

بسته اجرایی کمپین جهانی و ملی ترویج تغذیه با شیرمادر

عنوان کمپین: سیاره ای سالم " با حمایت از تغذیه انحصاری با شیرمادر "

مجری کمپین: دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

زمان اجرا: ۹۹/۵/۱۰ الی ۹۹/۵/۱۶

تاریخ ارزیابی: ۹۹/۶/۱۵

مخاطب کلی برنامه: خانواده های ایرانی

گروه هدف اختصاصی: مادران باردار و شیرده و همسران آن ها

شعار: کودک سالم، ایمنی بیشتر در برابر کرونا، سیاره ای سالم " با حمایت از تغذیه با شیرمادر در شیرخواران "

هدف کلی: ترویج تغذیه با شیرمادر با تکیه بر سلامت محیط زیست و ارتقا سیستم ایمنی شیرخواران

هدف اختصاصی: جلب مشارکت جامعه در تغذیه با شیرمادر به میزان ۵۰٪

در هر بیمارستان یا در هر مرکز بهداشتی درمانی بایستی ۵۰٪ افراد مراجعه کننده دارای فرزند شیرخوار آموزش های لازم را در زمینه نقش شیرمادر در حفاظت از محیط زیست و ارتقا سلامت و سیستم ایمنی شیرخوار دریافت نمایند.

استراتژی ها:

- اطلاع رسانی در خصوص ارتباط بین تغذیه با شیرمادر و محیط زیست و ارتقا سلامت و سیستم ایمنی
- اطلاع رسانی در خصوص جایگاه تغذیه با شیرمادر به عنوان یک روش استراتژیک برای تقویت سیستم ایمنی شیرخوار در پاندمی کرونا
- برگزاری جلسات مختلف جهت تعامل و مشارکت در تاثیر گذاری بیشتر اقدامات با افراد تاثیر گذار و سازمان ها
- طراحی طیف گسترده ای از اقدامات برنامه تغذیه با شیرمادر در راستای سلامت کره خاکی و ساکنان آن

چرا سیاره ای سالم با ترویج تغذیه با شیرمادر :

شعار هفته جهانی تغذیه با شیرمادر در سال ۹۹ به تاثیر تغذیه شیرخواران بر تغییرات آب و هوایی و محیط زیست و همچنین ضرورت حفظ، ترویج و حمایت از تغذیه با شیرمادر در راستای سلامت کره خاکی و ساکنان آن می پردازد. موضوع شعار در ارتباط با بخش ۳ اهداف توسعه پایدار ۱۴۲۰ تنظیم شده است که ارتباط بین تغذیه با شیرمادر و تغییرات آب و هوایی و محیط زیست را برجسته می کند. رویکرد سازمان جهانی شیرمادر، پرداختن به زنجیره گرمی از همکاری بین بخشی و در سطوح مختلف است تا با گروه هایی که در زمینه مسائل زیست محیطی کار می کنند به هدف مشترکی دست یابند. باید همگی با هم بر ارتباط بین تغذیه با شیرمادر و محیط زیست و اثرات آن در تقویت سیستم ایمنی شیرخوار به ویژه و با توجه به بحران موجود مربوط به شیوع بیماری کرونا تاکید کنیم. لازم به ذکر است این شعار بخشی از اهداف توسعه پایدار می باشد که شعار آن در سال ۱۳۹۵ در قالب ۱۰۰۰ روز طلایی به تمامی مراکز ذیربط ارسال و به اهمیت تغذیه با شیرمادر در حفظ محیط زیست و ارتقا سلامت و تقویت سیستم ایمنی اشاره کرده بود.

جزئیات عملیاتی زیر در راستای ترویج تغذیه با شیرمادر با توجه به شعار سال، پیشنهاد می گردد:

- شروع زود هنگام تغذیه با شیرمادر ظرف یک ساعت اول تولد
- اجرای مراقبت آغوشی پدران و مادران
- آموزش به پدران و مادران باردار و شیرده در خصوص هزینه های اقتصادی و زیست محیطی ناشی از عدم تغذیه با شیرمادر به صورت مجازی
- آموزش به پدران و مادران باردار و شیرده با تاکید بر افزایش ضریب هوشی و پیشگیری از بیماری های عفونی و تقویت سیستم ایمنی شیرخوار به صورت مجازی
- آموزش به جامعه (رابطین بهداشتی ، گروه های حمایت از مادران شیرده ، همسران ، مادر بزرگ ها ، همسایه ها ، دوستان و آشنایان و) برای حمایت از مادر برای داشتن یک شیردهی موفق به صورت مجازی
- ممانعت جدی و مستمر از بازاریابی تهاجمی جانشین شونده های شیرمادر
- تاکید بر مدت مرخصی زایمان

- تاکید بر استفاده از مرخصی ساعتی شیردهی
- آموزش پدران و مادران باردار و شیرده در خصوص ضرورت تغذیه با شیرمادر، دوشیدن شیر و روش نگهداری آن، منع استفاده از بطری، روش شیردهی و ...
- آموزش کارفرمایان در خصوص مزایای اجرای برنامه ترویج تغذیه با شیرمادر در محیط کار و در صورت امکان اعطای دورکاری جهت مادران باردار و شیرده
- تاسیس و گسترش اتاق های مادر و کودک در تمامی محیط های کاری دارای مادر شیرده و مکان های عمومی مانند مترو و
- استفاده از شبکه های اجتماعی و رسانه های جمعی از قبیل رادیو و تلویزیون و روزنامه ها با تاکید بر نقش شیرمادر در تقویت سیستم ایمنی شیرخوار و حفظ سلامت کره زمین

سایر فعالیت های مورد انتظار

– تشکیل کمیته بین بخشی

تشکیل کمیته بین بخشی شهرستان جهت جلب همکاری ادارات و ارگان ها و مطرح نمودن اهمیت ترویج تغذیه با شیر مادر، مخصوصا در کارگروه بهداشت و درمان شهرستان با محوریت شعار سال

– تبلیغات ترویج تغذیه با شیرمادر با توجه به شعار سال

تهیه تراکت و توزیع در سطح شهر و ادارات، پارچه نویسی، مکاتبه با ادارات و مراکز و با محوریت شعار سال به منظور ترویج برنامه های حمایتی ترویج تغذیه با شیرمادر

– آموزش در مراکز بهداشتی درمانی

برنامه ریزی جدی و ویژه با ملاحظات پروتکل های وزارتی در پیشگیری از کووید ۱۹ (مطابق با جدول اولویت های مدنظر برای آموزش پدران و مادران باردار و شیرده) در مراکز مربوطه

– گرفتن کمک از گروه های حمایت از مادران شیرده

استفاده از تجربیات گروه های حمایت از مادران شیرده مخصوصا پدران، به منظور آموزش ایشان در نقش شیرمادر در ارتقا سیستم ایمنی شیرخوار و زندگی سالم بر روی کره زمین

– کلینیک های مشاوره شیردهی

کلینیک های مشاوره شیردهی با ارتقا کیفیت خدمات مربوط به مشاوره شیردهی

• اقدامات مفید مورد نظر

– در طول بارداری

(۱) بحث مقدماتی درباره تغذیه شیرخوار با تاکید بر تاثیرات آن بر تقویت سیستم ایمنی شیرخواران

- تشویق مادر برای جلب توجه او به این امر مهم
- فراهم نمودن فرصت برای بروز نگرانی ها و تصورات غلط مادر و تلاش برای رفع آن ها
- آموزش نکات مربوط به دستورالعمل های مربوط به کرونا و شیردهی به مادر و خانواده

(۲) دادن اطلاعات ضروری درباره چگونگی شروع موفق و چگونگی تداوم شیردهی از پستان

- از طریق پیشنهاد یا تشویق حضور در کلاس های مجازی یا غیر مجازی تغذیه با شیرمادر برای آموزش مهارت ها با رعایت پروتکل های بهداشتی و حفظ فاصله گذاری اجتماعی
- پاسخ به سوالات مادر به صورت مجازی و غیر مجازی با رعایت پروتکل های بهداشتی و حفظ فاصله گذاری اجتماعی

– پس از زایمان

(۱) کمک به مادر، در اولین تغذیه کودک با شیرمادر و اجرای برنامه تماس پوست با پوست در ساعت اول تولد

- آموزش روش درست شیردادن و ذخیره سازی شیرمادر
- آموزش نکات مربوط به دستورالعمل های مربوط به کرونا و شیردهی به مادر و خانواده

- عدم استفاده از بطری، گول زنک، آب قند و
- اطمینان از برقراری جریان شیر
- اطمینان کافی از موفقیت در شیردهی

۲) بازدید و پیگیری های بعدی

- فراهم نمودن امکانات حضور و آسایش مادر در بیمارستان برای شیردهی در صورت بستری بودن در بخش مراقبت ویژه نوزادان و با کودکان
- آموزش مادر برای دوشیدن شیر، دسترسی به شیردوش مناسب، تشویق مادر برای حضور در کنار شیرخوار، در صورت NPO بودن شیرخوار و یا عدم امکان حضور مادر در کنار شیرخوار

جدول زمانبندی فعالیتهای مرتبط با شعار سال از مرداد ۱۳۹۹ تا مرداد ۱۴۰۰

منبع تامین اعتبار	زمان اجرای کار												فعالیت	
	مسئول	فروردین	اردیبهشت	خرداد	تیر	مرداد	شهریور	مهر	آبان	آذر	دی	بهمن		اسفند
	واحد کودکان							•						پخش مصاحبه تلویزیونی و رادیویی یا مصاحبه در جراید
	واحد کودکان							•						درج خبر و مقاله در خبرنامه ها و نشریات
	واحد کودکان							•						برپایی غرفه های اطلاع رسانی
	واحد کودکان												•	تشکیل کمیته های شیر مادر
	واحد کودکان													برگزاری کلاس های آموزشی مجازی و غیر مجازی
	واحد کودکان													توزیع هدایای تبلیغاتی شیر مادر و معرفی مادران موفق شیرده
	واحد کودکان													توزیع پمفلت ها و جزوات در سطح شهرستان ها
	واحد کودکان													درج شعارهای مرتبط بر روی بدنه اتوبوس ها
	واحد کودکان												•	انتشار اطلاعات و اخبار شیرمادر در سایت ها
	واحد کودکان												•	جلب حمایت مالی کارفرمایان و مقامات محلی و خیرین
	واحد کودکان												•	جلوگیری از تبلیغات شرکت های سازنده و توزیع کننده شیر خشک
	واحد کودکان												•	تشکیل و تقویت گروه های حمایت از مادران شیرده