



Ана мен бала

***ҚР ДСМ 25.06.1997
№113 бұйрық***

***“Қазақстан
Республикасында
емшекпен емізуді қорғау,
қолдау және іс жүзіне
енгізу ”***

Емшекпен емізудің 10 принципі

1. Емшекпен еміздіру қағидаларын қатаң түрде ұстану және әрдайым осы қағидаларды медицина персоналдарына, босанушыларға хабардар ету.
2. Емшекпен еміздіру тәжірибесін іс жүзіне асыру үшін медицина персоналын емшекпен еміздіру қажетті дағдыларына үйрету.
3. Барлық жүкті әйелдерге емшекпен еміздірудің артықшылығы және техникасы туралы хабардар ету.
4. Босанудан кейін бірінші жарты сағат ішінде аналарға емшекпен еміздіруге көмектесу.
5. Аналарға емшекпен еміздіруді және егер де нәрестесінен бөлектенген жағдайда уақытша лактацияны сақтауды көрсету .

6. Медициналық көрсеткіштеріне байланысты жағдайлардан басқа кезде нәрестеге ана сүтінен басқа ешқандай тамақ не сусын бермеу.

7. Тәулік бойы ана мен нәрестенің бірге бір бөлмеде болуын тәжірибеде қолдану.

8. Тамақтандыру уақытын шектемеу және нәрестенің қажетінше емшекпен емізуді қолдау

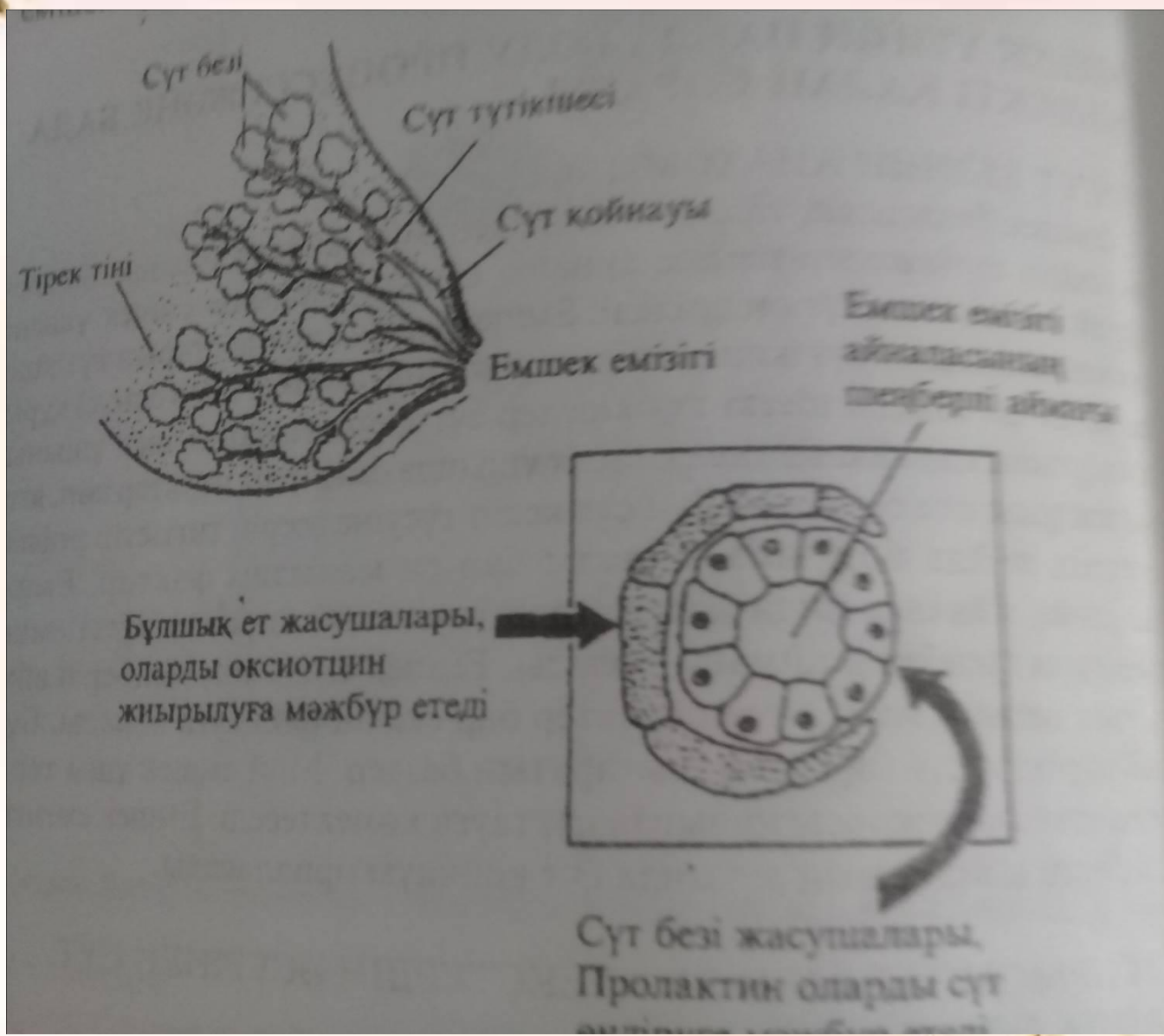
9. Емшектегі нәрестеге ешқандай алданыш заттар бермеу(емізікше, емізік).

10. Емшекпен емізу мәселері жөнінде топтарын ұйымдастыруды қолдау және перзентханадан шыққаннан кейін аналарды осы топтарға бағыштау

Сүт безінің анатомиясы

Емшек бездерден, тіректік тіндерден және майдан тұрады. Бездерде майда түтікшелер немесе арнайы қуыстар арқылы емшек ұшына қарай жылжитын сүт өндіріледі. Емшек ұшына жетпей тұрып түтікшелер кеңейеді және сүт жинайтын «сүт қойнауы» құрылады. Емшек ұшында сенсорлы нервтер көп, яғни емшек ұшы сезімтал. Бұл сүт келіп түсуіне әсерін тигізетін рефлексардың пайда болуына ықпалы бар ең маңызды фактор. Емшек ұшының айнасында ареола деп аталатын қаралау түсті емшек емізігінің шеңберлі аймағы болады.

Емшек емізігінің шеңберлі аймағының бетінде майда төмпешіктер бар екенін байқауға болады. Бұл - май тәрісдес сұйық бөліп шығаратын бездер. Май емшек ұшы терісін нәзік етіп және жақсы қалыптасақтауға көмектеседі. Емшек емізігінің шеңберлі аймағының астында сүт қойнауы орналасады.



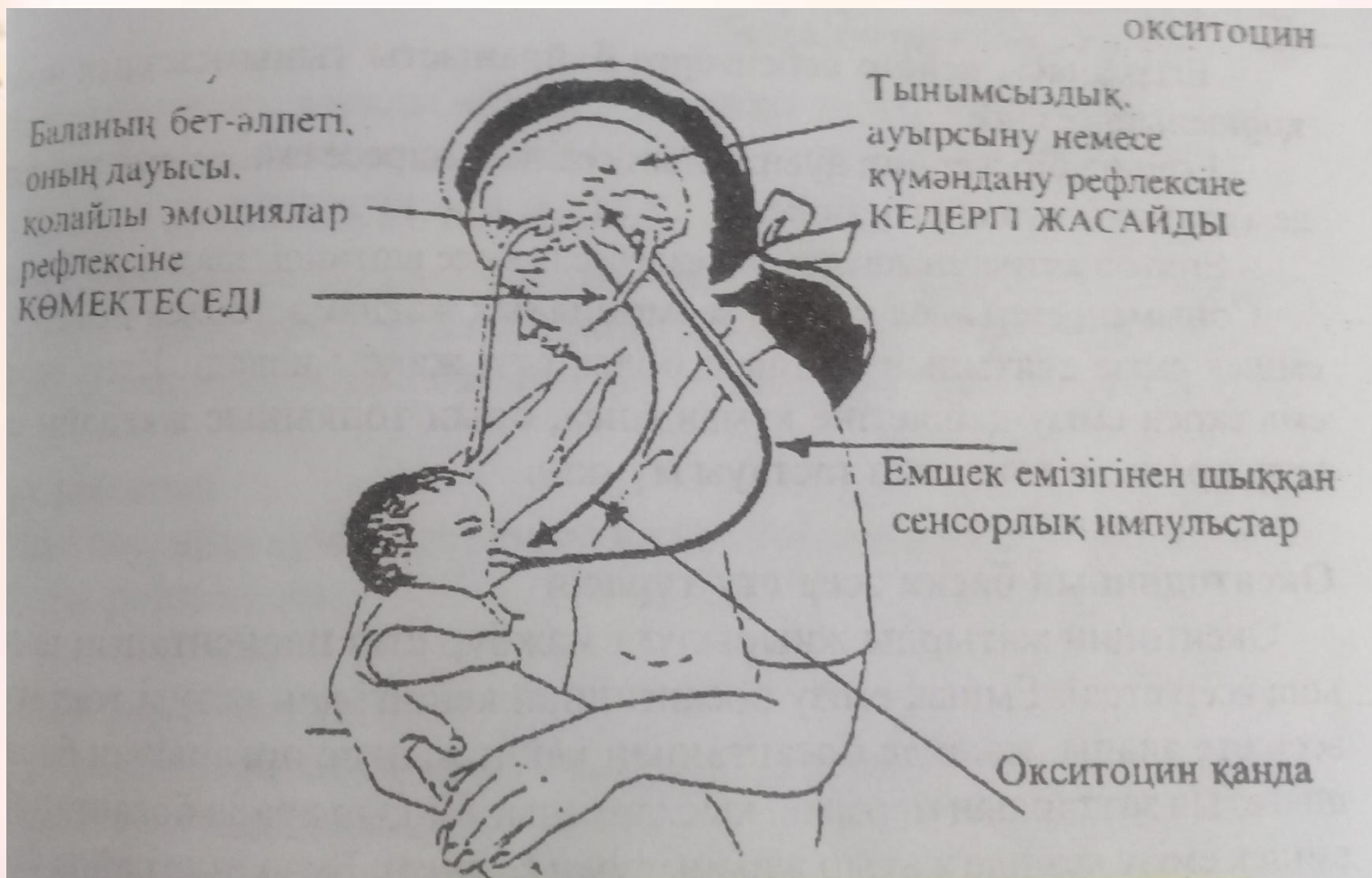
Пролактин – сүттің пайда болуын күшейтедін гормон

Емшек ұшы тітіркенген сәттен сүт бөлінгенге дейінгі процесті сүт бөліну рефлексі немесе пролактин рефлексі деп аталады. Гипофиз безі күндізге қарағанда түнде пролактинды көбірек бөліп шығырады. Сондықтан түнде емізу сүт тұрақты бөлініп тұруына ерекше әсер етеді.



3 – сурет. Пролактин рефлексі немесе сүт бөліну рефлексі.

Окситоцин – сүт шығуына әсер ететін гормон



4– сурет. Окситоцин рефлексі немесе сүт бөліну рефлексі.

УЫЗ- (МОЛОЗИВО)

Әйел босанғаннан кейін алғашқы күндері уыз шығады, ол емшек сүтіне қарағанда сарғыш түсті қоюлау болады. Уыз шамалы мөлшерде бөлінеді бірақ дені сау нәрестеге осының өзі жеткілікті. Балаға уыз өте қажет. Емшек сүтіне қарағанда уызда антиденелер және қан ақ түйіршіктері көбірек болады. Ол кездесуге тура келетін көптеген бактериялар мен вирустардың ең бірінші иммунды қорғаныс береді. Уыздың іш жүргізушілік қасиеті және нәрестенің мекониядан жеңіл құтылуына көмектеседі

Емшек сүтінің құрамы

Емшек сүтінде нәрестенің алғашқы 4-6 айлық кезіне қажетті барлық қоректік заттар болады, сонымен қатар ол жеңіл және жылдам қорытылады. Емшек сүтінің құрамында:

- Балаға ең қолайлы жеткілікті мөлшерде протеиндер және майлар болады.
- Нәрестеге қажетті лактоза (сүт қанты)
- Балаға қажетті витаминдер бар.
- Балаға жеткілікті мөлшерде темір бар.
- Балаға жеткілікті мөлшерде су болады.
- Керекті мөлшерде тұздар, кальций және фосфаттар бар.
- Майларды ыдырататын арнайы фермент болады.
- Инфекцияның таралуына жол бермейтін

Анасына нәрестені дұрыс ұстауын көрсету

БАСЫМЕН ДЕНЕСІНІҢ БІР ДЕҢГЕЙДЕ, БІР
СЫЗЫҚТА БОЛУЫ

НӘРЕСТЕНІҢ БЕТІ ЕМШЕККЕ, МҰРНЫ
ЕМШЕК ҰШЫНА ҚАРАМА-ҚАРСЫ

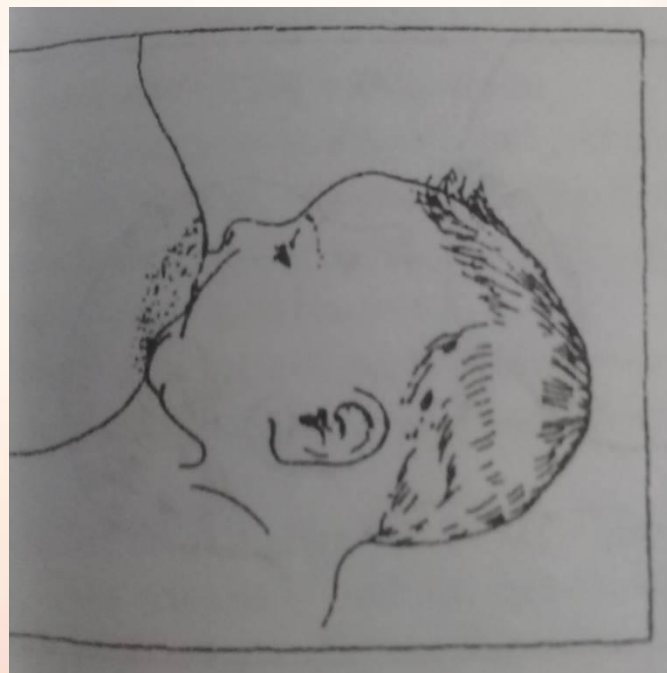
НӘРЕСТЕНІҢ ДЕНЕСІ АНАСЫНЫҢ
ДЕНЕСІНЕ ЖАҚЫН ОРНАЛАСҚАН

АНАСЫ НӘРЕСТЕНІҢ БАСЫМЕН ИЫҒЫН
ҒАНА ҰСТАП ҚОЙМАЙ. БҮКІЛ ДЕНЕСІН
ҚАМТЫП ҰСТАЙДЫ.



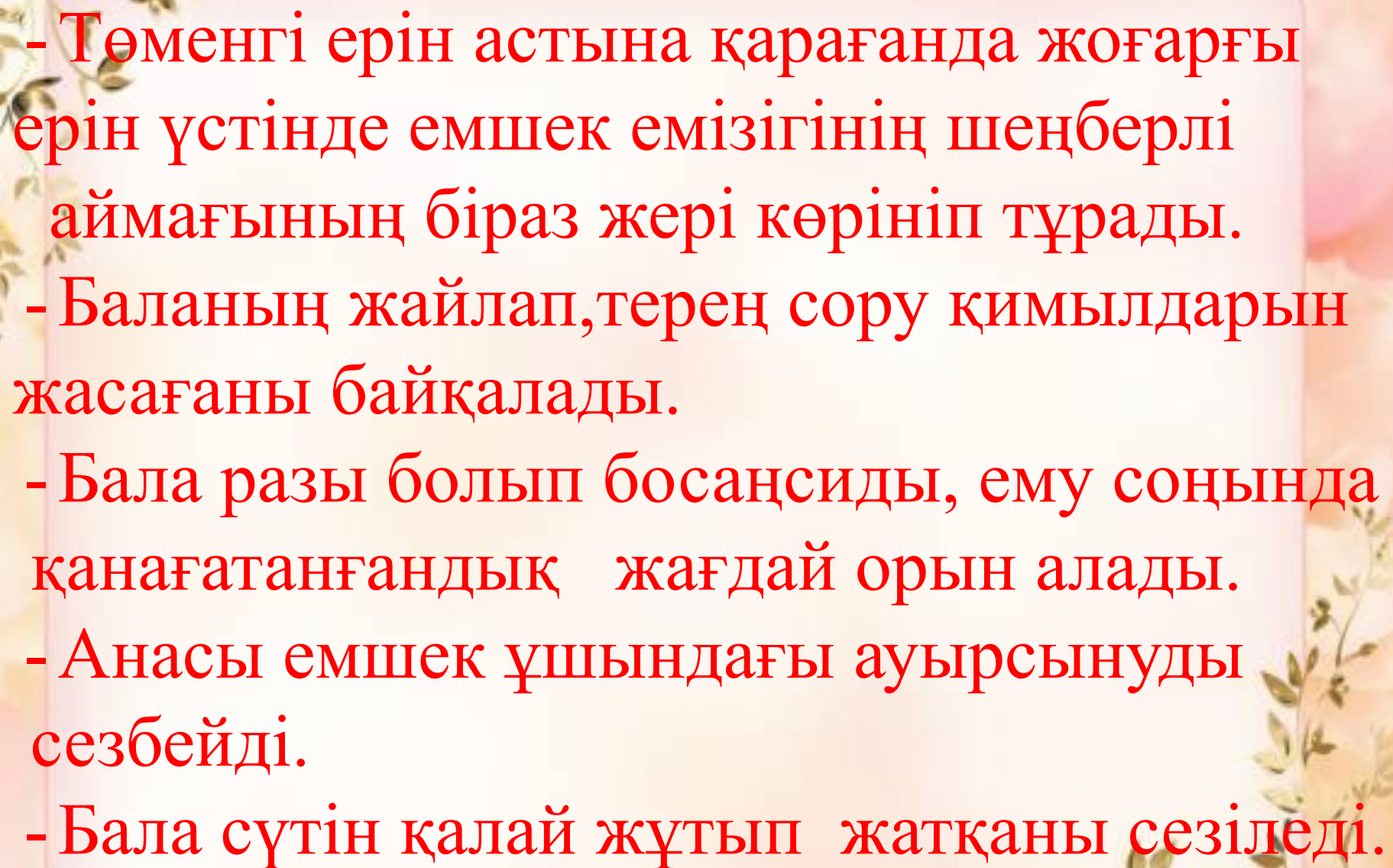
**Баланың емшекті
дұрыс емес соруы**

**Баланың емшекті
дұрыс соруы**



**Емізу кезіндегі бала жағдайының
дұрыс екендігін анықтайтын
белгілер**

- Бала барлық денесімен анасына бұрылған, бауырына басылған
- Баланың беті емшекке жақын орналасқан
- Баланың иегі емшекке тиіп тұрады
- Баланың аузы кең ашылған
- Баланың төменгі ерні сыртқа қарай кайырылған

- 
- Төменгі ерін астына қарағанда жоғарғы ерін үстінде емшек емізігінің шеңберлі аймағының біраз жері көрініп тұрады.
 - Баланың жайлап, терең сору қимылдарын жасағаны байқалады.
 - Бала разы болып босаңсиды, ему соңында қанағаттанғандық жағдай орын алады.
 - Анасы емшек ұшындағы ауырсынуды сезбейді.
 - Бала сүтін қалай жұтып жатқаны сезіледі.

Емшек бездерінің жағдайлары

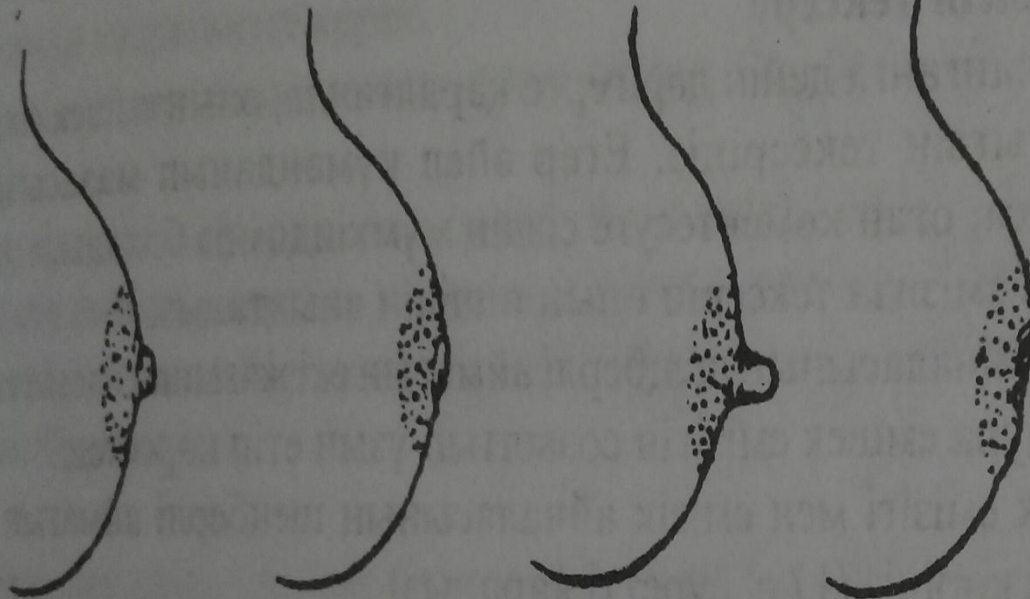
Еміздіру үшін қиындық туғызатын бірнеше емшек бездерінің түрлері бар: Жазыңқы, батыңқы, ұзынша не үлкен емізік.

Емшектің беріштенуі.

Ағындық сүт жолдарының бекітілуі және мастит.

Емшек емізігінің қабынуы және сызаттанып жарылуы

жалпақ емізік



емшек емізігі
орташа.

ә) Емшек емізігі
қысқа әрі
жалпақ.

б) Емшек емізігі
ұзын.

в) Емшек емізігі
батыңқы.

Емшектің беріштенуі

Емшектің беріштенуін болдырмау үшін оны сүттен босату керек.

- Босана салысымен анаға еш шектеусіз емшек емуге рұхсат ету
- Бірінші күннен бастап нәресте дұрыс жағдайда емуін қадағалау
- Емшек емізуге дейін тамақтануға жол бермеңіз

Ағындық сүт жолдарының бекітілуі

- Емізгенде сүттің барлық бөлімшелерден ағып жатқандығын анықтау мақсатында, баланы емізудің дұрыс жағдайының бірнеше түрін анаға көрсету

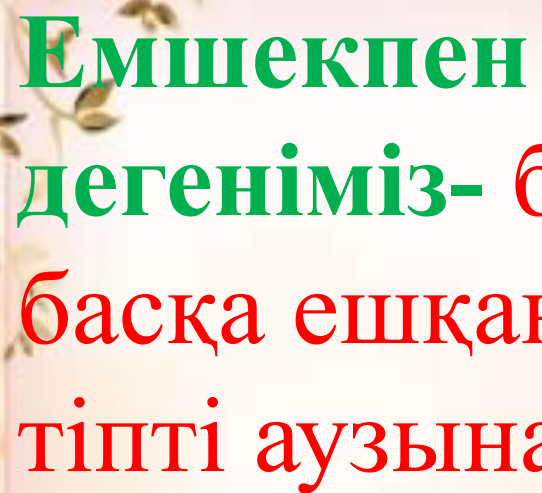
- Емшектің осы бөлігендегі сүт азайып сіңіп кетуі үшін, оған ісікті емшек ұшына қарай жайлап уқалауды көрсетіңіз.
- Оған дем алу мен кең киім кию керектігін ұғындыру
- Анаға ісінген емшекпен баланы жиі емізуге кеңес беріңіз

Мастит (емшек қабынуы)

Егер ағындық жолының бітелуі мен емшектің беріштенуі жазылмаса, емшек тініне инфекция түсуі мүмкін. Емшектің біраз бөлігі қол тигізбей ауырып, қызарып, ісініп кетеді. Дене қызуы көтеріледі.

Өзінде сенімділікті арттыру және қолдау көрсету

1. Нені ойлайтынын, нені сезінетінін қабылдау.
2. Ана мен нәрестенің істерін білу және қолдау көрсету.
3. Тәжірибелі көмек көрсету.
4. Қажетті ақпарат беру.
5. Қарапайым тілді қолдану.
6. Бір-екі тапсырма беру, бірақ бұйрық бермеу.



Емшекпен толық қоректендіру дегеніміз- бала емшек сүтінен басқа ешқандай тағам алмайтын, тіпті аузына бос емізік сорғышты салмайтын жағдай.

Емшекпен жартылай қоректендіру дегеніміз – бала біршама емшек емеді, басқа уақытта жасанды қоспалармен тамақтандырылады.



Барлық аналар сүттерін сауа білуі керек.

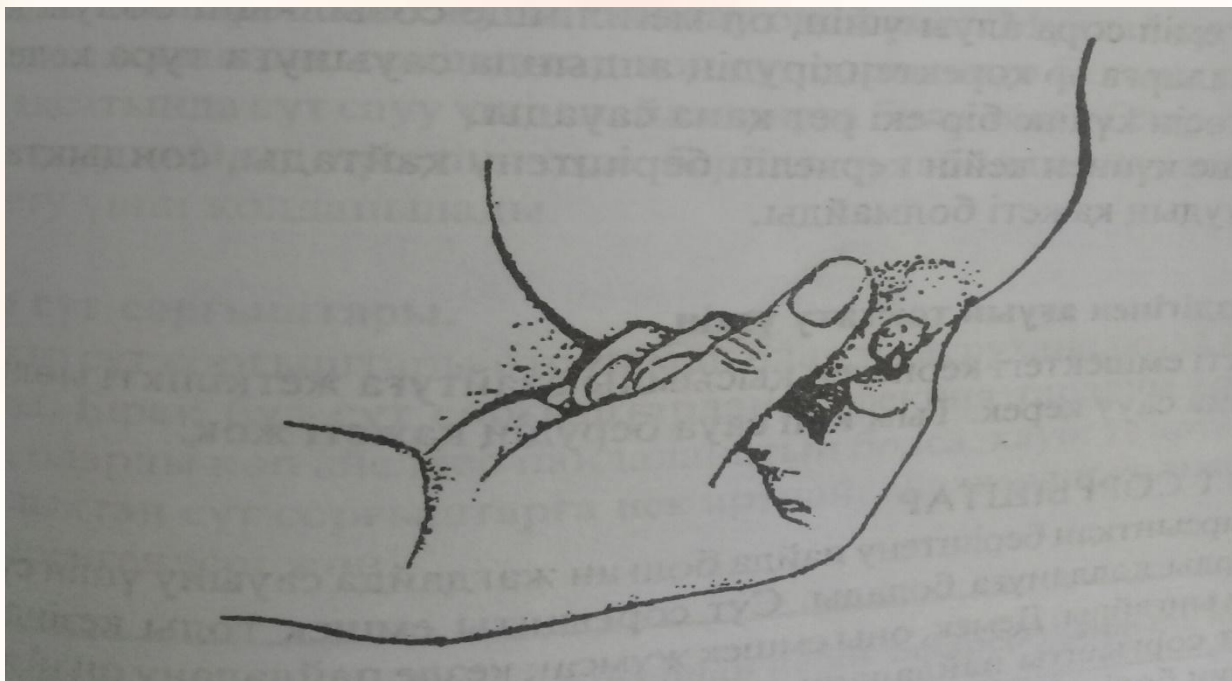
Сүтті сауу мынадай жағдайлар үшін қажет:

- Шала туылған немесе науқас баланы қоректендіру.
- Емшектің кернеліп беріштенуін азайту.
- Сүттің емшентен ағуын азайту.
- Анасы үйден ұзап шықса немесе жұмысқа баратын болса балаға сүт қалдыру.

Емшек сүтін қолмен сауу- ең пайдалы әдіс. Ол ешқандай қосалқы аспаптарды керек етпейтіндіктен, әйел қалаған мезгілде қай жерде болса да сүтті сауа алады.

Анаға қалай сауу керек екендігін түсіндіру:

- Қолын мұқият тазалап жуу
- Қолындағы ыдысты төсіне жақындатып ұстау,ыңғайланып отыру
- Бас бармағын емшек емізігінің шеңберлі аймағының үстіңгі жағына, ал сұқ саусақты оған қарама қарсы,шеңберлі аймақтың астына қойсын.
- Бас бармақ және сұқ саусақты ішке қарай төс бағытында басу керек.



Баланың сүтті жеткілікті мөлшерде алатынын қалай анықтауға болады.

1. Ылғалды жөргекті тексеру

Анадан баланың жөргекті қаншалықты жиі ылғалдандыратынын сұраңыз.

Бала күніне алты немесе одан да көп кіші дәретке отыруы керек және зәрінің түсі түссіз не ақшылсары болуы тиіс.

Егер нәресте тек емшек сүтімен қоректенсе және тәулігіне алты рет кіші дәретке отырса, онда ана сүтінің жеткілікті мөлшерде болғаны.

2. Баланың салмағын тексеру

Дені сау бала ай сайын жартыдан бір килограммға дейін немесе аптасына 125г салмақ қосуы қажет

Қызылорда қалалық перзентхананың
“Емшекпен емізуді қорғау, қолдау және
жандандыру” жөніндегі саясаты.

С А Я С А Т Т Ы Н Е Г І З Д Е У .

Емшекпен емізу.

1.2-жаска дейінгі сәбилердің ең тиімді қорегін қамтамасыз етеді, нәрестенің қалыпты, ақыл-ойы мен физикалық дамуын қамтамасыз етеді.

Иммуналдық жүйенің дамуы мен қалыптасуына ықпалы тиеді, организмнің қорғаныс күштерін жоғарлатады, жұқпалы және аллергиялық аурулардың, рахиттың жиілігін төмендетеді, ананың денсаулығын қорғайды, босанғаннан кейінгі кезеңнің қалаптасуына жағдай жасайды. Омырау мен аналық бездердің ісік ауруларының дамуына кедергі жасайды, босанғаннан кейінгі аменореяны ұзартып, табиғи контрацептив болып табылады:

Бөтелке емізік, сүт қоспаларына деген сұраныстың болмауынан мекеме мен жанұяның шығынын азайтады, сонымен қатар ана мен нәрестенің перзентханада болу уақыты қысқарады, онсызда азайған табиғи ресурстарды шығындамайды және қоршаған ортаны лаस्ताмайды.