

سیمای برنامه کشوری
ترویج تغذیه با شیر مادر در
جمهوری اسلامی ایران
گذشته، حال و آینده



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی
سازمان غذا و دارو
سازمان نظام پزشکی
سازمان مدیریت و برنامه ریزی
سازمان امور پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

عنوان و تهیه‌کننده: سیمای برنامه کشوری ترویج تغذیه با شیر مادر در جمهوری اسلامی ایران / تهیه‌کننده: سال و ساله (آوردنده) وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی معاونت بهداشت، دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس، اداره سلامت کودکان و ترویج تغذیه با شیر مادر / مطالب تهیه شده بر پایه: فوران گرافیک، ۱۳۹۱ / مشخصات ظاهری: ۵۰ ص. شابک: ۹۶۴-۳۰۲-۸۹۰۰-۸۹۰۰ / فهرست نویسی: نیا / عنوان دیگر: گذشته، حال و آینده / موضوع: تغذیه / شیر مادر / موضوع: شیر مادر / موضوع: نوزاد - تغذیه

شناسه افزوده: ایران وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، معاونت بهداشتی شناسه افزوده: ایران وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس / شناسه افزوده: ایران وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، اداره سلامت کودکان ترویج تغذیه با شیر مادر / رده بندی شکار: ۱۳۹۱ ۹۳ RJ2116

رده بندی دیویی: ۶۲۹/۳۳

تاریخ درخواست: ۱۳۹۱/۱۰/۰۲

کد پیگیری: ۳۰۲۵۲۱۱



عنوان کتاب: سیمای برنامه کشوری تغذیه با شیر مادر در جمهوری اسلامی ایران
زیر نظر: وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

ناشر: فوران گرافیک

صفحه آرای: غزال امیری

لیتوگرافی و چاپ: چاپ قدس

سال چاپ: زمستان ۱۳۹۱

نویس: چاپ: اول

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: رایگان

با تشکر از اعضاء محترم کمیته کشوری شیر مادر
که ما را در تنظیم مطالب یاری نمودند:

دکتر ناصر کلاتری،

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

دکتر نادر عزیزی،

مدیر عامل ترویج تغذیه با شیر مادر

دکتر محمد راوی،

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی
و خدمات بهداشتی درمانی اراک

و

همکاران برنامه ترویج تغذیه با شیر مادر:

دکتر شهناز علایی، مریم فریور، نسreen یوسف

تهیه:

دکتر محمد اسماعیل مطلق^۱، دکتر سید حامد برکاتی^۲، سوسن صدوقیان^۳

۱- مدیر کل دفتر سلامت جمعیت خانواده و مجلس استاد دانشگاه علوم پزشکی اهواز، متخصص زنان

۲- رئیس اداره سلامت کودکان

۳- کارشناس مسئول برنامه ترویج تغذیه با شیر مادر

پیشگفتار

مقدمه و اهمیت برنامه

پیشینه برنامه در جهان و ایران

برنامه ترویج تغذیه شیرمادر

اهم عملکرد برنامه

شرح برنامه های موجود و فعالیت ها

وضعیت موجود و روند شاخص های تغذیه با شیرمادر

جهت گیری در آینده و انتظارات از دانشگاه علوم پزشکی کشور

ضمائم:

ضمیمه ۱: ده اقدام تغذیه موفق با شیرمادر در بیمارستان های دوستدار کودک

ضمیمه ۲: کمیته های دانشگاهی، شهرستانی و بیمارستانی تغذیه با شیرمادر

ضمیمه ۳: چگونگی دریافت لوح دوستدار کودک

ضمیمه ۴: قانون ترویج تغذیه با شیرمادر و حمایت از مادران در دوران شیردهی

ضمیمه ۵: دستورالعمل کشوری نحوه فعالیت شرکت های تولید، توزیع و واردکننده شیرمصنوعی و غذای کودک

ضمیمه ۶: هفته جهانی تغذیه با شیرمادر و شعارها از آغاز تا کنون

شیر مادر مانند همه پروردگار عالم به انسان است که به دلیل مزایای بی نظیر و بدون جانشیر آن، همواره ترویج تغذیه با شیرمادر به عنوان راهکار موثر کاهش سرگ و میر کودکان و ارتقاء سلامت آنان از اجزاء مراقبت های بهداشتی کشور محسوب شده است. بر اساس گزارشات جهانی از تمام نوزادان بلافاصله پس از تولد در تماس پوست با پوست با مادران قرار گیرند و به مدت ۶ ماه به طور انحصاری با شیر مادر تغذیه شوند و تغذیه با شیرمادر تا دو سال یا بیشتر همراه با غذاهای کمکی مناسب ادامه یابد. مرگ و میر کودکان زیر ۵ سال در سطح جهان ۲-۱۳٪، صد کاهش خواهد یافت. به علاوه تغذیه با شیرمادر موجب افزایش تکامل شناختی و ارتقای هوش کودکان می شود و در کاهش بیماری های مزمن در آینده نظیر بیماری های قلبی عروقی، دیابت و چاقی که زمینه ساز این بیماری هاست نقش دارد. کودکان تغذیه شده با شیرمادر کمتر دچار بیماری شده و مراجعات کمتر به پزشک و بیمارستان دارند و این به معنی غیبت کمتر مادر از کار و هزینه های کمتر درمانی و بهبود تولید کارایی این جامعه می باشد.

برنامه ترویج تغذیه با شیرمادر که از سال ۱۳۶۵ با همت و حمایت از نهاد ارجمند جناب آقای دکتر مرنندی در وزارت بهداشت آغاز گردید با تغییر و تحولی فرا گرفته است. زمانی به طور مستقل به عنوان مرکز کشوری شیر مادر و همکار سازمان جهانی بهداشت فعالیت نموده و زمانی به طور ادغام یافته با مراقبت های سلامت کودکان اجرا شده است. با این حال همواره از اولویت های دفتر سلامت خانواده بوده است که با توجه به اهداف نیازمند آن است که تغذیه با شیرمادر به عنوان مسئولیتی اجتماعی و همگانی تلقی گردد. جمعیت هدف مستقیم برای ارائه خدمات در این برنامه، کودکان زیر ۲ سال.

مادران باردار و شیرده هستند که در سطح مراکز بهداشتی درمانی، خانه های بهداشت و بیمارستان ها خدمات سلامت را دریافت می کنند. کارکنان بهداشتی درمانی ارائه دهنده مراقبت های مادر و کودک (اعم از پزشکان عمومی، متخصصین کودکان، زنان و پزشکی اجتماعی، پزشکان خانواده، ماماها و پرستاران بخش های نوزادان و کودکان، کارشناسان بهداشت و تغذیه، کارکنان بهداشت خانواده و بهورزان، مخاطب و گروه هدف برنامه های آموزش هستند. کلیه خانواده ها مخاطب آموزش های همگانی هستند که باید این آموزش ها را از طریق رسانه ها و اجرای بسیج های عمومی و جلسات آموزشی در مراکز ارائه خدمات سلامت دریافت نمایند. گروه های خاص (کارکنان خانم ادارات و سازمانها، مدرسان و کارکنان مهدهای کودک، دانش آموزان و رابطین بهداشتی...) نیز باید تحت آموزش های لازم قرار گیرند. گسترش گروه هدف و ماهیت چند بخشی این برنامه مانند تمام برنامه های بهداشتی نیازمند مشارکت جامعه بوده و تعامل و هماهنگی های گسترده درون و برون بخشی را می طلبد.

خوشبختانه طی سال های اخیر تلاش بی دریغ اعضای محترم کمیته کشوری شیر مادر و همکاری انجمن ترویج تغذیه با شیر مادر و انجمن علمی شیر مادر بهره مند بوده ایم که جا دارد از زحمات ایشان صمیمانه قدردانی نمایم. از همکاران برنامه شیرمادر در اداره سلامت کودکان، مسئولین و کارکنان دانشگاه های علوم پزشکی کشور به ویژه همکاران بهداشت خانواده و کارشناسان شیرمادر، حوزه بهداشت و درمان استان ها و شهرستان ها و نیز کارکنان واحدهای بهداشتی و بیمارستان ها که خدمات را به طور مستقیم به مادران و شیرخواران ارائه می نمایند، سپاسگزاری نموده برای یکایک آنان آرزوی موفقیت و تندرستی می نمایم.

امید است که تلاش همه مورد قبول حق تعالی، رضایت مردم و منجر به ارتقای سلامت مادران و کودکان کشورمان گردد.

دکتر محمد اسماعیل مطلق

مدیرکل سلامت جمعیت، خانواده و مدارس

نریبای زندگی و اساس رشد جسمی و روانی هر کودک وابسته به وقایعی است که در سال های اول عمر وی رخ می دهد. دو سال اول زندگی برای ارتقای رشد و تکامل مطلوب و تأمین سلامت انسان، دوره ای کلیدی و حیاتی است. زیرا در این دوره تأخیر رشد، بیماری های شایع کودکی و کمبود ریز مغذی ها می توانند اثراتی پایدار و غیر قابل جبران در سال های بعد برجای گذارند. سوء تغذیه در این دوره سبب ابتلاء به بیماری ها و افزایش احتمال مرگ و میر می شود. تأخیر در تکامل ذهنی و حرکتی می شود و در دراز مدت نیز با نقص عملکرد دسی و روانی جسمی، اختلال در بازده باروری و سلامت دوره نوجوانی و بزرگسالی همراه می شود. روش های نامناسب تغذیه دوران شیرخوارگی از علل مستقیم و عمده سوء تغذیه در طول سال اول زندگی است که زمینه ساز ۴۹ درصد مرگ کودکان زیر پنج سال و همچنین ابتلای کودکان به بیماری های عفونی و تشدید آن ها می شود.

تغذیه مناسب در ماه ها و سال های اولیه عمر در سلامت و تکامل و سلامت نقشی حیاتی دارد. تغذیه با شیرمادر بخش غیر قابل انکار فرایند باروری است که در تأمین و ارتقای سلامت مادران نیز مؤثر است. شیرمادر حاوی مواد مغذی اساسی مورد نیاز شیرخوار و آنتی بادی های لازم برای مقابله با عفونت هاست. تغذیه با شیرمادر یکی از استراتژی های مهم کاهش مرگ و میر کودکان و نیز یک استراتژی مهم برای تأمین امنیت غذایی کودکان زیر دو سال در شرایط طبیعی و بحران ها قلمداد می شود.

شروع تغذیه با شیرمادر ظرف ساعت اول تولد، تغذیه انحصاری با شیر مادر در ۶ ماه اول و تداوم شیردهی به مدت دو سال یا بیشتر، به عنوان روش بی نظیر تغذیه و پرورش شیرخواران در هر موقعیت و منطقه از جهان است که سلامت جسم و روان مادر و

کودک، خانواده و جامعه را ارتقاء می دهد. تغذیه با شیرمادر در پیشگیری از بیماری های عفونی ادراری، گوارشی و تنفسی، مننژیت، سپتی سمی، آسم و آلرژی، بدخیمی ها، دیابت، ام اس، ایدز و کرون و پیتیک اولسر، سوءتغذیه و چاقی مؤثر است. شیرمادر با میزان مطلوب تر کالری و پروتئین، پیشگیری از دیابت وابسته به انسولین و فشارخون کمتر و کاهش وزن اضافی با پیشگیری از بیماری های قلبی ارتباط دارد. تغذیه انحصاری با شیر مادر در ۳ ماه اول ۳۶ درصد خطر ابتلاء به دیابت وابسته به انسولین را در طول عمر فرد کاهش می دهد. کودکان که به مدت ۶ ماه به طور انحصاری با شیرمادر تغذیه شده اند، ۴۳ درصد احتمال چاقی آنال کمتر شده و کودکانی که بیش از یک سال با شیرمادر تغذیه شده اند تا ۷۲ درصد خطر چاقی آنها کاهش یافته است. این اثرات در نوجوانی و بزرگسالی نیز باقی می ماند. به علاوه تغذیه با شیرمادر به افزایش ضریب هوشی کودکان کمک کرده و موجب تحکیم پیوند عاطفی مادر و کودک گردیده و در تکامل روانی اجتماعی کودک در آینده نقش دارد و یکی از ارکان اساسی را تشکیل می دهد. با توجه به مزایای بی شمار تغذیه با شیر مادر، سازمان جهانی بهداشت (یونیسف در چند دهه اخیر نهضت جهانی ترویج تغذیه با شیر مادر را راه اندازی نمودند.