2 წლამდე ასაკის ბავშვთა კვება

სასწავლო კურსის ხანგრძლივობა: 12 ასტრონომიული საათი

სასწავლო გეგმა

დღე 1 - ძუძუთი კვების პრინციპები, პრომოცია და მხარდაჭერა - 6 სთ

დრო	**თემის დასახელება**
15 წთ	ტრეინინგის გახსნა, მონაწილეთა წარმოდგენა
30 წთ	პრე-ტესტი
30 წთ	საკითხის აქტუალობა/2 წლამდე ასაკის ბავშვთა კვებასთან დაკავშირებული სიტუაცია საქართველოსა და მსოფლიოში და გლობალური მიზნები 2 წლამდე ასაკის ბავშვთა კვების განახლებული გაიდლაინის, პირველადი ჯანდაცვისა და სამშობიაროს პროტოკოლების წარდგენა, დოკუმენტების ზოგადი მიმოხილვა
30 წთ	2 წლამდე ასაკის ბავშვთა კვებაში გამოყენებული ტერმინოლოგია, დეფინიციები, სინონიმები ძუძუთი კვების წახალისება, მხარდაჭერა და პრომოცია - ძირითადი საკითხები
30 წთ	ძუძუთი კვების და დედის რძის ფიზიოლოგიური საფუძვლები: სარგებელი ჩვილისთვის და დედისთვის ხელოვნურ კვებასთან დაკავშირებული რისკები
15 წთ	შესვენება
30 წთ	ძუძუთი კვების და დედის რძის ფიზიოლოგიური საფუძვლები, რძის პროდუქციისა და გამოყოფის რეგულაცია, დედის რძის შემადგენლობა
30 წთ	ჰოსპიტალური პოლიტიკა და გარემო, წარმატებული ძუძუთი კვების 10 საფეხური ანტენატალურ პერიოდში ძუძუთი კვების საკითხებთან დაკავშირებით ქალის კონსულტირების მნიშვნელობა
30 წთ	მხარდაჭერა ძუძუთი კვების ინიცირებისა და ჩამოყალიბების მიზნით მშობიარობის შემდეგ და სამშობიაროში ყოფნის პერიოდში. პირველი ძუძუთი კვება, კანი-კანთან კონტაქტი, დედა-შვილის ერთად ყოფნა 24 საათი
30 წთ	მშობიარობის შემდგომი გართულებების თავიდან აცილება: უეცარი მოულოდნელი პოსტნატალური კოლაფსი, დედისთვის დანიშნული მედიკამენტები

	ძუძუთი კვების ტექნიკა: სწორი პოზიცია და მოჭიდება ლაქტაციის ჩამოყალიბებაზე მოქმედი ფაქტორები
30 წთ	შესვენება
30 წთ	დედის რძის სუპლემენტაციის ჩვენება და სუპლემენტაციის განხორციელების წესი ძუძუთი კვებაზე დაბრუნების ხელშეწყობა
30 წთ	ჩვილის კვების ეფექტურობის შეფასება: წონის ნამატი, შარდვა, ნაწლავების მოქმედება, ქცევის თავისებურება
30 წთ	მეძუძური ქალის კვება, დიეტის ზემოქმედება ქალის რძის ხარისხზე
30 წთ	ძუძუთი კვებასთან დაკავშირებული გავრცელებული პრობლემები, მათი პრევენცია და მინიმალიზაცია: დვრილების პრობლემები, მკერდის გაჯირჯვება

დღე 2 - სარძევე ჯირკვლის ანთებითი დაავადებები, ძუძუთი კვების ხელშეწყობა სამშობიაროდან გამოწერის შემდეგ, დამატებითი კვება, ჯანსაღი კვების პრინციპების დამკვიდრება 2 წლამდე ასაკში - 6 სთ

დრო	**თემის დასახელება**
15 წთ	ტრეინინგის გახსნა, წინა დღის საკითხების მოკლე შეჯამება
30 წთ	სარძევე ჯირკვლის ანთებითი დაავადებები - მასტიტი, პრევენცია და მართვა
15 წთ	გალაქტოგოგები - მოკლე მიმოხილვა, რძის პროდუქციის სტიმულირების მიზნით გამოყენებასთან დაკავშირებული მტკიცებულებები
30 წთ	სამშობიაროდან გაწერა და ძუძუთ კვების ხელშეწყობა სამშობიაროდან გაწერის შემდეგ
30 წთ	დედის პოსტნატალური დეპრესია, ზემოქმედება ძუძუთ კვებაზე, შეფასება და მართვა
15 წთ	შესვენება
30 წთ	ძუძუთი კვებაზე მოქმედი ჩვილთან დაკავშირებული ფაქტორები: მტირალა ჩვილი, გასტრო-ეზოფაგური რეფლუქსი, ორო-ფარინგეალური დისფაგია, დედის რძესთან დაკავშირებული სიყვითლე
1 სთ	ძუძუთი კვების აბსოლუტური და შედარებითი უკუჩვენებები, ჩვილის კვება ძუძუთი სპეციფიკურ სიტუაციებში
30 წთ	კონტრაცეფცია და ძუძუთი კვება
30 წთ	შესვენება
30 წთ	რძის გამოწველა, გამოწველილი რძის შენახვა, ხელოვნური საკვები ფორმულა

30 წთ	დამატებითი კვება, დამატებითი კვების დაწყების ოპტიმალური ვადა, დამატებითი საკვების ტიპები
30 წთ	ჩვილის დამატებითი კვების სახელმძღვანელო, საკვები და სასმელი, რომელიც არ არის რეკომენდებული წლამდე ასაკში, გემოვნების და საკვების არჩევის თვისებების განვითარება
30 წთ	მინერალების და ვიტამინების დამატებასთან დაკავშირებული რეკომენდაციები, ვეგეტარიანულ ან ვეგანურ დიეტაზე მყოფი დედისა და ჩვილის კვების რეკომენდაციები
30წთ	შეფასება პოსტ-ტესტი

სასწავლო მოდულის მიზანია:

2 წლამდე ასაკის ბავშვთა ოპტიმალური კვების პრინციპების დანერგვა ჯანდაცვის პირველად და მეორეულ დონეზე

კურსის ამოცანებია:

სამედიცინო პერსონალის უნარ-ჩვევების გაუმჯობესება შემდეგ საკითხებში:

→ 2 წლამდე ასაკის ბავშვის კვების შესახებ მშობლის/მზრუნველის კონსულტირება;
→ 2 წლამდე ასაკის ბავშვთა კვებასთან დაკავშირებული პრობლემების იდენტიფიცირება და შესაბამისი სამოქმედო გეგმის შემუშავება

მოდული მოიცავს შემდეგ საკითხებს:

- საკითხის აქტუალობა/2 წლამდე ასაკის ბავშვთა კვებასთან დაკავშირებული სიტუაცია საქართველოსა და მსოფლიოში და გლობალური მიზნები
- 2 წლამდე ასაკის ბავშვთა კვების განახლებული გაიდლაინის, პირველადი ჯანდაცვისა და სამშობიაროს პროტოკოლების წარდგენა, დოკუმენტების ზოგადი მიმოხილვა
- ძუძუთი კვების წახალისება, მხარდაჭერა და პრომოცია - ძირითადი საკითხები
- ძუძუთი კვების და დედის რძის ფიზიოლოგიური საფუძვლები: სარგებელი ჩვილისთვის და დედისთვის
- ხელოვნურ კვებასთან დაკავშირებული რისკები
- ძუძუთი კვებასთან დაკავშირებული გავრცელებული პრობლემები, მათი პრევენცია, მინიმალიზაცია და მართვა
- ძუძუთი კვების ეფექტური მართვის მოდელის ამოქმედების მიზნით, პირველადი ჯანდაცვის მიმწოდებლებსა და სამშობიარო სახლებს შორის ეფექტური თანამშრომლობის ჩამოყალიბება;
- დამატებითი კვების დაწყების ოპტიმალური ვადები, დამატებითი საკვების რეკომენდებული სახეობები, ნაადრევ და დაგვიანებულ დაწყებასთან დაკავშირებული რისკები.

- ყველა მონაწილე მხარის, ასევე, ორგანიზაციის შიგნით, გუნდის წევრების როლების დემონსტრირება და პასუხისმგებლობების სათანადოდ გადანაწილება, ბავშვის ოპტიმალური კვების პრინციპების ხელშეწყობის მიზნით
- მშობლების ინფორმირებულობის ამაღლება და პაციენტის საგანმანათლებლო აქტივობების შემუშავება, 2 წლამდე ასაკში ჯანსაღი კვები პრინციპების დამკვიდრების მიზნით.

მოსალოდნელი შედეგები

სასწავლო პროგრამის დასრულების შემდეგ მსმენელი:

(ა) გაიღრმავებს თეორიულ ცოდნას:

1. 2 წლამდე ასაკის ბავშვთა რაციონალური კვების საკითხებზე;
2. ძუძუთი კვების ხელშეწყობისა და 6 თვემდე ასაკში ექსკლუზიური ძუძუთი კვების მნიშვნელობაზე;
3. 6 თვის შემდეგ ბავშვისთვის დამატებითი საკვების დაწყებისა და საკვებად მრავალფეროვანი პროდუქტების გამოყენების შესახებ;
4. ძუძუთი კვების დროს გავრცელებული პრობლემების მართვაზე;
5. კვებასთან დაკავშირებული ვიტამინებისა და მიერალების დეფიციტურ მდგომარეობებსა და მათი მართვის მეთოდებზე.

(ბ) შესძლებს

- ჩაუტაროს მეძუძურ დედას კონსულტირება ძუძუთი კვების მნიშვნელობასა და ლაქტაციის შენარჩუნების საკითხებზე
- შეაფასოს ძუძუთი კვების ეფექტურობა, პოზიცია, მოჭიდება და გაუწიოს დახმარება დედას ეფექტური ლაქტაციის ჩამოყალიბებასა და შენარჩუნებაში
- დაეხმაროს დედას ძუძუთი კვებასთან დაკავშირებული გავრცელებული პრობლემების მართვაში, როგორიცაა ბრტყელი და ჩაბრუნებული დვრილები, მასტიტი, გაჯირჯვება და სხვა
- გაუწიოს მშობლებს კონსულტირება დამატებითი კვების დაწყების ვადასა და დამატებით საკვებად გამოყენებული პროდუქტების შესახებ
- მიაწოდოს მშობლებს რეკომენდაციები საკვები პროდქუტების შესახებ, რომელთა გამოყენებაც რეკომენდებულია 6 თვის შემდეგ მოსალდნელი დეფიციტების შევსების მიზნით
- გაუწიოს მშობლებს კონსულტირება სხვადასხვა ვიტამინებისა და მინერალების დამატების შესახებ საჭიროების შემთხვევაში

- გააცნობიეროს საკუთარი კომპეტენცია და განახორციელოს დედის და/ან ბავშვის სწორი და დროული რეფერალი შესაბამის სპეციალისტთან.
- ჩამოაყალიბოს პროდუქტიული, პროფესიონალური და ეფექტური თანამშრომლობა ბავშვთა კვების საკითხებზე მომუშავე სხვადასხვა სპეციალისტებსა და ორგანიზაციებთან;
- გააცნობიეროს გუნდის თითოეული წევრის და საკუთარი განსხვავებული როლი, რაც დაეხმარება 2 წლამდე ასაკის ბავშვთა ოპტიმალური კვების პრინციპების ეფექტურ იმპლემენტაციაში.
- ხელი შეუწყოს მშობლების აქტიურ ჩართულობას 2 წლამდე ასაკის ბავშვთა ოპტიმალური კვების პრინციპების განხორციელებასა და დანერგვაში.

(გ) შეიცვლება მსმენელების დამოკიდებულება

- 2 წლამდე ასაკის ბავშვთა კვების პრაქტიკის მიმართ, მშობლებთან კომუნიკაციის, პირველადი და მეორეული ჯანდაცვის პროფესიონალებს შორის კოორდინაციის მნიშვნელობის გაცნობიერების შედეგად.
- მშობლების როლზე 2 წლამდე ასაკის ბავშვთა ოპტიმალური კვების პრინციპების განხორციელებაში.