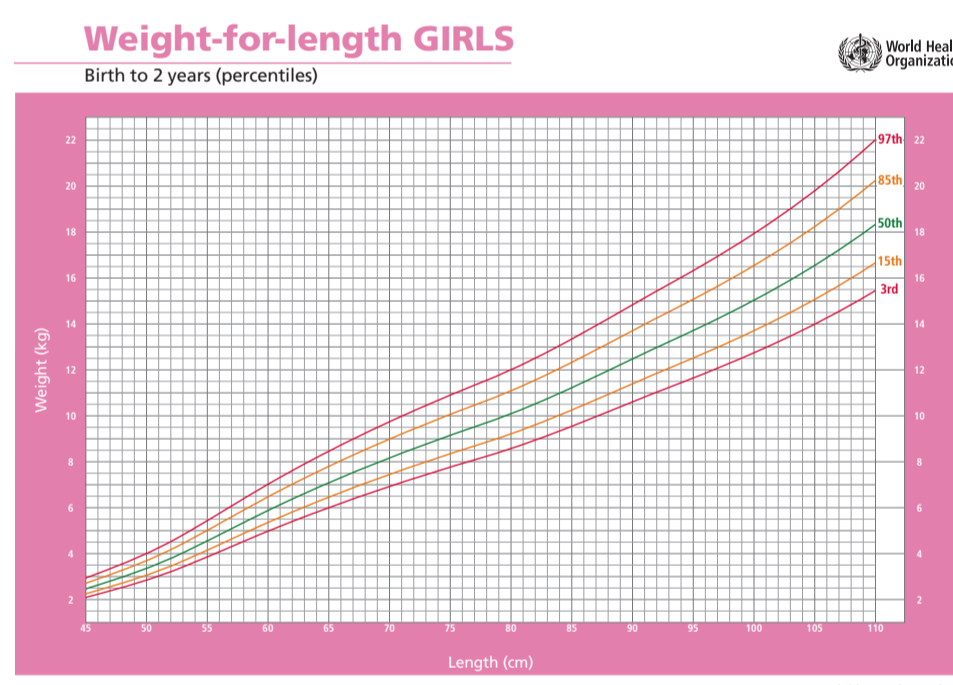
**Stolica:** v prvých 3 týždňoch – 3x denne! Neskôr nemusí byť aj viac dní. Smolka na 5. deň života (po príchode z pôrodnice)- stav alarmujúci nedostatočný príjem mlieka.

**Váhový prírastok za určité obdobie** (viac dní).

Pribrať by malo **aj 3-4 mesačné dieťa**, zvlášť ak dovtedy pekne priberalo. Nedostatočné priberanie po počiatocnom dobrom priberaní je potrebné riešiť.

### Anamnéza priebehu 24 hodín (častotť dojčenia, spánku)

Príčinou neprospievania môže mať používanie cumlíka, fľaše, klobúčika, čaj



## Prečo neexistuje rastový špurt a laktačná kríza?

Grafy dĺžky a hmotnosti nepotvrdzujú existenciu období, kedy deti rastú výraznejšie do dĺžky na úkor zvyšovania hmotnosti, a kedy majú potrebu výrazne zvýšiť príjem mlieka, nemajú opodstatnenie.

(graf hmotnosť/dĺžka WHO)  
Kent, J.C., Mitoulas, L.R., Cox, D.B., Owens, R.A. and Hartmann, P.E. Breast volume and milk production during extended lactation in women Experimental Physiology 1999;84:435-447

„Počas obdobia výlučného dojčenia ostáva 24- hodinová produkcia mlieka v každom prsníku relatívne konštantná...“

„Dobre dojčené 1 mesačné a 5 mesačné dieťa pije približne rovnaké množstvo materského mlieka. (rozdiel je cca 10-15%)“

## Málo pitia s pauzami?



Foto: Mamila OZ



Foto: Jack Newman, www.nbc.ca, reproduced with permission

### Úprava dojčenia:

Uistiť sa, že dieťa pije najlepšie, ako je to len možné :

1. Vzájomná poloha matky a dieťaťa počas dojčenia
2. Prisatie- asymetrické (obrázky)
3. Pitie (obrázok)
4. Používanie stláčania prsníka a vhodný čas na výmenu prsníkov

Ak je po nadojení aspoň raz z obidvoch strán potrebné dokŕmiť, urobme to na prsníku laktačnou pomôckou, **NIE fľašou**

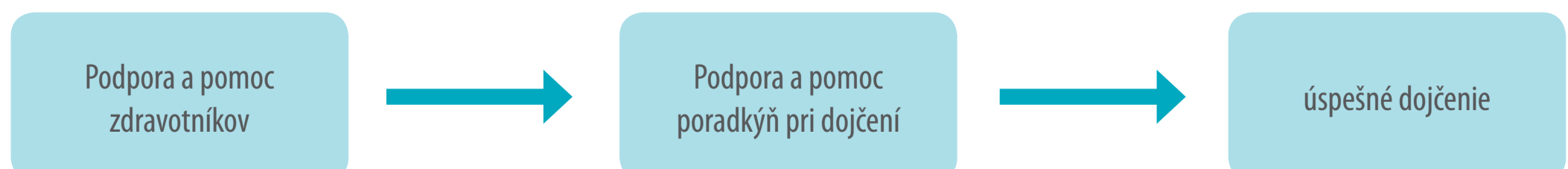
Aký dokrm po prvých dňoch života? 1. Odsaté mlieko vlastnej matky 2. Materské mlieko z banky mlieka, 3. Umelá výživa

Fľaša je nevhodný spôsob na podanie dokrmu dojčených detí- ohrozuje ďalšie dojčenie zmenením fľašou a odmietaním prsníka.

Satie na prsníku podporuje rozvoj mozgu, správny vývoj splanchnokránia, udržuje termoreguláciu, podporuje kardiopulmonálnu stabilizáciu.

Výdatné pitie + neprospievanie Ďalšia diferenciálna diagnostika neprospievania.

Riešenie problémov pri dojčení: 1. čas, 2. skúsenosti, 3. vedecky overené postupy, 4. podpora, 5. spolupráca s poradkyňou pri dojčení



Autori posteru neprijímajú žiadne finančné prostriedky od firm vyrábajúcich náhrady materského mlieka v súvislosti s tým, že plne dodržiavajú Kódex WHO o marketingu náhrad materského mlieka