**بسمه تعالی**

**" (16-10) مرداد ماه هفته گرامیداشت برنامه ترویج تغذیه با شیرمادر"**

**شعارامسال هفته جهانی شیر مادر سازمان بهداشت جهانی:**

**حمایت از مادران شاغل برای تغذیه با شیر مادر و پرورش کودک**

**تغذیه با شیر مادر در تعالیم دین مبین اسلام همواره مورد تاکید قرار گرفته ودر آیات وروایات متعدد ونیز در سیره معصومین (ع) به اهمیت آن اشاره شده است.شیر مادر مائده ای است الهی برای نوزاد وشیر خوار انسان که به دلیل مزایای فراوان آن ، به عنوان یک استراتژی موثر در کاهش مرگ ومیر کودکان و ارتقای سلامت آنان شناخته شده است .بدیهی است هرچه تعداد بیشتری از کودکان عزیز کشورمان از شیر مادر بهره مند شوند میزان ابتلای آنان به بیماریهای دوران کودکی وبیماریهای مزمن دوران بزرگسالی کمتر شده و بسیاری از خدمات و هزینه هایی را که وزارت بهداشت در حال حاضر متحمل آن است کاهش می یابد و دسترسی به هدف بر خورداری از یک جامعه سالم از نظر سلامت جسمی ، روانی و اجتماعی با سهولت وتداوم بیشتری فراهم می گردد.**

**تغذیه با شیر مادر باید از همان لحظات اول پس از تولد ودر اتاق زایمان شروع شود ، تماس بلا فاصله بعد از زایمان بین مادر و نوزاد بر موفقیت تغذیه با شیر مادر موثر بوده وموجب ثبات فیزیولوزیک و متابولیک نوزاد ، بهره مندی از منافع آغوز ، بر قراری پیوند عاطفی مادر و نوزاد ، وتضمین سلامت کودک و نهایتا پیشگیری از مرگ ومیر نوزادان می گردد. تماس بلا فاصله بعد از زایمان بین مادر و نوزاد بر اولین تغذیه ، تغذیه موثر پستانی و طول مدت تغذیه از پستان موثر است.در مورد نوزادان نارس نیز این امر صادق است زیرا مکیدن بیشتر نوزاد نارسی که در تماس با مادر است و بوی شیر مادر را استنشاق می کند ادامه تماس و تغذیه خودبخود نوزاد در ساعت اول، برقراری مهارت تغذیه از پستان همگی می توانند نقش مثبت در تغذیه نوزاد نارس داشته باشند. اگر اولین تغذیه از پستان زود شروع شود تولید شیر در روزهای اول افزایش یافته ، مکونیوم زودتر دفع شده ،طول مدت تغذیه از پستان نیز افزایش می یابد.**

**هدف برنامه کشوری تغذیه با شیر مادر ، افزایش تغذیه انحصاری با شیر مادر در 6 ماه اول و افزایش تعداد کودکانی است که همراه با غذاهای کمکی سالم و کافی ، به تغذیه با شیر مادر تا دو سالگی ادامه میدهند.**

**برای فراهم شدن زمینه لازم جهت شروع وتداوم موفقیت آمیز تغذیه با شیرمادر، 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 تداوم یافته وپس از ترخیص در منزل توسط اطرافیان مادر بخصوص همسر وی بعنوان اولین ومؤثرترین فرد حامی، تکمیل می گردد.**

**شعار امسال سازمان بهداشت جهانی"حمایت از مادران شاغل برای تغذیه با شیر مادر و پرورش کودک "است وذیل این شعار سه محور برای اجرای فعالیتهای طی سال تعیین شده است تا حول این موارد برنامه ریزی شود.**

**الف: اجرا و اصلاح قانون ترویج تغذیه با شیر مادر**

**ب: محیط کار دوستدار مادر و کودک**

**ج:تسهیلات اختصاصی دوشیدن و ذخیره کردن شیر مادر**

**رویکرد شعار سالجاری برنامه ریزی لازم جهت استفاده از فرصتهای موجود در راستای ترویج تغذیه با شیر مادر و حمایت از مادران شاغل باهدف افزایش سطح سلامت مادران و کودکان و کاهش مرگ و میرکودکان می باشد.**

**به امید اینکه هیچ شیر خواری از شیر بی بدیل مادر محروم نگردد**

**گروه سلامت جمعیت وخانواده استان ایلام**