

طرح دوره شماره ۱ (۲۰ ساعته)

# طرح دوره آموزشی ترویج تغذیه با شیر مادر برای کارکنان بهداشتی و درمانی (۲۰ ساعته)

دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس - اداره سلامت کودکان

۱۳۹۷

عنوان: طرح دوره ترویج تغذیه با شیر مادر برای کارکنان بهداشتی (۲۰ ساعته)

### معرفی دوره:

سالیان متمادی است که بر نقش شیرمادر در پیشگیری از عفونت‌ها بویژه عفونت‌های گوارشی و تنفسی، بیماریهای دوران کودکی و کاهش مرگ و میر کودکان تاکید شده است، اما محققان امروزه نقش تغذیه با شیرمادر را برای محافظت افراد در برابر بیماری‌های قلبی عروقی، دیابت، چاقی و اضافه وزن، سرطانها، دود سیگار و حتی اوتیسم مطرح می‌کنند. اهمیت موضوع موجب شده است که برنامه حفظ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر همچنان در بین اهداف توسعه پایدار قرار گیرد.

هدف کلی برنامه ترویج تغذیه با شیر مادر، ارتقا سطح سلامت، رشد و تغذیه کودکان از طریق تغذیه شیرخواران با شیرمادر است. حفظ، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر به منظور ارائه مراقبت‌های استاندارد تغذیه با شیرمادر، آموزش مادران و حل مشکلات شیردهی و ارجاع در موارد لزوم انجام می‌شود. افزایش قابلیت و توانایی رده‌های مختلف کارکنان بهداشتی درمانی نقش مهمی در دستیابی به این هدف دارد.

در این راستا همه کارکنان بهداشتی درمانی رده میانی و کارکنان بیمارستان‌های دوستدار کودک موظف به گذراندن دوره ۲۰ ساعته تغذیه با شیر مادر بوده و پزشکان و متخصصین هم ملزم به گذراندن دوره آموزشی ۳۶ ساعته تغذیه با شیر هستند.

### هدف کلی:

ارتقای دانش، نگرش کارکنان بهداشتی و درمانی در خصوص ترویج تغذیه با شیر مادر

### اهداف:

فراگیر باید در پایان دوره بتوانند

۱. اهمیت تغذیه با شیر مادر برای شیرخواران را بیان کند.
۲. تاثیر تغذیه با شیر مادر بر سلامت کودک و بزرگسال را بیان کند.
۳. اهمیت شروع زود هنگام تغذیه با شیر مادر را توضیح دهد.
۴. اصول انجام مشاوره شیردهی با مادر را بداند.
۵. آناتومی، فیزیولوژی و اندوکرینولوژی شیردهی را توضیح دهد.
۶. انواع روش‌های صحیح درآغوش گرفتن و شیردادن به شیرخوار را روی مولاژ نشان دهد.
۷. اصول دوشیدن شیر با دست و ذخیره آن را بداند.
۸. نقش اکسی توسین در جهش شیر و ترشح پرولاکتین را بیان کند.
۹. شیر پسین و پیشین را به درستی تعریف کند.
۱۰. تفاوت تغذیه از پستان و تغذیه با بطری را توضیح دهد.
۱۱. معیار وزن گیری شیرخوار سالم با تغذیه انحصاری با شیر مادر را بیان کند.
۱۲. طول مدت تغذیه انحصاری با شیر مادر و نحوه شروع تغذیه تکمیلی را بیان کند.
۱۳. مشکلات احتمالی شیردهی مربوط به مادر را نام ببرد.
۱۴. مادران نیازمند مشاوره تخصصی را شناسایی و ارجاع دهد.

زمان بندی: ۲۰ ساعت شامل ۱۴ ساعت تئوری و ۶ ساعت عملی

توجه: این دوره طی سه روز برگزار می شود.

### ویژگیهای شرکت کنندگان:

این دوره برای کلیه کارکنان شاغل در بخش های مرتبط بیمارستان های دوستدار کودک و مراکز بهداشتی درمانی برگزار می شود.

### گروه های هدف:

ماما و مراقبین سلامت، کارکنان بیمارستان شاغل در بخش های اطفال، نوزادان و مراقبت ویژه نوزادان و اطفال

### فضا و تجهیزات مورد نیاز:

۱. فضای آموزشی مناسب برای ۲۰ نفر

۲. بسته آموزشی مشاوره شیردهی

### ارزشیابی مدرسین:

فرم ارزیابی مدرسین بر اساس استاندارد آموزش مداوم

### ارزشیابی فراگیران:

برگزاری آزمون کتبی

### انتظارات از فراگیران:

ترویج تغذیه با شیر مادر با راهنمایی و حمایت مادران جهت شیردهی

### منابع آموزشی:

۱. راهنمای تغذیه با شیر مادر برای پزشکان/ غیر پزشک

۲. فیلم های آموزشی مرتبط