

愿做“清障部队”为母乳喂养护航

记烟台毓璜顶医院妇产科李桂芹和她的护理团队

本报记者 孙淑玉 通讯员 李成修 王婧

提到产科,很多人会不由想到新生儿顺利降生的喜悦,却鲜有人知道为了给宝宝吃到健康的母乳,医护人员经常要和产妇“打游击”,甚至为鼓励妈妈们还经常得自备礼物。

母乳太清淡、奶粉可以替代母乳、母乳喂养会影响身材等,这些误区正成为母乳喂养的“拦路虎”。在毓璜顶医院妇产科李桂芹副主任护师和她的团队很大程度上就是“清障部队”,为倡导回归自然哺乳不断推陈出新,给妈妈们吃下更多“定心丸”。

在世界第25个国际母乳喂养周到来之际,李桂芹呼吁更多产妇能坚持母乳喂养,给孩子最佳的黄金食粮。

为鼓励母乳喂养,医护人员常自备礼物

今年26岁的李女士半年前喜得千金,体重7斤的小女儿一降生就给家里带来了无尽的欢笑。但由于是头胎,没有经验,李女士一直害怕乳头疼,不愿主动给女儿喂奶。

婆婆一见此景,担心宝贝孙女饿坏,就趁医护人员不注意偷偷给孩子喂奶粉。一来二去,宝宝习惯了奶嘴,再也不愿意吃母乳了,这又让人犯了难。

李女士告诉记者,生产之前参加孕妇课堂的学习时,她深知母乳喂养的好处,但总担心孩子吃不饱,所以便和医护人员打起了“游击”。

同样是新妈妈,陈女士则因担心奶量少,没能力给孩子哺乳错过了让孩子早吸吮的时机,导致奶量不足而无法顺利进行母乳喂养。

“母乳是宝宝最理想的食物,母乳喂养是给宝宝最好的礼物。”毓璜顶医院妇产科李桂芹副主任护师介绍说,母乳喂养能为宝宝提供全面的营养物质,促进宝宝生长发育,对促进宝宝胃肠道和神经系统的发育有着重要作用。

研究数据表明,宝宝可以从母乳中获得丰富的蛋白质、脂肪、各种维生素和微量元素,以满足宝宝生长需要。“母乳中所含的分泌型免疫球蛋白A像油漆一样涂满了婴儿的胃肠道黏膜,从而防止细菌、病毒的侵袭,还可以防止引起过敏反应物质的侵入。”李桂芹说,不仅如此,母乳喂养还有利于母子之间的感情交流及婴儿情感发育及安全感的养成,百利而无一害。

“有时候我们只能用一些笨方法,鼓励妈妈们坚持母乳喂养。”随着二孩政策全面放开,产妇数量激增,各家医院产科都面临着挑战。无法随时随地关注新妈妈是否坚持母乳喂养,毓璜顶医院产科二病区护士长董梅会事先准备好鲜花等小礼物,送给生产的新妈妈,鼓励她们进行母乳喂养,给孩子更好的保护。

母乳喂养误区多,部分新妈妈存疑

2013年中国居民营养与健康状况监测的结果显示仅有26.4%的婴儿在出生后一小时内接受了母乳喂养。此外,6个月以下儿童的纯母乳喂养率仅为28%。李桂芹称,母乳喂养知识的缺乏、一些认识上的误区及不懂解决母乳喂养中的问题、困难和家人的无序干扰是母乳喂养路上的“拦路虎”。

不少产妇担心乳汁分泌不足,而选择给孩子添加奶粉。“新生儿出生第一天,胃容量仅为5-7ml。”李桂芹说,刚出生的几天里,宝宝吃很少量母乳足够维持营养,随着婴儿日龄的增加,母亲分泌的乳量也会逐渐增加,完全不必担心宝宝营养不足。如果实在有需要,医生会单独开处方添加奶粉。如果随意添加配方奶,特别是奶瓶喂养,产生乳头错觉,母亲乳房得不到婴儿足够的吮吸刺激,乳汁分泌就会受到影响。

爱美的王小姐担心母乳喂养会导致乳房下垂,迟迟不敢下定决心坚持母乳喂养,临产的她一直很纠结。“母乳喂养不仅不会使身材走样,还有助于恢复体型,减少乳腺炎和卵巢癌的发生。”李桂芹告诉记者,孕期做好乳房保健和护理,改善乳房韧性,配合做好扩胸运动和穿戴合适的文胸,可有效地避免乳房下垂。

“母乳的最大特点是最适合自己的孩子,其成分变化与量和孩子发育同步。”通过检测婴儿体重了解其营养状况多年,李桂芹称母乳的营养成分足任何配方奶粉都无法替代的。4-6个月之前,母乳完全可满足孩子的成长需要,6个月之后,为满足婴儿不断增长的营养需要,可以适当增加营养补充和安全的辅食食品。

此外,对于职场妈妈来说,哺乳时间有限也是母乳喂养中很大的困难,为宝宝储存足够的“口粮”成了她们的“必修课”。对此,李桂芹支招:妈妈们一定要学会正确的挤奶方法,通过挤奶或借助吸奶器,将乳汁放入储奶袋中,标明时间放入冰箱保存,宝宝就能随时有奶吃,当然应注意储存和加热方式。

母乳喂养,需全家齐上阵

每天不管多忙,以李桂芹



李桂芹正在为护士做示范。 本报记者 吕奇 摄

为首,产科一、二、三病区、产房和孕妇学校护士长张燕、董梅、于丽丽、孙美珍、孟君等为主的产科团队都坚持为新生儿母亲和家属普及母乳喂养的必须性和注意方法。但在母乳喂养的倡导和坚持方面,仅有医护人员的努力是不够的,不少家属受传统思维影响迟迟不肯改变,这让李桂芹很无奈。

“母乳喂养那么多好处,为什么就不能坚持呢?”常在产科巡视,看着做不到母乳喂养的家庭,性格爽直的李桂芹忍不住对自己生气,“要做的还有很多,希望有更多人能参与倡导和普及”。

一位患有乙肝的母亲生产5个月,仍被家人限制,没法和孩子接触,任凭医护人员怎么解释,孩子的奶奶仍担心会有传染。产妇的心酸和无奈,李桂芹看在眼里,疼在心里。“这些情况本可以避免,母婴同室才能增进母子感情。”李桂芹说,除乙肝大三阳患者哺乳受限,产后肝功能正常、HBV-DNA阴性,孩子注射过乙肝免疫球蛋白和乙肝疫苗的情况下,如果婴儿口腔、咽喉等处无破损和溃疡是可以选择进行母乳喂养的。

“当然,母乳喂养仅有产后的努力是不够的。”李桂芹说,产前孕妈妈就应注意运气乳房按摩和乳头矫正及护理,产后

“早接触、早吸吮、早开奶”注意母亲的情绪和营养这样才能保证母乳充足,此外家人的鼓励、支持和陪伴也必不可少。只有全家人都行动起来,给予母亲足够的支持和鼓励,新妈妈才有可能有充足的信心和动力坚持母乳喂养。

愿更多人加入母乳喂养

检查产科病区以及核查流程、对疫苗保存进行追踪,不时到病房查看婴儿情况,从事妇产科工作多年,李桂芹和她的团队从不敢有一丝松懈。孩子是家庭的希望,李桂芹总想尽力为孩子们做到最好。

监督产科保安人员逐一核对婴儿和母亲的住院腕带,并一一核实住院检查单据及出院证明。在产房巡视时不忘仔细查看新生儿疫苗的储存和疾病筛查情况,更多时候李桂芹会到病房和新生儿家属沟通,叮嘱一些注意事项。这些看似琐碎的细节,在李桂芹眼里却是必不可少的大事。

1983年参加工作,先后历经内科各专业、icu、保健科、神经外科、妇产科等临床护理及护理管理工作,李桂芹坦言自己还是最挚爱妇幼,从事母乳喂养的倡导和推广以来,她更是充满了动力。

“我也是母亲,更能感同身

受。”李桂芹说,如今的医疗技术日新月异,产科的发展和20年以前相比发生了质的变化,这就要求产妇和医护人员跟上时代的步伐,不断提高孕产知识,给孩子更多保障。

针对我国母乳喂养率低的现状,李桂芹做了以《围产期护理干预对产妇母乳喂养自我效能影响的效果评价》为主要研究方向的立项课题。以期通过贯穿产前-产后-产褥期,从规范门诊就诊流程,科学系统的孕妇学校授课,到住院期间多途径、个性化的母乳喂养护理干预环环相扣,保证母乳喂养切实可行的落实,提升纯母乳喂养率。

20世纪90年代以来,在世界卫生组织和联合国儿童基金会的倡导下,我国创建了7300多所爱婴医院,1994年毓璜顶医院被评为爱婴医院。近年来,在医护人员的共同努力下,毓璜顶医院在提高纯母乳喂养率,逐步降低非医学指征剖宫产率,规范产科、儿科服务强化质量安全,促进自然分娩、保障母婴健康方面取得了可喜的成绩。

“但未来我们要努力的地方还有很多,希望更多人能理解并加入到母乳喂养推广的队伍中来。”李桂芹说,她和她的团队愿做“清障部队”,为母乳喂养和婴儿的健康成长护航,也希望有更多家属和热心人士能加入进来。

个人简介

李桂芹,女,本科毕业,副主任护师,1983年参加工作,先后从事内科各专业、icu、保健科、神经外科、妇产科等临床护理及护理管理工作。曾发表国家、省级学术论文10余篇,SCI1篇,主编专著1部,专利2项,负责山东省医药卫生科技项目计划课题1项,承担省级继续教育项目负责人1项。

任山东省护理学会神经内外科护理专业委员会委员,首届山东省疼痛护理专业委员会委员,烟台市护理学会妇儿专业委员会副主任委员。曾多次被授予烟台市卫生局嘉奖、先进工作者,烟台市护理学会授予优质服务先进个人荣誉称号。

