ایلام سلامت
سال ۶، شماره۶۴ ،مرداد ماه ۹۴

اخبار تصویری

تقدیر از دکتر رمضانی پزشک نمونه
طرح تحول نظام سلامت در روز پزشک

تقدیر از پزشکان نمونه استان در روز پزشک

تقدیر از پزشکان نمونه استان در روز پزشک

کارگروه سلامت اربعین حسینی در مهران با حضور مسئولان استانی

تقدیر از شرکت های دارویی برتر در استان

تقدیر از خدمات دکتر صوفی نیا
رئیس بیمارستان شهید مصطفی خمینی ایلام

نشست شورای فرهنگی در دانشگاه

سلامت جسمی و عاطفی، ارمغان شیر مادر به کودک

کارشناس برنامه شیر مادر مرکز بهداشت استان ایلام گفت: تماس زودهنگام مادر و نوزاد بلافاصله بعد از زایمان موجب ثبات فیزیولوژیک، برقراری پیوند عاطفی مادر و نوزاد و پیشگیری از مرگ‌ومیر نوزادان را در پی دارد.

به گزارش خبرنگار وب دا، زینب صدوقی به تأکید تعالیم دین مبین اسلام و بیان اهمیت تغذیه با شیر مادر در آیات و روایات متعدد و نیز در سیره معصومین (ع) اشاره و اظهار کرد: شیر مادر مائده‌ای الهی برای نوزاد و شیرخوار انسان است که به دلیل مزایای فراوان آن، به‌عنوان یک استراتژی مؤثر در کاهش مرگ‌ومیر کودکان و ارتقای سلامت آنان شناخته‌شده است.

کارشناس برنامه شیر مادر مرکز بهداشت استان ادامه داد: هر چه تعداد بیشتری کودک از شیر مادر بهره‌مند شوند میزان ابتلای آنان به بیماری‌های دوران کودکی و بیماری‌های مزمن دوران بزرگ‌سالی کمتر خواهد شد و بسیاری از خدمات و هزینه‌هایی را که وزارت بهداشت در حال حاضر متحمل آن است کاهش می‌دهد و دسترسی به هدف برخورداری از یک جامعه سالم از نظر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی با سهولت و تداوم بیشتری فراهم می کند.

صدوقی با بیان اینکه تغذیه با شیر مادر باید از همان لحظات اول پس از تولد و در اتاق زایمان شروع شود، خاطرنشان کرد: تماس زودهنگام مادر و نوزاد بلافاصله بعد از زایمان بر موفقیت تغذیه با شیر مادر مؤثر بوده و موجب ثبات فیزیولوژیک و متابولیک نوزاد، بهره‌مندی از منافع آغوز، برقراری پیوند عاطفی مادر و نوزاد و تضمین سلامت کودک و نهایتاً پیشگیری از مرگ‌ومیر نوزادان می‌شود.

وی افزود: مکیدن بیشتر نوزاد نارس در تماس با مادر و استنشاق بوی شیر مادر و همچنین ادامه تماس و تغذیه خودبه‌خود نوزاد در ساعت اول، برقراری مهارت تغذیه از پستان همگی می‌توانند نقش مثبت در تغذیه نوزاد نارس داشته باشند بدین‌صورت اگر اولین تغذیه از پستان زود شروع شود تولید شیر در روزهای اول افزایش‌یافته، مکونیوم زودتر دفع می‌شود و طول مدت تغذیه از پستان نیز افزایش می‌یابد.

وی هدف برنامه کشوری تغذیه با شیر مادر را افزایش تغذیه انحصاری با شیر مادر در ۶ ماه اول و افزایش تعداد کودکانی عنوان کرد که همراه با غذاهای کمکی سالم و کافی به تغذیه با شیر مادر تا دوسالگی ادامه می‌دهند، تصریح کرد: برای فراهم شدن زمینه لازم جهت شروع و تداوم موفقیت‌آمیز تغذیه با شیر مادر، مادران باردار باید در دوران بارداری آمادگی لازم را کسب نمایند این مهم در هنگام زایمان از طریق تماس پوست با پوست در لحظات اولیه پس از تولد تداوم‌یافته و پس از ترخیص در منزل توسط اطرافیان مادر بخصوص همسر وی به‌عنوان اولین و مؤثرترین فرد حامی، تکمیل می‌شود.

صدوقی با اشاره به شعار امسال سازمان بهداشت جهانی مبنی بر حمایت از مادران شاغل برای تغذیه با شیر مادر و پرورش کودک، یادآوری کرد: این شعار سه محور اجرا و اصلاح قانون ترویج تغذیه با شیر مادر، محیط کار دوستدار مادر و کودک، تسهیلات اختصاصی دوشیدن و ذخیره کردن شیر مادر را برای اجرای فعالیت‌ها طی سال تعیین کرده است.

وی اضافه کرد: رویکرد شعار امسال برنامه‌ریزی لازم جهت استفاده از فرصت‌های موجود در راستای ترویج تغذیه با شیر مادر و حمایت از مادران شاغل باهدف افزایش سطح سلامت مادران، کودکان و کاهش مرگ‌ومیر کودکان می‌باشد.

کارشناس برنامه شیر مادر مرکز بهداشت در مورد دلایل کلی برای ترویج تغذیه با شیر مادر گفت: شیر مادر جان بیش از یک و نیم میلیون شیرخوار را در سال نجات می‌دهد و همچنین میلیون‌ها شیرخوار را از ابتلا به بیماری‌های شایع قابل‌پیشگیری نظیر اسهال، عفونت تنفسی و عفونت گوش حفاظت می‌کند و علاوه بر آن امنیت غذایی شیرخواران را در ۶ ماه اول عمرشان فراهم نموده و منبع مهم تغذیه برای کودکان، حداقل در دو سال اول زندگی می‌باشد.

صدوقی با تأکید بر اینکه تغذیه با شیر مادر باعث ارتقای روابط عاطفی مادر و شیرخوار می‌شود، ادامه داد: پرورش و تکامل احساسات و روابط خویشاوندی مطلوب، کاهش مرگ‌ومیر مادران ناشی از خونریزی پس از زایمان، کاهش ابتلای زنان به سرطان‌های پستان، رحم، تخمدان و پوکی استخوان، توانایی و تصدیق حق زنان برای شیردهی و اهمیت مشارکت آنان در جامعه ازجمله پیامدهای تغذیه با شیر مادر است.

وی افزود: تغذیه با شیر مادر موجب می‌شود مخارج تغذیه مصنوعی صرف سایر هزینه‌های ضروری خانواده شود. سبب کاهش هزینه‌های پزشکی برای پیشگیری و درمان بیماری‌ها و آلرژی‌ها شود. آلودگی هوا، آب و زمین ناشی از تولید، انتقال و تدارک شیرهای مصنوعی شیرخواران و ظروف یک‌بارمصرف و بسته‌بندی آن‌ها را کاهش می‌دهد و همچنین زنان را به آموختن مهارت‌های تغذیه با شیر مادر قادر می‌سازد که می‌تواند به‌عنوان الگوهای مثبت از نسلی به نسل دیگر منتقل شود.

برگزاری کارگاه آموزشی ترویج تغذیه با شیر مادربه مناسبت هفته جهانی شیر مادر در شهرستان ایوان

کارگاه آموزشی ترویج تغذیه با شیر مادربه مناسبت هفته جهانی شیر مادر، در شهرستان ایوان به همت واحد بهداشت خانواده و روابط عمومی شبکه بهداشت و درمان این شهرستان برگزار شد.

به گزارش خبرنگار وب دا، در ابتدای این کارگاه آموزشی کارشناس مسئول واحد بهداشت خانواده شبکه بهداشت و درمان شهرستان ایوان اظهار داشت: شیر مادر غذایی ایده آل برای کودک است و توازن صحیحی از مواد غذایی را برای نیازهای او فراهم می کند.

سودابه پاشایی ادامه داد: شیر مادر به عنوان برترین شیر از نظر ترکیب و مقدار مواد غذایی می باشد و علاوه بر آن با اثرهای عاطفی و روانی فراوان و حاوی فاکتورها و مواد مصونیت بخش کودک را در مسیر رشد قرار می دهد.

وی در بخش دیگری از سخنان خود به اقدامات انجام شده درهفته جهانی شیرمادر در شبکه بهداشت و درمان این شهرستان اشاره نمود و بیان داشت: به مناسبت گرامی داشت هفته تغذیه با شیر مادر در این شبکه فعالیتهایی شامل مکاتبه بابیمارستان امام رضا(ع) به منظور تداوم شروع تغذیه باشیرمادردرساعات اولیه تولد، مکاتبه باسراکزبهداشتی درمانی شهرستان ایوان جهت برگزاری کلاس های آموزشی درمراکزوخانه های بهداشت برای مادران ،پدران وخانواده

باهدف حمایت ازمادران شیرده، توزیع پمفلت آموزشی درزمینه راهنمای تغذیه باشیرمادر در مراکز و خانه های بهداشت توسط کارشناس برنامه شیرمادر در شبکه، درج شعاررایج هفته جهانی شیرمادردرسربرگ مکاتبات اداری شبکه بهداشتی و برپایی غرفه مشاوره وکمپین آموزشی مادران باموضوع تغذیه باشیرمادردر مرکزبهداشتی درمانی شماره جهت مادران باردارو شیرده تحت پوشش مراکزشماره ۱ و۲شهری بوده است.

کارشناس مسئول واحد بهداشت خانواده شبکه بهداشت و درمان شهرستان ایوان ادامه داد: همچنین مکاتبه با دفترامام جمعه محترم شهرستان وار سال مطالب آموزشی درخصوص تغذیه باشیرمادر به منظورارائه سخنرانی در محافل مذهبی توسط امام جمعه وائمه جماعت و مبلغین، برگزاری کمپین آموزشی در رابطه با تغذیه با شیر مادر جهت مددجویان واجد شرایط کمیته امداد امام خمینی(ره)و بهزیستی شهرستان،نظارت براماکن توزیع شیرمصنوعی(داروخانه ها) درسطح شهرستان درخصوص عدم درمعرض دیدبودن شیرمصنوعی و سایرتسلیغ کننده آن درطی این هفته توسط مسئول امورداروپی و کارشناس برنامه شیرمادر، چاپ۶ عدد بنر با موضوع مرتبط این هفته و نصب در مراکزبهداشتی درمانی و پایگاه شهری و برگزاری جلسه برون بخشی باحضورنمایندگان ادارات جهت پیگیری وضعیت اجرای ماده ۴قانون ترویج تغذیه باشیرمادروحمایت ازمادران شاغل دردوره شیردهی در ستاد شبکه از دیگر اقداماتی بوده است که به مناسبت هفته جهانی شیر مادر در شبکه بهداشت و درمان شهرستان ایوان انجام شده است.

شیر دادن مادر به کودک ، یک ارزش است

کاردان بهداشت خانواده مرکز بهداشت شهرستان ایلام گفت: بر اساس رهنمود های اسلامی ، شیر دادن مادر به کودک ، یک ارزش است و مادر شیرده اجر مجاهد در راه خدا را دارد.

به گزارش خبرنگار وب دا، بهناز چشفر در خصوص اهمیت شیرمادر و دهم تا شانزدهم مرداد ماه هفته جهانی تغذیه با شیر مادر عنوان کرد: خداوند با خلقت بشر از زمان بستن نطفهٔ او در رحم مادر همواره او را از موهبت‌های بی پایان خویش بهره مند نموده که از جمله این نعمت های خداوند می توان به شیر مادر اشاره کرد.سیستم تولید و جاری شدن شیر در بدن مادر و تطابق آن با نیاز نوزاد آنقدر حساب شده است که نوزاد به آن انس گرفته و علاوه بر تغذیه موجبات محبت مادر و فرزند را افزایش می دهد.

وی ادامه داد: شیر مادر سرشار از مواد مغذی و دارای انواع ویتامین هاست که بهتر از هر غذایی رشد و بالندگی فرزند را تضمین می کند و بدین لحاظ مناسب ترین تغذیه در رشد کودک به شمار می آید لذا در این مقاله به دلایل استفاده از شیر مادر و مزایای آن برای کودک و نیز مادر اشاره میشود. و اهمیت موضوع از این جهت است که کودکی که در دوران اولیهٔ زندگی خود تغذیهٔ مناسب داشته باشد به رشد و پرورش جسمانی کامل دست می یابد.

کاردان بهداشت خانواده مرکز بهداشت شهرستان ایلام در ادامه به جایگاه شیر مادر در اسلام اشاره کرد و گفت: شیر مادر به عنوان کامل ترین و سالم ترین غذا برای کدک ، رشد جسمی و نیز پرورش عاطفی و روحی نوزاد را به بهترین شکل فراهم می کند . لذا به همین منظور دین اسلام از این امر مهم غافل نبوده و همواره برای آن احکام و توصیه های مفصلی بیان شده است.

وی خاطر نشان کرد: اطلاعات علمی امروزه نشان می دهد که تغییر ترکیبات شیر مادر از هنگام ولادت کودک تا پایان دوران شیرهی با نیازهای ویژه غذایی و ایمونولوژیک کودک تناسب دارد، چنان که در نخستین روزهای پس از زایمان ، آغوز با ترکیب متراکمی از فاکتورهای ایمنی بخش (مانند :گلبول های سفید ، ایمونوگلبولین و آنتی بادی ها همراه با فاکتور آنتی تربیسین که مانع تجزیه آنها می شود) ترشح می گردد و در حقیقت نوعی مصونیت را در حساس ترین و آسیب پذیرترین دوره ی زندگی کودک فراهم می کند .

چشفر یادآوری نمود: شیر مادر به عنوان نمونه ای آشکار از لطف و عنایت پروردگار نسبت به انسان و جلوه ای از حکمت بالغه الهی در قالب مناجات ، ادعیه و رهنمود های بهداشتی ، حقوقی ،اجتماعی معصومین (ع) مطرح گردیده است .

این کلام رسا از حضرت رسول اکرم (ص) که فرمودند:لیس للطفلی لبن خیر من لبن امه یعنی برای کودک هیچ شیری بهتر از شیر مادرش نیست ، کامل ترین بیان در اهمیت تغذیه ی کودک با شیر مادر در بر دارد که می توان بر اساس یافته های علمی روز به تفسیر علمی این کلام مبادرت ورزید.

وی با بیان اینکه کودکان با توجه به ساختار ضعیف و آسیب پذیرشان باید ضمن حفظ و حراست از آنان در مقابل همه ی مخاطرات ، توجه ویژه ای به نوع تغذیه ی آنان داشت، افزود: در علم پزشکی ثابت شده است که شیر دادن طبیعی اهمیت قابل ملاحظه و فایده ای بزرگ جهت سلامتی کودک و مادر شیرده از لحاظ روحی ، جسمی و پیشگیری از امراض می باشد ، که پژوهش های علمی جدید نیز این حقیقت را اثبات کرده است .

این کاردان بهداشت خانواده تاکید داشت: شیر مادر حاوی تمام مواد غذایی اساسی و مطلوب برای رشد کودک ، متناسب با سن ، وزن ، توانایی هضم و مکیدن آن می باشد . این شیر نه تنها روزانه بلکه در هر باعث بر حسب نیاز و خواست کودک قابل تغییر می باشد .