

abstract

Boros Julianna – Veroszta Zsuzsanna

KSH Népeségtudományi Kutatóintézet

#### A szoptatás háttértényezői Magyarországon

A KSH Népeségtudományi Kutatóintézetben zajló Kohorsz '18 Magyar Születési Kohorszvizsgálat több hullámban, országos reprezentatív mintán vizsgálta a szoptatás hazai mutatóit és meghatározó tényezőit. Az anyákkal a várandósság alatt, majd gyermekük fél éves, másfél éves és hároméves korában lezajlott adatfelvételek eredményei alapján a szoptatási tervek és megvalósulásuk, a kizárólagos szoptatás gyakorisága, a szoptatás módja, hossza és akadályozó tényezői egyaránt feltárhatók. Az előadás e mutatók mellett leíró céllal azokat az egészségi, demográfiai, társadalmi-gazdasági háttértényezőket is számba veszi, amelyek a szakirodalom a szoptatás sikerességének meghatározóiként azonosít.

**Semmelweis Laktációs Konferencia**  
**2025. 01. 17-18.**

**Előadás: Az anyatejes táplálás helyzete a magyarországi perinatális intenzív centrumokban**

**Prof. Dr. Szabó Miklós**

A koraszülöttek a legesendőbb csecsemőpopuláció, akiknél az anyatejes táplálásnak még nagyobb jelentősége van az optimális szomatikus és idegrendszeri fejlődés szempontjából, mint az egészséges csecsemőknél. Erős evidenciák igazolják, hogy az anyatejjel táplált koraszülöttek körében ritkábbak a klasszikus koraszülött szövődménybetegségek (NEC, RIOP, BPD) és hosszútávon kedvezőbb a kognitív kimenetel.

A koraszülöttek megfelelő táplálása és anyatejes táplálása jóval nagyobb kihívást jelent, mint más csecsemőknél. Az anyatej elérhetőségét a korai szeparáció és az anya traumatizáltsága korlátozza. A koraszülöttek gyakran mutatkozó táplálási intoleranciája szintén hátráltató tényező.

Az előadásban bemutatásra kerülnek a hazai perinatális intenzív centrumokban (PIC) jellemző enterális táplálási eljárásrendek, valamint friss adatok azokról az erőfeszítésekről és eredményeiről, amelyek a az anyatejes táplálást jellemzik a PIC-ekben.

Diskusszióra kerül a koraszülöttek optimális növekedése, valamint a laktációs szakemberek szerepe és feladatai a PIC-eken.

**Előadás: A szoptatás háttértényezői Magyarországon - Szoptatási adatok területi bontásban és következtetések a Kohorsz'18 adatai alapján**

**Dr. Veroszta Zsuzsanna, Dr. Boros Julianna**

A KSH Népeségtudományi Kutatóintézetben zajló Kohorsz '18 Magyar Születési Kohorszvizsgálat több hullámban, országos reprezentatív mintán vizsgálta a szoptatás hazai mutatóit és meghatározó tényezőit. Az anyákkal a várandósság alatt, majd gyermekük féléves, másfél éves és hároméves korában lezajlott adatfelvételek eredményei alapján a szoptatási tervek és megvalósulásuk, a kizárólagos szoptatás gyakorisága, a szoptatás módja, hossza és akadályozó tényezői egyaránt feltárhatók. Az előadás e mutatók mellett leíró céllal azokat az egészségi, demográfiai, társadalmi-gazdasági háttértényezőket is számba veszi, amelyek a szakirodalom a szoptatás sikerességének meghatározóiként azonosít.

**Előadás: Szoptatási ambulanciák: tapasztalatok, tanulságok**

**Dr. Szalkay Krisztina - A Refomátus Egyház Bethesda Gyermekkórháza**

**Dr. Frank Veronika - Semmelweis Egyetem, Gyermekklinika**

Bethesda szoptatási ambulancia: Intézményünkben 2012 óta működik a Laktációs és Csecsemőtáplálási Ambulancia. A lehetőség, hogy gyermekkórházi háttér mellett,

közfinanszírozott formában segíthetünk a családoknak, egyedülálló alapot teremtett egy multi-interdiszciplináris szakmai rendszer kiépítéséhez.

Mára az ambulancia a Koragyermekkorai Szomatomentális Részleg részeként, társszakmákkal (gyermekpszichiátria, pszichológia, sebészet, radiológia, belgyógyászat, fül-orr-gégészet, gyógytorna, diétetika, gyógypedagógia, bőrgyógyászat, szülő-csecsemő konzultáció) történő szoros együttműködésben dolgozik ambuláns és osztályos keretek között. A szakmai színvonal folyamatos biztosítása és a csapatmunka erősítése érdekében rendszeresen tartunk szuper-intervíziós megbeszéléseket, továbbképzéseket, számos konferencián szerepeltünk már előadásainkkal.

Jelentős hangsúlyt fektetünk a fiatal gyermekorvosok képzésére, az anyatejes táplálást támogató elméleti és gyakorlati tudás átadására. Az országban egyedülálló módon az intézményünkben képződő valamennyi rezidens orvos számára kötelezővé tettük a szoptatástámogató képzésen és a gyakorlati munkában való részvételt. Az utánpótlás folyamatosan biztosított, az elhivatottságot érző rezidens kollégák lehetőséget kapnak a laktációs szaktanácsadói képesítés megszerzésére és a szakmai teamhez való csatlakozásra. A Semmelweis Egyetemen zajló képzéshez is csatlakozhattunk, gyakorlati lehetőséget biztosítva a hallgatók számára.

Előadásunkban bemutatjuk az ambulancia létrejöttének és fejlődésének történetét, kórházi rendszerbe történő integrációját, az egyetemi és intézményen belüli képzés felépítését. Részletezzük ambulanciánk feladatait, a mindennapi tevékenységek színtereit, a betegágytól a várandós édesanyák felkészítéséig. A team-munka gyakorlati megvalósulását összetett, mindemellett gyakran előforduló esetek prezentációján keresztül szemléltetjük.

A Semmelweis Egyetem Gyermekklinikájának Bókay utcai részlegén 2022. áprilisában Dr. Bagoly Anna gyermekgyógyász, laktációs szaktanácsadó, IBCLC hozta létre a jelenleg is működő Laktációs Ambulanciát. Én 2023. januárjában szereztem laktációs szaktanácsadó diplomát, és osztályos gyermekgyógyász munkaköröm mellett 2023. májusában vettem át az Ambulancia vezetését. Jelenleg heti 1 napon van tanácsadás, 8-15 óra között. Egy nap alatt 6 édesanyát tudok fogadni, ez évente közel 300 édesanyát jelent. A tanácsadást az NEAK finanszírozza. Területi ellátási kötelezettségünk nincs, az ország bármely részéről tudunk pácienseket fogadni. A bejelentkezés on-line történik, egy anamnézis lap kitöltésével. A tanácsadás ideje 60 perc: átlagosan 20 perc alatt történik az anamnézis felvétel, majd a gyermek orális anatómiájának, szopási képességeinek, és az anya mellének vizsgálata. Ezt követően mellre helyezés, szoptatási pozíció kiigazítása, szopás hatékonyságának vizsgálata történik. Az édesanyát adekvát tanácsokkal látom el, majd a tanácsadás végén egy ambuláns lapot kap a szülő, e-mailes elérhetőséggel, hogy legyen lehetőség a visszajelzésre.

A rendelésre belső konzílium kérések is érkeznek főként a csecsemőosztályról, gasztroenterológiáról, perinatális intenzív osztályról táplálási nehezítettség, vontatott súlygyarapodás, enterális táplálás felépítése, tejszaporítás témakörben.

**Előadás: Az anya - csecsemő kapcsolat megjelenése a térben -  
környezetpszichológiai megfontolások  
dr. Tóth Varga Violetta, dr. Düll Andra**

A csecsemők és kisgyerekek térben való elhelyezkedését, mozgását, egyáltalán a (szocio)fizikai környezettel (Düll, 2009) való kapcsolatát több pszichológiai elmélet és

kutatás is érinti. Tudjuk, hogy a fizikai tér, különös tekintettel az otthon, a személyiségfejlődésben fontos szerepet tölt be, s az is ismert, hogy a kötődésnek lényeges téri vonatkozásai vannak, ám a téma explicit módon való bemutatása ritkaságszámba megy. A szoptatással összefüggő nehézségek érintik az anya és csecsemője kapcsolatát és gyakran az otthon falai között jelentkeznek. Ez nem is csoda, hiszen a csecsemő idejének döntő többségét az anya és az otthon szociofizikai környezetében tölti, s ébrenléte legalább nyolcvan százalékában a fizikai környezettel kerül interakcióba (White, 1970). Már csak ez is indokolja, hogy a témát a környezetpszichológia tranzakcionális szemlélete (Düll, 2023) szerint is vizsgáljuk, hiszen az, hogy miképp érezzük magunkat az otthonainkban vagy a különböző terekben, azt a személyi jellemzők mellett a fizikai tényezők, s ezek kölcsönkapcsolata is meghatározza.

Ezért előadásunkban a kötődés és személyiségfejlődés téri vonatkozásainak tárgyalása után egy empirikus kutatás ismertetésére kerül sor, ahol a pszichoanalitikus szemléletű, tanulmányi célú csecsemőmegfigyelés gyakorlatának környezetpszichológiai fókuszú elemzését mutatjuk be. A csecsemőmegfigyelési jegyzőkönyvek kvalitatív szövegelemzési eredményei azt mutatták, hogy az anya-csecsemő párosok megfigyelésének és megértésének gyakorlatában fontos támpontot jelentettek a szociofizikai tényezők, mint például a térben zajló mozgások, a helyélmények, illetve a térben is megkomponálódó pszichodinamikai jelenségek.

A családok otthonában zajló megfigyelés tapasztalatai a laktációs szakemberek számára is szolgálhatnak hasznos tapasztalatokkal, hiszen az ő munkájuk is részben ebben a szociofizikai környezetben zajlik, így az empirikus eredményei jól használható szempontrendszerrel adhatnak azáltal, hogy elősegítik az anya-csecsemő páros jobb megértését.

## **Előadás: Anyatej helyettesítők digitális marketingje - miért probléma ez?**

**Dr. Kun Judit Gabriella**

A szoptatás számos jótékony hatását mind az anyák, mind a csecsemők fizikai és lelki egészségére szilárd tudományos bizonyítékok támasztják alá. Ennek ellenére világszerte a csecsemők kevesebb mint 50%-át szoptatja az édesanyja az ajánlások szerint. Évente 823000 két év alatti gyermek halálát és 20000 emlíórák okozta halált lehetne megelőzni, ha sikerülne a szoptatást közel általánossá tenni az egész világon. A nem optimális csecsemő és kisgyermek táplálás az egészségügyi kiadások növekedése és a termelékenység csökkenés miatt évente mintegy 302 milliárd USA dollár gazdasági veszteséggel is jár. Mindeközben a globális tápszerpiac forgalma soha nem látott mértékben nő, és 2023-ra meghaladta a 73 milliárd dollárt. A piaci elemző cégek évek óta 10%-nál nagyobb összetett éves növekedési rátát jósolnak a globális tápszerpiacon, ami az élelmiszeriparban egyedülálló. A tápszerfogyasztás növekedésének hátterében számos gazdasági, társadalmi, politikai okot felfedezhetünk, de ezek között kiemelkedő jelentősége van a tápszereket gyáró és forgalmazó cégek marketing tevékenységének. A csecsemőtápszer gyártók forgalmuk körülbelül 20-30%-át költik marketingre, ami lényegesen magasabb, mint más élelmiszeripari termékek esetében. A WHO 2022-ben közzétett jelentése azt állapította meg, hogy a digitális marketing számos országban a marketing domináns formájává vált, és sok tekintetben hatékonyabb, mint a hagyományos módszerek. A digitális marketing még könnyebbé teszi az iparág számára, hogy kihasználja a szülők félelmeit, befolyásolja a társadalmi normákat, és eltorzítsa a lakosság hozzáférést a csecsemőtáplálással kapcsolatos pontos információkhoz.

Az előadásban bemutatásra kerül néhány a legjellemzőbb digitális marketingstratégiák közül, szó lesz arról, hogy a nemzetközi szakmai szervezetek milyen intézkedéseket tettek az új módszerek korlátozásának érdekében, és hogy felelős egyénekként hogyan járulhatunk hozzá ezeknek a módszereknek a feltérképezéséhez, leleplezéséhez és a társadalom tudatosságának és ellenállásának növeléséhez.

### **Előadás: Tudományos újdonságok a humán laktáció területén** **Dr. Rónaszéki Dóra**

A humán laktáció területe egy óriási témakör, melyen belül rengeteg kutatás zajlott az elmúlt években, ezáltal egyre több ismeretet szerzünk róla. Öröndetes tény, hogy a szoptatástámogatás és a humán laktáció egyre kevésbé tapasztalatokon, mint evidenciákon alapuló tudományággá nővi ki magát. 2023-2024-ben a „breastfeeding” kifejezésre keresve a Web of Science összesen 5135 tudományos adatbázisban jegyzett publikációt jelenít meg különböző tudományterületi eloszlásban (pl. gyermekgyógyászat, szülészet, endokrinológia, ápolástan, diétetika, gyógyszeratan). A Pubmeden a klinikai vizsgálatokra és a randomizált-kontrollált vizsgálatokra szűkítve a keresést összesen 251 publikáció jelent meg. Előadásomban a tudományos oldalakon való gyakori megjelenés miatt az alábbi témákat érintem.

A leggyakrabban hivatkozott anyag a Lancetben 2023-ban a tápszer marketingről megjelent háromrészes cikksorozat, melynek szerzői egyre inkább hangot adnak annak, hogy a tápszermarketing aláássa a szoptatást és a különböző egészségügyi szakmákkal való gyakori összefonódások kerülendők volnának.

A találatokat feldolgozva szembeűnő, hogy rengeteg kutatás zajlik a mobiltelefonos szoptatástámogató applikációk hatékonyság teszteléséről is. Emellett az online segítségnyújtás, és információátadás fontossága is növekedett az elmúlt években. Ennek bemutatása a Szoptatástámogatás kérdezz-felelek Facebook csoport utolsó 60 napi és a Szoptatásért Magyar Egyesület 2024. évi Szoptatás világheti statisztikáin keresztül történik. Az anyatej bioaktív összetevőivel kapcsolatos legújabb eredmények és ezek hatása a gyarapodásra. Az elfogyasztott anyatej mennyiségével kapcsolatos új eredmények. Az anyatej bevitelt befolyásolja a gyermek kora, születési súlya és a szoptatási gyakorlat. Gyakorlati szempontból két fontos területet szeretnék bemutatni. Az utóbbi időszakban a legjelentősebb váltás a nyugágy pozíció térhódítása az irányított pozíciókkal szemben és ennek klinikai kutatása, mely vegyes eredményeket hoz. A korábbi mennyiségi szemléletmóddal szemben az önreguláció alakulását támogató igény szerinti/egyévre szabott/válaszkész szemléletmód kerül előtérbe.

Összefoglalómban érintem a lenőtt nyelvtémakörét is: hogy állunk most, a “vágni vagy nem vágni” évtizedes vitájában?

### **Előadás: Humán laktációs ismeretek oktatása az egészségügyi képzésben** **Dr. Mikó Baráth Eszter, dr. W. Ungváry Renáta**

DrMBE: A magyar orvosképzésben a laktációval, kisgyermektáplálással és -gondozással kapcsolatos ismeretek rendkívül korlátozottak, elsősorban a tejtermelés hormonális szabályozására, a szoptatás és a tápszeres táplálás összehasonlítására, valamint a mastitis kezelésére terjednek ki. A szakirodalom alapján nemzetközileg is hasonló a helyzet: bár az egészségügyi szakemberek felelősnek érzik magukat a szoptatás támogatásáért, de a szaktudásukat elégtelennek tartják. Az olyan gyakorlati kihívások, mint a mellrehelyezés

segítése és a szoptatás hatékonyságának értékelése gyakori gondot jelentenek. A Pécsi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Karán 2018 óta "Az anyatejes táplálás alapjai" címmel fakultatív tantárgy indult magyar, német és angol oktatási nyelven, amely elsősorban az orvostanhallgatókat célozza meg, de nyitott a gyógyszerész, fogorvos és más humán-, vagy természettudomány-szakos hallgatók számára is.

A kurzus a beiratkozási-, teljesítési arányok és a visszajelzések alapján sikeres. Az IBCLC által vezetett, vendégelőadók bevonásával megszervezett kurzus 12 kontaktórából áll: két 45 perces Skillab bemutató (emlővizsgálat, pozicionálás), egy 45 perces kommunikációs gyakorlat szimulált betegekkel, a fennmaradó időt pedig frontális előadásoknak szenteljük, amelyeket online források (előadásfóliák, publikációk, ABM protokollok) egészítenek ki. Előadásomban bemutatom a kurzust teljesítő, különböző nyelvű programban részt vevő hallgatók bemenetei, kimeneti és feed-back eredményeit. Ismertetem továbbá a tantárgy blended-learning formává történő alakításának útját, valamint támpontokat nyújtok arra vonatkozóan, hogy egy viszonylag alacsony óraszámú kurzusban hogy lehet hatékonyan, jól használható információt átadni, hogy az megfeleljen a Z és az alfa generáció igényeinek. A képzés modellként szolgálhat a blended learning tanulási modulok rezidensképzésbe való beépítéséhez is, és kiemeli az IBCLC-k szerepét a graduális és posztgraduális oktatásban.

Dr.WUR: Tizennégy éve van lehetőség arra, hogy diplomás egészségügyi dolgozók és diplomás segítő szakemberek szakirányú továbbképzés keretében szerezzenek laktációs szaktanácsadói végzettséget a Semmelweis Egyetemen. A laktációs szaktanácsadó szakirányú képzés 2010-ben indult első ízben, akkor még két féléves képzésként. A megnövekedett hallgatói és szakmai igények miatt három félévesre fejlesztett, 217 konaktórás laktációs szaktanácsadó szakirányú képzés, immár önálló szóbeli és írásbeli záróvizsgával 2022 szeptemberében indult 32 fővel, ez volt a 12. évfolyam. Ez volt az első olyan évfolyam, ahol már 217 órára emelt óraszámmal, némiképp módosított tantárgyelosztással oktatunk. A módosítások célja, hogy az első félévre csoportosítsuk a legnagyobb gyakorlati jelentőséggel bíró tárgyakat, hogy megfelelő alapot adjanak a terepgyakorlat óráihoz illetve a klinikai gyakorlathoz. A második félévben a szemléletmód alakításán van a hangsúly több olyan kurzussal, melyeknek célja a rendszerszemléletű megközelítés átadása a korábbiakhoz képest emelt óraszámmal. A helyzetgyakorlatok és az esetmegbeszélés kurzusokon a hallgatók kommunikációs készségeinek fejlesztése a cél, valamint az esetek alapos, közös elemzésével a rendszerszemléletű, narratív elemzések hasznosságára szeretnénk rávilágítani, valamint gyakorolni az egészségügyi dokumentáció elkészítését és az interdiszciplináris megközelítést a szoptatástámogatás területén. Nagy örömünkre szolgál, hogy végzett hallgatóink közül sokan már kórházi osztályokon dolgoznak az anyák és gyermekeik minél hatékonyabb támogatásáért.

**Előadás: A szoptatás változásai újszülöttkortól kisgyermekkorig. Milyen többletet ad a mindennapos szoptatási nehézségek megoldásához a táplálkozásközpontú megközelítés helyett a kommunikáció- és fejlődésközpontú megközelítés?**

**Dr. W. Ungváry Renáta**

A szoptatás jelentősége óriási az egészséges életkezdés szempontjából, és ez megmutatkozik abban is, hogy a szoptatás témakörével kapcsolatosan világszerte évente 3-4000 új kutatási eredmény és szakmai publikáció jelenik meg. Ezek túlnyomó többsége az első hetek, hónapok szoptatásával, az anyák tájékoztatásával, felkészítésével és támogatásával, valamint azokkal a kihívásokkal foglalkozik, amelyeket a

szoptatástámogatás az egészségügyi ellátórendszerre ró. Sajátosan ambivalens a hozzáállás azonban a hat hónapos koron túli, de különösen az egyéves koron túli szoptatással kapcsolatban. Bár a WHO és az AAP kétéves korig vagy azon túl is folytatott szoptatást javasol, nagyon kevés kutatás foglalkozik a hosszú távú szoptatással, és azokkal a problémákkal, kérdésekkel, amelyek a féléves kornál tovább tartó szoptatás során felmerülnek. A szoptatástámogatás medikalizációja és a szoptatás táplálkozáscentrikus megközelítése megnehezítik a szoptatás komplexitásának elfogadását és támogatását. Több kutatási eredmény is utal arra, hogy az egyéves koron túl folytatott szoptatás az egészségügyi dolgozóknak ellenérzést vagy jobb esetben tanácsstalanságot vált ki, és hogy valójában az információhiány is közrejátszik abban, hogy nem mindig tudják hatékonyan támogatni a családokat a nagyobbacska csecsemők, kisgyermek szoptatása során felmerülő nehézségekben, amelyek leggyakrabban a következők:

- A hozzátáplálás megkezdődött, a csecsemő/kisgyermek azonban nem eszik, étvágytalan, csak szopni akar. Akkor nincs más megoldás, mint a szoptatás abbahagyása?
- A félévesnél idősebb csecsemő, kisgyermek gyakran ébred éjszaka, és csak akkor alszik el újra, ha az anya megszojtatja. Akkor ez alvászavar?
- Anyai megbetegedés esetén a kezelés feltételül a szoptatás abbahagyását, felfüggesztését írják elő számos esetben teljesen feleslegesen. A szoptatást olykor az anya egészségét, jóllétét fenyegető jelenségnek tekintik.
- Az anya munkába állása, és a szoptatott kisgyermek közösségbe kerülése törvényszerűen a szoptatás abbahagyásával kell járjon?
- A "túlzott kötődés" jelensége, amelyért a "túlzásba vitt" szoptatást okolják. Tényleg, túlzásba lehet vinni a szoptatást?

Ha azonban, elszakadva a táplálkozáscentrikus megközelítéstől, a fenti, gyakran felmerülő kérdéseket a gyermek fejlődése szempontjából közelítjük meg, kiderülhet, hogy sokszor az újszülöttkorban, kis csecsemőkorban bevált sémákat alkalmazzák a szülők és egészségügyi dolgozók a későbbiekben is. Az elválasztódási folyamat valójában igen hosszú, akár több éves időszakot is felölelhet, melynek során a gyermek szocializálódik, értelme, kommunikációs képessége jelentős fejlődésen megy keresztül. Vajon kompetens gyermeknek tekintjük őt? A felmerülő szoptatási nehézségeket kellően komplex módon elemezzük, figyelembe véve azt is, hogy a szoptatás is egyfajta kommunikáció az anya és gyermeke között? A szoptatás is fejlődik, átalakul, és ami hasznos megközelítésnek tűnik egy pár hetes csecsemő esetében, akadályozhatja a fejlődést egy kétévesnél.

## **Előadás: Az otthon érzelmi élménye – a kapcsolódás és biztonságkeresés útjai Dr. Sallay Viola**

A családi kapcsolatok megértéséhez és hatékony támogatásához elengedhetetlen e kapcsolatok egyik legfontosabb kontextusának, a családi otthonnak, az otthoni élményeknek a feltérképezése. Az otthonhoz fűződő érzelmi viszony és az otthon-élmények környezetpszichológiai és rendszerelméletű megközelítésében az otthoni környezet mint sokdimenziós, komplex jelenséget elemezzük, mely magában foglalja a környezet fizikai tulajdonságait és elrendezését, az otthonban zajló cselekvéseket és azok szabályait, a kapcsolati folyamatokat, megélt élményeket és mindezek jelentését az egyes családtagok számára.

Az otthon élménye az első gyermek, majd minden testvér születésével jelentősen átalakul és a családtagok az átalakulás krízisében újratereztik a biztonságos közelség és kapcsolódás, a feltöltődés vagy éppen az elvonulás otthoni tereit és rítusait. Az élménytérképezés módszere lehetővé teszi, hogy a családtagok a segítő szakember támogatásával tudatosíthassák az otthoni helyszíneken zajló érzelmi és kapcsolati folyamatokat és tudatosan továbbalakíthassák azokat. Ennek segítségével az egyéni élményeket figyelembevéve közösen megteremthessék a családi kapcsolódások, például a szoptatás biztonságos helyzetét.

Az előadásban bemutatom, hogy a fenti szempontok hogyan járulhatnak hozzá a laktációs tanácsadás gyakorlathoz.

### **Előadás: Hormonok az anyatejben**

**Dr. Vass Réka Anna**

Születés után a szoptatás, ennek hiányában az anyatejes táplálás az egyetlen közvetlen biológiai hormonális kapcsolat anya és gyermeke között. A várandósság során folyamatos hormonhatások érik a magzatot, mely koraszülés esetén idejekorán megszakad. Az anyatejben található hormonok folyamatos hormonbevitelt biztosítanak az anyatejrel táplált gyermeknek, valamint az is ismert, hogy bizonyos hormonok, például a leptin nem található meg a tápszerekben. A hormonok korai fejlődésben játszott sokszínű szerepe felveti azok pótlásának kérdését. Koraszülöttek tiroxin pótlásával foglalkozó vizsgálat eredményei szerint a tiroxin szupplementált csoportban lévő gyermekek jobb motoros, nyelvi és kognitív eredményeket értek el a vizsgálatok során 3 és 4 éves korukban végzett tesztek alapján. Ez a megfigyelés felveti annak lehetőségét, hogy más, a fejlődés szempontjából fontos hormonok pótlásának hatását klinikai vizsgálatok elemezzék, különös tekintettel a koraszülöttek donor anyatejrel történő táplálása esetén. A koraszülött újszülött számára termelődött anyatej és a donor anyatej leptin, inzulin és kortizol tartalma között mért számottevő különbségek felvetik új táplálási irányelvek kidolgozásának igényét.

### **Előadás: A szülészeti beavatkozások hatása a szoptatásra**

**Dr. Kun Judit Gabriella, Dr. Bóné Veronika**

A szoptatás népegészségügyi jelentősége ma már vitathatatlan: könyvtárnyi szakirodalom igazolja az anyatej és a szoptatás pozitív hatásait mind a gyermek, mind az anya fizikai és mentális egészségére, rövid és hosszú távon egyaránt. Az optimális életkezdet támogatására a szakmai szervezetek a születés után azonnal megkezdett és legalább 60 percen át megszakítás nélkül fenntartott, az anya és az újszülött között létesített bőr-bőr kontaktust; az első életórán megkezdett szoptatást; az élet első 6 hónapjában kizárólagos szoptatást; majd pedig a megfelelő hozzátáplálás mellett a szoptatás folytatását javasolják legalább kétéves korig. A szoptatás azonban nem vizsgálható a perinatális időszak kontextusa nélkül, megvalósulásának sikere szervesen kapcsolódik a várandósság alatti eseményekhez, a szülés lefolyásához, illetve később a gyermekágyi, majd azt követő időszakhoz is.

A "WHO ajánlások – Pozitív szülésélményt célzó szülészeti ellátás" c. dokumentumában (2018) az Egészségügyi Világszervezet sorra veszi azokat az ajánlott ellátási gyakorlatokat (ideértve a várandósság, a szülés, illetve az azt követő időszak gyakorlatait is), amelyek nemcsak segítenek megalapozni mind az anya, mind az újszülött fizikai és mentális jóllétét a szülés utáni időszakban, hanem elősegítik a szoptatás korai megkezdését és sikeres folytatását is.



Kutatásunk során egy 650 fős reprezentatív mintán az anyákat kérdeztük a szülészeti intézményben szerzett tapasztalataikról. Célunk az volt, hogy feltárjuk a magyarországi szülészeten alkalmazott beavatkozások elterjedtségét, azok hatásait a szoptatás kimenetelére a kórházi napok során, illetve a csecsemő 6 hónapos korában. Előadásunkban azokat az eredményeket mutatjuk be, amelyek a szülőszobai történések hatását tárják fel a szoptatás kimenetelére.

### **Előadás: Szoptatás támogatás a szülés körüli időszakban. Hol tartunk ma, mire számíthatunk, mik a lehetőségek? Tapasztalatok a siófoki és az Uzsoki utcai kórházból**

**Dr. Márkus Anita, Szódy Judit**

DrMA: A Siófoki kórház 2009-ben nyerte el a Bababarát kórház címet. A kezdeti 16 órás rooming-in, a 3 óránkénti szoptatás, az indokolatlan tápszer pótlásról tértünk át a WHO „10 lépés a sikeres szoptatáshoz” ajánláshoz, betartva a Nemzetközi Kódexet.

Az újrafelmérés elmaradása után is bababarát szemléletben dolgozunk tovább az újszülött osztályon, valamint 2013 óta ingyenes szoptatási ambulancia működésével segítjük a szoptatási problémával küzdő anya-baba párosokat, akik túlnyomórészt nem a felvevő területünkről érkeznek.

Sajnos a születésszámunk az évek során fokozatosan csökken, a császármetszések aránya nő, mi is egyre inkább törekszünk a korai (48 órás) hazaadásra úgy, hogy a szoptatási gyakorlat ne sérüljön. Osztályunkon az édesanyák 97 %-a megkezdi a szoptatást, és babák 82,6 % kizárólagos szoptatással távozik.

SzJ: Az Uzsoki utcai kórházban 2011 óta áll az anyák és újszülöttek rendelkezésére laktációs szaktanácsadói szolgáltatás. Hogyan befolyásolta ez az osztály gyakorlatát, mennyi időre volt szükség a szoptatásbarát változások eléréséhez? Kiemelkedő, emlékezetes fordulópontok tarkították az elmúlt 13 év munkáját, miközben vannak olyan elemek is a gyakorlatban, amelyek az erőfeszítések ellenére sem változtak. Kiemelkedő, hogy az itt szült anyák jelentős része igénybe veszi a szoptatásra felkészítő előadásokat, valamint élnek az online kapcsolattartási lehetőségekkel a Face Book-on keresztül az „Uzsokiban szültem” csoportban. Így kérdéseikkel a kórházból való hazatérés után sem maradnak egyedül, és lehetőségük nyílik tapasztalatcserére is. A laktációs szaktanácsadó irányításával zajlik az intézményben a Semmelweis Egyetem laktációs szaktanácsadó hallgatóinak klinikai gyakorlata is, valamint lehetőség van úgynevezett mentorált gyakorlat végzésére is, amely a leendő szoptatási tanácsadókat segíti klinikai szoptatástámogatási gyakorlat megszerzésében.

### **Műhelymunka: Az átlagostól eltérő gyarapodású szoptatott csecsemők Dobrova Beatrix - Tóth Orsolya**

A műhelymunka során esetbemutatókon keresztül dolgozzuk fel a témát, rávilágítva azokra a nehézségekre, szakmai dilemmákra, amelyek akkor jelentkeznek, amikor egy átlagostól eltérő fejlődésű csecsemő esetében kell a legjobb szoptatástámogatási stratégiára rátalálni. A szoptatási gyakorlat jó, a tejtermelés normális, ám a csecsemő gyarapodása elmarad a várakozásoktól, vagy éppen ellenkezőleg, megdöbbentően gyors. Bár az aggodalmak inkább a kis súlyhoz kapcsolódnak, hiszen valahogy el kell dönteni, szükségesek-e további vizsgálatok, beavatkozások, a legizgalmasabb kérdés mégis az

marad: mi állhat az elfogadott normáknál alacsonyabb vagy az azt jóval meghaladó gyarapodások mögött.

### **Műhelymunka: Nem elég a tej?**

**Czák Ildikó**

A műhelymunka célja gyermekorvosok, neonatológusok, területi védőnők, kórházi védőnők és csecsemőápolók számára megvilágítani a "nem elég a tej" helyzet szoptatást erősítő, a 6 hónapos korig kizárólagos szoptatás felé vezető út megoldásait esetbemutításokon és módszertani útmutatáson keresztül.

1. Hogyan működik a tejtermelés?
2. Milyen jelek biztosítanak arról, hogy elegendő a tejbevitel?
3. Milyen a megfelelő szoptatási gyakorlat?
4. Melyek a hatékony szoptatás jelei?
5. Mi a teendő kevés tej gyanúja esetén?
6. Első napok jelentősége
7. Zavarok a tejleadó reflex működésében
8. A kisbaba jelzései- korai éhségjelek, sírás.
9. A tejtermelés fokozása
10. Szoptatásbarát pótlás
11. A pótlás fokozatos leépítése
12. Esetek bemutatása

### **Előadás: "Kimondhatom? Nem akarok szoptatni" - Averziónal küzdő édesanyák támogatása a szoptatásban**

**Do Dinh Laura**

Napjainkban a szoptatási averzió egyre szélesebb körben érinthet édesanyákat, akár első gyermekes, frissen szült anyákat, miközben a szakirodalomban alig találunk olyan írást, amely a szoptatási averzió jelenségét ne speciális helyzethez kötné, például elválasztáshoz, 2-3 éves gyermekhez, várandós vagy tandem szoptatási helyzethez. Jelen előadás egy saját esettanulmány, illetve szakirodalmi összefoglalók és egy hazai, averzió témájú anyacsoport posztjainak tartalomelemzése kapcsán veszi számba az averzió felé vezető lehetséges leggyakoribb okokat és azokat módokat, ahogyan az egészségügyi dolgozó hatékony támogatást tud az ilyen helyzetben nyújtani, különös tekintettel a kommunikáció módjára.

### **Műhelymunka: Szoptatási averzió:**

**Do Dinh Laura, Dr. Berecz Bernadett**

Az előadáshoz kapcsolódó műhelymunka célja, hogy a szituációs gyakorlatok és filmrészletek elemzése révén segítse a résztvevőket az averzióval küzdő édesanyákkal való kommunikációban. Ezek a gyakorlatok a feltétlen elfogadás Rogers-i fogalmához, az empátia a szimpátia közti különbséghez, a tabukról való beszélgetéshez, az elfogadáshoz, az aktív figyelemhez,

meghallgatáshoz és az intézményi környezetben való önérvényesítés nehézségeihez kapcsolódnak. A workshop második felében a résztvevők élményeire támaszkodva közös megosztásra és megbeszélésre kerülnek olyan esetek, amelyekben a résztvevők véleménye szerint averzió lehetett az édesanya megélése, és a résztvevőknek volna lehetőségük közös megosztó körben újra ránézni ezekre az esetekre, megbeszélni egymás közt, hogyan látják ezeket az eseteket az előadás és a workshop szituációs gyakorlatainak fényében.

### **Műhelymunka: Kommunikáció a szoptatástámogatásban I-II.**

**Sződy Judit, Borsi Szűcs Melinda**

A szoptatástámogatás a perinatális segítségnyújtás fontos része a nyugati kultúrában, mivel az újdonsült anyák itt nem rendelkeznek megfelelő előzetes tapasztalattal a témában, ezzel együtt rengeteg tévhit, és félrevezetésre alkalmas marketinghatás veszi körül őket. A perinatális időszakban a nők igen sérülékenyek, nagy a szuggesztibilitásuk, ezért kifejezetten fontos, hogy segítők ezt figyelembe véve kommunikáljanak. A műhelymunka során az értő figyelem alapjait gyakoroljuk, megfelelő kérdezéstechnikát sajátíthatnak el a résztvevők, és kitérünk a traumatudatos jelenlét kérdéseire is. A jelentkezők mindkét műhelymunka alkalmon vegyenek részt, mivel a második alkalom gyakorlatai az első alkalomhoz kapcsolódnak.

### **Előadás: Integrált megközelítés a szoptatás és alvás támogatásában:**

**Képzések, tanulmányok hatásai a gyakorlati munkára**

**Gaborjákné Kovács Judit**

Perinatális időszakkal foglalkozó szakemberként leggyakrabban tapasztalt szülői kihívás a csecsemő táplálása és az alváshiánnyal való megküzdés. A szoptatás és alvás támogatása nem választható el egymástól, számos kutatásban bizonyították, hogy a szülői alváshiány, alvás töredezettség hatására rövidül a kizárólagos vagy részleges szoptatás hossza, a kevés anyai alvás szignifikánsan összefügg a súlyos depressziós tünetek növekedésével, mely hatással van a teljes család fizikai és mentális jóllétére. Az előadásomban néhány a téma fontosságát adó, a csecsemők és kisgyermek alvásának változásával, érésével foglalkozó alapkutatás ismertetése mellett mutatom be az integrált megközelítések fontosságát a szoptatás, alvás támogatásában. Kiemelem azokat az általam elvégzett képzéseket, tanulmányokat, melyek, hozzásegítettek, hozzáadtak ahhoz, hogy a családokat támogató munkámban egységesebb szemlélettel tudjam laktációs szaktanácsadóként támogatni a szülőket alvási, altatási nehézségeikben nem csak a csecsemőkorban, hanem a kisgyermekkor végéig.

Műhelymunka: Szoptatás és alvástámogatás a laktációs szaktanácsadói munkában

Gaborjákné Kovács Judit

Laktációs szaktanácsadóként gyakran találkozunk azzal a helyzettel, amikor az elmondott, hozott probléma mögött más területet érint a család valódi nehézsége. A workshopon eseteken keresztül beszéljük meg az életkoronként leggyakoribb szoptatással összekapcsolódó alvási, altatási nehézségeket a gyermekek és a szülők szempontjából.

Végig járjuk, hogy az adott esetben mit éreztek a szülők gondnak, milyen tényezők járulhattak hozzá a kialakult helyzethez, mit érdemes laktációs tanácsadóként megtenni, milyen információkat jó megosztani abban a helyzetben, ha a „probléma” nem a gyermekkel van, milyen információk megosztásával tudjuk röviden csökkenteni a szülő-csecsemő alváskonfliktust.

Az új szülők sokszor felkészületlenek a koracsecsemőkorban tapasztalható alvástöredezettségre, rövid alvásra. Az alváshiány feszültséget szorongást kelt a későbbi életkorokban is a szülőknél, melyben megkérdőjeleződik az anyai kompetencia, az adott helyzet élettani volta. Az esetek megbeszélése mellett a résztvevők információkat kapnak a legfontosabb alvást megszakító tényezőkről, állapotokról, melyek azok az esetek, amikor ajánlott más szakember bevonása a helyzet megoldására. Szót ejtünk arról, mikor beszélünk regulációs nehézségről, zavarról, amikor már nem elég az anyának azt mondani, hogy „túl kell élni, tartson ki, a gyerek kinövi”. Hol tud a család támogatást találni, amikor az anya és a baba közötti kommunikáció elcsúszik, ami szoptatási, evési, alvási nehézséghez vezethet?

### **Előadás: Mastitis Dr. Erdélyi Fruzsina**

Az emlőgyulladás optimális kezelése nagyon fontos ahhoz, hogy a legjobb gyógyulási eredményt elérhessük és a szövődményeket megelőzzük. Bár kifejezetten gyakori panasz a szoptató nőknél az emlőgyulladás kialakulása, mégis ennek etiológiájáról és hatásmechanizmusairól még sok mindent nem tudunk. Előadásomban részletesen bemutatom a 2022-ben megjelent szakmai ajánlás főbb pontjait, illetve ennek gyakorlati alkalmazását a magyar egészségügyben. Az utóbbi években sok szempontból és jelentősen megváltozott a mastitis értelmezésének, kezelésének pontos ajánlása és ezzel kapcsolatban heves szakmai diskurzus zajlik jelenleg is. A tünetegyüttes értelmezése mint spektrum betegség, segíti az ellátót abban, hogy célzottan tudjon tanácsot adni, elkerülve ezzel mind a túlzott antibiotikum használatot, mind a félrekezelés okozta szövődményeket. Az ellátás során szűk időablak van arra, hogy az adekvát kezelést megkezdjük, éppen ezért nagyon fontos, hogy a mellgyulladás tüneteivel segítséget kérő édesanya az ellátó rendszer minden lépcsőfokán (leggyakrabban érintett egészségügyi dolgozók: védőnő, nőgyógyász, háziorvos, gyermekorvos) megfelelő tanácsokat, célzott kezelést kapjon. Az emlőgyulladás sürgősségi ellátásán túl a kezelésében kulcsfontosságú a hajlamosító tényezők felismerése és megfelelő menedzselése a hosszú távú gyógyulás eléréséhez.

Név (több előadó esetén mindenkitől kérjük az adatokat): Czákné Varga Ildikó

Szakképesítés / szakmai végzettség / szakvizsga: Területi védőnő, IBCLC, SE laktációs szaktanácsadó

Oktatói / szakmai gyakorlat ideje: (év)

Működési nyilvántartási szám (vagy alapnyilvántartási szám): Védőnő: 21907, IBCLC: L-152752

Munkahely: Észak-budai Szent János Centrumkórház Budapest és Pest Vármegyei védőnői Szolgálat Osztálya

Lakcím: 2013 Pomáz, Huszár utca 17. 2/10

e-mail/telefonszám: czak.ildiko@gmail.com

Számlaképes vagy megbízási szerződés szükséges? Számlaképes vagyok

Preferált kapcsolattartási forma: Email

Előadás/workshop címe: "Nem elég a tej"

Előadás/workshop tervezett időtartama: 2 óra

Absztrakt (1800 leütés vagy 250 szó): *(Kérjük, foglalja össze röviden a téma indokoltságát, háttérét, ha kutatásról van szó, a főbb eredményeket, konklúziókat, ha gyakorlati téma bemutatásáról van szó, akkor a módszer/működési mód gyakorlati jelentőségét, az alkalmazás mellett szóló érveket.)*

*Gyermekorvosok, neonatológusok, területi védőnők, kórházi védőnők és csecsemőápolók számára megvilágítani a "nem elég a tej" helyzet szoptatást erősítő, a 6 hónapos korig kizárólagos szoptatás felé vezető út megoldásait.*

- 1. Hogyan működik a tejtermelés?*
- 2. Milyen jelek biztosítanak arról, hogy elegendő a tejbevitel?*
- 3. Milyen a megfelelő szoptatási gyakorlat?*
- 4. Melyek a hatékony szoptatás jelei?*
- 5. Mi a teendő kevés tej gyanúja esetén?*
- 6. Első napok jelentősége*
- 7. Zavarok a tejleadó reflex működésében*
- 8. A kisbaba jelzései- korai éhségjelek, sírás.*
- 9. A tejtermelés fokozása*
- 10. Szoptatásbarát pótlás*
- 11. A pótlás fokozatos leépítése*
- 12. Esetek bemutatása*

Szakmai önéletrajz: Mellékletben.

A bemutatott témához kapcsolódó fontosabb saját vagy más szerzőtől származó publikációk:-