# ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ Λάρισα:01/11/2021

# ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

# ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ

# Δ/ΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ

**1-7 Νοεμβρίου 2020, Παγκόσμια εβδομάδα μητρικού θηλασμού με σύνθημα: «Προστατεύουμε τον Θηλασμό – Είναι ευθύνη όλων μας»**

**H Περιφέρεια Θεσσαλίας στηρίζει τον Μητρικό Θηλασμό και διαδικτυακά λόγω της Πανδημίας**

Η Διεθνής κοινότητα καθιέρωσε την Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού μέσα στον Αύγουστο. Στην Ελλάδα η Εβδομάδα αυτή γιορτάζεται κάθε χρόνο 1 με 7 Νοεμβρίου και ξεκίνησε για πρώτη φορά το 1996 .

Το σύνθημα που όρισε για το 2021 είναι **«Προστατεύουμε τον Θηλασμό – Είναι ευθύνη όλων μας».**

Η φετινή Παγκόσμια Εβδομάδα Θηλασμού επικεντρώνεται στην ενημέρωση των ανθρώπων για τη σημασία της προστασίας του θηλασμού ο οποίος συμβάλλει στην Επιβίωση, την Υγεία και τη Ευημερία όλων, καθώς επίσης στην επιτακτική ανάγκη να προστατευτεί Παγκοσμίως.

Στόχοι της φετινής Παγκόσμιας Εβδομάδας Θηλασμού είναι:

Να ενημερώσουμε τους ανθρώπους για τη σημασία της προστασίας του θηλασμού

Να εδραιώσουμε την υποστήριξη θηλασμού ως ζωτικής σημασίας ευθύνη για τη δημόσια υγεία

Να εμπλέξουμε ιδιώτες και οργανισμούς για μεγαλύτερη επιρροή

Να κινητοποιήσουμε για δράσεις σχετικά με την προστασία του θηλασμού για τη βελτίωση της δημόσιας υγείας.

Οι κυβερνήσεις διαδραματίζουν θεμελιώδη ρόλο στην προστασία της υγείας των γυναικών και των παιδιών μέσω της βελτίωσης πολιτικών και προγραμμάτων που υποστηρίζουν και ενισχύουν τον θηλασμό. Ο ΠΟΥ και η UNICEF, έχουν αναπτύξει μια κάρτα βαθμολογίας χωρών το Global Breastfeeding Scorecard η οποία εισήχθη για πρώτη φορά από το Collective το 2017 και έκτοτε ενημερώνεται ετησίως για την παρακολούθηση της προόδου σε επτά πολιτικές δράσεις και στις πρακτικές μητρικού θηλασμού εντός των χωρών, που χρησιμεύουν ως έκκληση στους υπεύθυνους χάραξης πολιτικής σε όλο τον κόσμο ώστε να καταστήσουν την υποστήριξη του μητρικού θηλασμού συλλογική εθνική προτεραιότητα.

Ο Διευθυντής Δημόσιας Υγείας της Περιφέρειας Θεσσαλίας Γεώργιος Ζήγρας και τα στελέχη του Τμήματος Πρόληψης και Προαγωγής της Υγείας, πρωτοστατούν σε δράσεις και πολιτικές στήριξης και προώθησης του μητρικού θηλασμού Πανελλαδικά. Ενόψει της Πανδημίας Covid 19 και για λόγους πρόληψης της υγείας των ιδιαίτερα ευαίσθητων ομάδων πληθυσμού όπως είναι οι έγκυες, τα μαθήματα του Ανώδυνου Τοκετού που πραγματοποιούνται από 17ετίας, με ιδιαίτερη στήριξη στον Μητρικό θηλασμό συνεχίζονται ακόμη διαδικτυακά μέσω Skype. Δίνεται έτσι η δυνατότητα να συμμετάσχουν στην παρακολούθησή τους και στην στήριξη του μητρικού θηλασμού γυναίκες από όλη την Επικράτεια που το επιθυμούν.

Η Μαία και Προϊσταμένη του Τμήματος Πρόληψης και Προαγωγής της Υγείαςκ. Γεωργία Ντέλλα έχοντας ως κινητήριο δύναμη την αγάπη για την μητέρα και το παιδί, εκτός από την γονεϊκή προετοιμασία τόσο για τον τοκετό όσο και για την φροντίδα του βρέφους, βρίσκεται μέσα από την πολυετή εμπειρία της, την συνεχή ενημέρωση για τον μητρικό θηλασμό και με την διαρκή στήριξη του Περιφερειάρχη Θεσσαλίας κ. Αγοραστού, κοντά στις μητέρες που επιθυμούν να θηλάσουν.Στέκεται δίπλα τους στις δυσκολίες που αντιμετωπίζουν κατά τη διάρκεια του θηλασμού, προσαρμόζοντάς τον στις ανάγκες της σύγχρονης μητέρας, ενώ στον ίδιο χώρο μετά την ανακαίνιση του, δημιουργήθηκε δωμάτιο θηλασμούτόσο για τις εργαζόμενες στην Περιφέρεια μητέρες όσο και για το ευρύτερο κοινό, αφού σύμφωνα με την νομοθεσία όλες οι Υπηρεσίες και φορείς θα πρέπει να διαθέτουν ένα ανάλογο χώρο θηλασμού.

Αξίζει να τονίσουμε ότι ο θηλασμός εξυπηρετεί την επιβίωση του ανθρώπινου είδους, ενώ παράλληλα, αποτελεί μια προσαρμοστική περίοδο για το νεογνό από την ενδομήτρια στην εξωμήτρια ζωή. Ο πρώτος θηλασμός συνδέει την ενδομήτρια εμπειρία του εμβρύου με μια εξωμήτρια επανάληψη εμπλουτισμένη με επιπλέον ερεθίσματα. Η εύρεση της θηλής από το νεογέννητο – είτε τη βρει μόνο του, είτε του προσφερθεί- εκλαμβάνεται ως επιτυχία από το ίδιο και δεν θα πρέπει να υποτιμάται η ικανότητά του αυτή. Σε επιστημονικές μελέτες περιγράφεται η εκπληκτική ικανότητα του βρέφους να αναρριχηθεί γυμνό στο γυμνό σώμα της μητέρας του και να αναζητήσει την θηλή της, μόλις λίγα λεπτά μετά την περάτωση του τοκετού. Η προσπάθεια αυτή του νεογνού ενισχύεται από την ικανότητα του να αναγνωρίζει την μυρωδιά της μητέρας του και εγγενώς να επιθυμεί την στενή επαφή μαζί της. Άσχετα με το είδος του τοκετού είτε φυσιολογικός, είτε καισαρική τομή, με τη χρήση επισκληρίδιου ή γενικής αναισθησίας είναι απαραίτητη η επαφή των νεογνικών χειλιών με την θηλή της μητέρας, κατά την πρώτη ώρα μετά τη γέννηση του νεογνού. Ο θηλασμός ως φυσική λειτουργία δεν μπορεί να διέπεται από αυστηρούς κανόνες. Συνεπώς η μητέρα προσφέρει τον μαστό της και το βρέφος θηλάζει στην στάση που τους βολεύουν καλύτερα.

Το μητρικό γάλα είναι διαθέσιμο για όλα τα μωρά ανεξαρτήτως εισοδήματος, γεωγραφικής θέσης, φυλής και θρησκείας. Υπάρχουν μόνιμα οφέλη από τον αποκλειστικό μητρικό θηλασμό του μωρού για έξι μήνες, αρχίζοντας αμέσως μετά τη γέννηση και στη συνέχεια παρέχοντας την κατάλληλη συμπληρωματική διατροφή για δύο τουλάχιστον χρόνια.

Το λογότυπο της Περιφέρειας Θεσσαλίας 2021 αντιπροσωπεύει τη φετινή στόχευση για την υποστήριξη του θηλασμού Η τριάδα των δύο ενηλίκων και ενός βρέφους του λογότυπου Καμπάνιας της WBW/ΠΕΘ για τους Στόχους Αειφόρου Ανάπτυξης (ΣΑΑ) περιβάλλεται από δυο χέρια. Το κόκκινο χέρι στην πάνω πλευρά προσφέρει προστασία ενώ το μπλε χέρι από κάτω παρέχει την υποστήριξη που απαιτείται για να προσεγγίσουμε τον θηλασμό ως ζήτημα της δημόσιας υγείας. Το κόκκινο ημικύκλιο από πάνω δηλώνει την ευρύτερη παγκόσμια κοινότητα. Κι αυτό επειδή η προστασία του θηλασμού είναι ευθύνη όλων μας, οπότε όλοι έχουμε κάποιον ρόλο να παίξουμε. Το κόκκινο είναι το χρώμα της Θεματικής Ενότητας 2 της Καμπάνιας της WBW/ΠΕΘ2030 για τους Στόχους Αειφόρου Ανάπτυξης (ΣΑΑ) η οποία τονίζει τη σύνδεση ανάμεσα στον θηλασμό και την επιβίωση, την υγεία και την ευημερία των γυναικών, των παιδιών και των εθνών.

Σύμφωνα με στοιχεία της Παγκόσμιας Συμμαχίας Δράσης για το Θηλασμό, οι 823.000 θάνατοι παιδιών, οι 20.000 θάνατοι μητέρων και οι οικονομικές απώλειες ύψους 302 δισεκατομμυρίων δολαρίων ετησίως θα μπορούσαν να αποφευχθούν με την έμπρακτη στήριξη του θηλασμού σε ολόκληρο τον πλανήτη. Να σημειωθεί ότι ο υποσιτισμός ευθύνεται για το 45% των θανάτων παιδιών κάτω των πέντε ετών ετησίως.

Μπορούμε όλοι να υποστηρίξουμε αυτή τη διαδικασία, καθώς ο θηλασμός αποτελεί συλλογική προσπάθεια. Για να διευκολύνουμε τον θηλασμό, χρειάζεται όλοι να τον προστατεύσουμε, να τον προωθήσουμε και να τον υποστηρίξουμε.

Πολλές μελέτες δείχνουν ότι η επένδυση στο μητρικό θηλασμό έχει επίσης υψηλή ανταποδοτικότητα στην εθνική υγεία και την εκπαίδευση, όπως για παράδειγμα: την βελτίωση των ποσοστών βρεφικής και παιδικής θνησιμότητας, την βέλτιστη ανάπτυξη του εγκεφάλου, την μακρύτερη φοίτηση στο σχολείο, υψηλότερο δείκτη νοημοσύνης και μεγαλύτερη ικανότητα μάθησης στα θηλάζοντα παιδιά.

Σ**τήριξη στον Μητρικό Θηλασμό γίνεται από το Τμήμα Πρόληψης και Προαγωγής της Υγείας, της Διεύθυνσης Δημόσιας Υγείας Λάρισας: Τηλέφωνο Επικοινωνίας 2413506290**.

****