ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΓΕΝΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ
& ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΛΗΨΗΣ
ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Θηλασμός για ένα Βιώσιμο Ξεκίνημα στη Ζωή: Ενισχύουμε ό,τι δουλεύει
WABA | ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΘΗΛΑΣΜΟΥ 2026

ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ

Ο μητρικός θηλασμός αποτελεί την πλέον φυσική και αποτελεσματική παρέμβαση πρόληψης, καθώς το μητρικό γάλα είναι μια ζωντανή, δυναμική τροφή που προσαρμόζεται απόλυτα στις αναπτυξιακές ανάγκες του βρέφους.



Παρέχει μια ισχυρή ασπίδα προστασίας μέσω πολύτιμων αντισωμάτων που θωρακίζουν το ανοσοποιητικό του σύστημα ενάντια σε λοιμώξεις, αλλεργίες και χρόνια νοσήματα, ενώ παράλληλα συμβάλλει στη βέλτιστη σωματική και ψυχοσυναισθηματική του ανάπτυξη.

Ταυτόχρονα, προσφέρει σημαντικά οφέλη και στην ίδια τη μητέρα, μειώνοντας μακροπρόθεσμα τον κίνδυνο σοβαρών παθήσεων και διευκολύνοντας τη φυσική της αποκατάσταση μετά τον τοκετό.

Ένα υγιές μωρό είναι έτοιμο για τον πρώτο του θηλασμό λίγα λεπτά μετά τον τοκετό. Η πρώιμη επαφή δέρμα με δέρμα, ιδανικά μέσα στην πρώτη ώρα, βοηθά την απελευθέρωση ορμονικών παραγόντων που ενθαρρύνουν το νεογέννητο να βρει το στήθος και να αρχίσει να θηλάζει. Έτσι το μωρό αρχίζει να αναγνωρίζει την μυρωδιά της μητέρας και ξεχωρίζει την μυρωδιά του μητρικού γάλακτος.

ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ:

Το μυστικό για την εδραίωση του μητρικού θηλασμού είναι η σωστή προσκόλληση του μωρού στο στήθος με το σωστό πιάσιμο της θηλής.

Εκείνο που χρειάζεται από την μητέρα είναι: Υπομονή και Επιμονή.

Αναγνωρίζοντας ότι η έναρξη και η εδραίωση του θηλασμού μπορεί να παρουσιάσουν προκλήσεις, η Περιφέρεια Θεσσαλίας στέκεται έμπρακτα δίπλα σε κάθε οικογένεια. Στο Τμήμα Πρόληψης και Προαγωγής Υγείας λειτουργεί ένα ολοκληρωμένο πλαίσιο υποστήριξης με σκοπό την έγκυρη ενημέρωση και την καθοδήγηση των πολιτών, βασισμένο πάντα στις επίσημες συστάσεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας.



Στο πλαίσιο αυτό, διοργανώνονται δωρεάν μαθήματα προγεννητικής προετοιμασίας για μέλλουσες μητέρες, παρέχοντας επιστημονική ενημέρωση για τη διαδικασία του τοκετού, τη φροντίδα του νεογνού και τις τεχνικές του θηλασμού, εξαλείφοντας το άγχος και τις λανθασμένες αντιλήψεις.

Επιπλέον, για την άμεση εξυπηρέτηση των αναγκών των μητέρων, στην Δ/νση Δημόσιας Υγείας έχει διαμορφωθεί ένας άρτια εξοπλισμένος Χώρος Θηλασμού. Πρόκειται για ένα περιβάλλον που εγγυάται την ιδιωτικότητα, την ηρεμία και την ασφάλεια, όπου κάθε μητέρα μπορεί να θηλάσει το παιδί της, να αντλήσει γάλα ή να λάβει εξατομικευμένη συμβουλευτική και υποστήριξη από την Μαία του Τμήματος.

Η προάσπιση του θηλασμού είναι ευθύνη όλων μας και είμαστε εδώ για να την εξασφαλίσουμε και για να ενισχύσουμε την προσπάθειά σας. Γιατί πιστεύουμε ότι ο μητρικός θηλασμός είναι δικαίωμα της μητέρας και του παιδιού.

Τηλέφωνο Επικοινωνίας για στήριξη στον Μητρικό Θηλασμό:
2413506290-192.