

ΕΙΔΟΣ ΤΟΚΕΤΟΥ ΚΑΙ ΘΗΛΑΣΜΟΣ

ΠΑΠΑΚΗ ΙΩΑΝΝΑ
ΜΑΙΑ, MSc

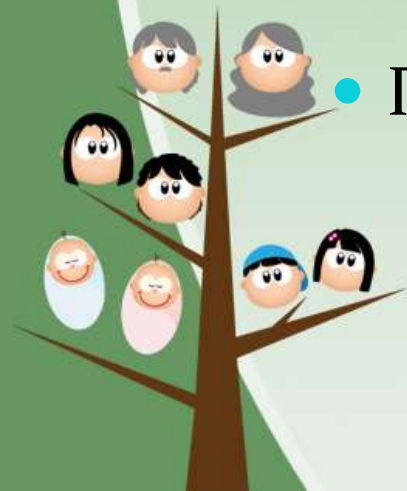
ΠΕΔΥ-ΚΥ ΕΧΙΝΟΥ

ΑΝΤΙΠΡΟΕΔΡΟΣ ΓΧΣ
Επιχ. Κέντρου Βαρκελώνης



ΘΗΛΑΣΜΟΣ-ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ

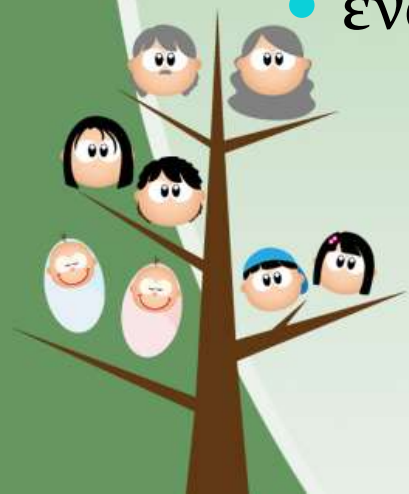
- ΝΕΟΓΝΟ (θηλαστικές κινήσεις, κατάποση, αναπνοή)
- ΜΗΤΕΡΑ (ικανότητα, θέληση)
- ΕΙΔΟΣ ΤΟΚΕΤΟΥ (πρακτικές, διάρκεια αναισθησία)
- ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ (υποστήριξη)



ΠΩΣ Ο ΤΟΚΕΤΟΣ ΕΠΙΔΡΑ ΣΤΟ ΘΗΛΑΣΜΟ

Ιδανικός τρόπος τοκετού

- πλάνο τοκετού,
- εκτέλεση φυσικού τοκετού σε άνετο και ασφαλές περιβάλλον,
- έναρξη θηλασμού ως φυσική συνέχεια



ΕΝΕΡΓΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΜΗΤΕΡΑΣ

- Στην επιλογή του είδους τοκετού
- Στην έκβαση και πορεία του τοκετού και θηλασμού
- Στη λήψη αποφάσεων κατά την εξέλιξη όταν χρειαστεί



ΠΡΑΓΟΝΤΕΣ ΠΟΥ ΣΥΜΒΑΛΟΥΝ ΣΤΗΝ ΕΝΕΡΓΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ

- Ενημέρωση πριν από τον τοκετό
- Πληροφορίες για τις πρακτικές της ομάδας διεξαγωγής τοκετού
- Επιλογή χώρου τοκετού (Μαιευτήριο δημόσιο/ιδιωτικό, Κέντρο Τοκετού, Σπίτι)
- Πολιτική Θηλασμού στο χώρο επιλογής τοκετού
- Πρακτικές κατά την έναρξη ή σε περίπτωση που είναι αναγκαίες παρεμβάσεις κατά τη διάρκεια τοκετού
- Ασφάλεια σε αναγκαία περίπτωση κατά τη διεξαγωγή τοκετού στο σπίτι

ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΟΚΕΤΟΥ


- Δύσκολος τοκετός/Πρόωρος τοκετός
- Χρήση φαρμάκων
- Χρήση αναισθησίας
- Πρακτικές ρουτίνας (αποχή από τροφή και νερό, χρήση υποκλυσμού, ενδοφλέβια χορήγηση υγρών)



ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΟΚΕΤΟΥ

- ΜΕΤΑ-ΑΝΑΛΥΣΗ (11 τυχαίες δοκιμές):

Όταν υπάρχει συνεχής υποστήριξη κυρίως ψυχολογική κατά τη διάρκεια του τοκετού, μειώνεται αισθητά η διάρκεια του τοκετού όπως και η χρήση παυσίπων, ο παρεμβατικός τοκετός και σε πολλές περιπτώσεις η ΚΤ.



6 εβδομάδες μετά από ένα τοκετό με υποστήριξη της γυναίκας, 51% των γυναικών θήλαζαν έναντι 29% εκείνων που δεν είχαν υποστήριξη στην ομάδα ελέγχου.

ΠΡΟΚΛΗΣΗ ΤΟΚΕΤΟΥ

Ιατρογενείς αιτίες

- Προεκλαμψία, Α/Υ, Διαβήτης Κύησης, Καρδιοπάθεια, Αιμορραγία
- Υπολειπόμενη ανάπτυξη εμβρύου
- Ρήξη Αμνιακών υμένων
- Παράταση Κύησης
- Χοριοαμνιονίτιδα

Πρακτικές ρουτίνας

ΠΟΥ: Πρόκληση τοκετών
(<10% συνολικού αριθμού)

ΠΑΠΑΚΗ "ΜΙΛΕΝΑ ΡΟΥΖΚΟΒΑ 2017"



ΣΥΝΗΘΕΙΣ ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ και ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ

- Παρεμβάσεις στον τράχηλο

Μπορεί να προκαλέσει ρήξη αμνιακών υμένων

- Ρήξη αμνιακών υμένων

Συνδυασμός με ωκυτοκίνη: επιβάρυνση περινέου

- Χρήση συνθετικής προσταγλανδίνης/ωκυτοκίνης

Προσταγλανδίνη μπορεί να προκαλέσει αλλοίωση παλμών, να οδηγήσει σε χρήση ωκυτοκίνης, υποβοηθούμενο τοκετό ή ΚΤ

Ωκυτοκίνη: αλλοίωση παλμών, έντονες συσπάσεις που οδηγεί σε υποβοηθούμενο τοκετό ή ΚΤ, οίδημα μαστών, αναστάτωση ορμονών

Παρακολουθήση με καρδιοτοκογράφο

Ακινήσια, καθυστέρηση εξέλιξης τοκετού,

υπερεκτίμηση αρνητικής ένδειξης



ΕΠΕΜΒΑΤΙΚΟΣ... ΤΟΚΕΤΟΣ

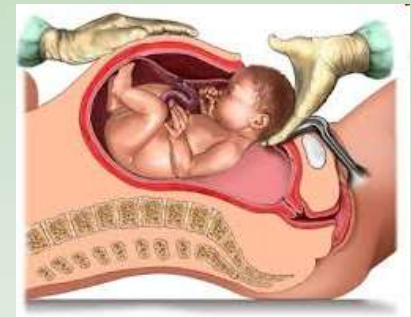
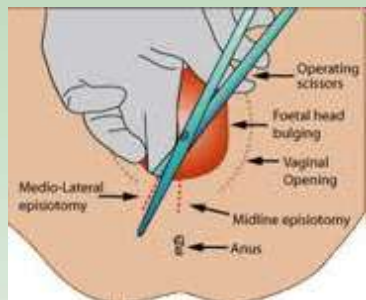
- Εμβρυουλκία (συμπίεση στο κεφάλι, μώλωπες, τραυματισμός νεύρων: απόκλιση και ασυμμετρία στην κάτω γνάθο, χαμηλή δυναμική θηλαστικών κινήσεων)
- Σικυουλκία (προβλήματα θηλασμού 2 πρώτες εβδομάδες, πόνος και δυσκαμψία στο κεφάλι και αυχένα)
- Επισιοτομή (πόνος στο περίνεο)
- Καισαρική τομή (παρατεταμένη ανάρρωση, αποχωρισμός, αναστολή έκκρισης ορμονών στη μητέρα και το νεογνό, απογοήτευση και αίσθημα αποτυχίας-αναστολή έκκρισης ωκυτοκίνης, χρήση αναισθητικών και παυσίπονων-υπνηλία στο νεογνό)

ΠΟΥ: ΚΤ στο 10-15% των τοκετών





ADAM



ΧΡΗΣΗ ΦΑΡΜΑΚΩΝ

- Ηρεμιστικά (διαζεπάμη):

Μειωμένη ικανότητα θηλαστικών κινήσεων και μυϊκού τόνου

- Ναρκωτικά (πεθιδίνη):

Προκαλεί ναυτία, έμετο και πτώση ΑΠ στη μητέρα. Χορήγηση φαρμάκων για τη ναυτία προκαλούν ζάλη και υπνηλία στη μητέρα.

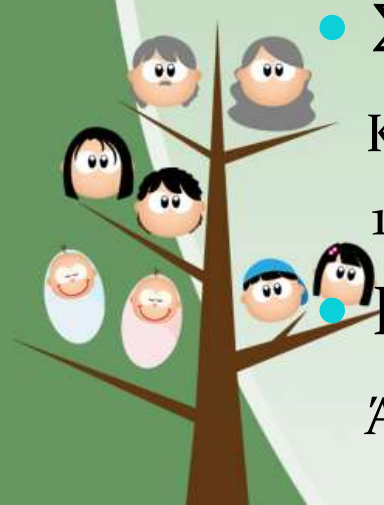
Στο νεογνό επηρεάζουν την ικανότητα να κάνει θηλαστικές κινήσεις, κατάποση και συντονισμό αναπνοής που διαρκεί ώρες ή και εβδομάδες μετά τον τοκετό.

- Στεροειδή (βηταμεθαζόνη):

Καθυστέρηση στο στάδιο γαλουχίας II, μειωμένη παραγωγή
1^η εβδομάδα

- Εισπνεόμενα αναλγητικά (υπεροξειδίο του αζώτου):

Άμεση και βραχυχρόνια δράση χωρίς παρενέργειες



ΧΡΗΣΗ ΦΑΡΜΑΚΩΝ

- Επισκληρίδιος αναισθησία

Πυρετός στη μητέρα, πτώση ΑΠ, καθυστέρηση στην έκκριση ωκυτοκίνης, συχνή χρήση Σικύας ή ΚΤ. Η χρήση παυσίπων μειώνουν τη μεταφορά φυσικών ενδορφινών στο νεογνό προκαλώντας δυσφορία και κλάμα, με επίπτωση και στις συναισθηματικές διεργασίες. Σε μεγάλη διάρκεια χρήσης προκαλείται οίδημα μαστών και επιπέδωση θηλής.

- Ραχιαία αναισθησία

Παρενέργειες παρόμοιες με την επισκληρίδιο, μπορεί να προκληθεί απότομη πτώση της ΑΠ. Συχνοί κεφαλόπονοι μητέρας που επηρεάζουν στην ενασχόληση με το μωρό και οδηγούν σε χρήση παυσίπων και παραμονή στο κρεβάτι.

- Γενική αναισθησία:

Ναυτία και έμετος στη μητέρα, προβλήματα αναπνοής στο νεογνό. Ενδοχρησιμοποιείται για καθυστέρηση στην έναρξη θηλασμού

ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΣΤΟ ΘΗΛΑΣΜΟ ΑΠΟ ΧΡΗΣΗ ΦΑΡΜΑΚΩΝ

- Αν καθυστερήσει η τοποθέτηση στο στήθος το αντανακλαστικό του θηλασμού μπορεί να μην είναι τόσο δυνατό στις επόμενες 36 ώρες
- Νεογνό και μητέρα μπορεί να έχουν υπνηλία ή μειωμένη εγρήγορση προκαλώντας καθυστερήσεις
- Ικανότητα του νεογνού για θηλαστικές κινήσεις, κατάποση και ρύθμιση αναπνοής μπορεί να είναι μειωμένη
- Η χρήση φαρμάκων όσο πιο κοντά γίνεται στην εκτέλεση του τοκετού τόσο παραμένουν σε μεγάλες συγκεντρώσεις στον οργανισμό του μωρού

ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΡΟΥΤΙΝΑΣ ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΤΟΚΕΤΟ

- Δέρμα με δέρμα επαφή?
- APGAR SCORE
- Αναρρόφηση
- Πλύσιμο, ζύγισμα
- Θάλαμοι νεογνών
- Χρήση πιπίλας
- Χορήγηση συμπληρωμάτων (υποκατάστατο μητρικού γάλακτος, γλυκόζη, νερό)
- Αιματολογικά τεστ, βιταμίνη Κ, εμβόλια



ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΜΕΤΑ ΤΟΝ ΤΟΚΕΤΟ

- Προκλήσεις που οφείλονται στον τοκετό-εμπειρία, πρακτικές (δυσφορία-θυμός-εξάντληση-κούραση)
- Από την πλευρά της μητέρας-πόνος: υιοθέτηση θέσης που ανακουφίζει, χορήγηση παυσίπονων
- Από την πλευρά του μωρού-υπνηλία-αδυναμία-ανωριμότητα: δέρμα με δέρμα επαφή)



ΔΕΡΜΑ ΜΕ ΔΕΡΜΑ ΕΠΑΦΗ

- Συναισθηματικός δεσμός
- Θερμορύθμιση
- Εξομάλυνση αναπνευστικής λειτουργίας
- Οπτική επαφή-όσφρηση
- Ηρεμία
- Επίτευξη θηλασμού



ΜΕΛΕΤΕΣ

ΗΠΑ:

- ΦΤ, Δέρμα με δέρμα επαφή 42% (Νοτιοανατολικά 28%, Περιοχές Ειρηνικού 63%)
- ΚΤ, Δέρμα με δέρμα επαφή 32% (Νοτιοανατολικά 24%, Περιοχές Ειρηνικού 44%)

CDC 2009

- Τα μωρά που τους δόθηκε η ευκαιρία να έρθουν σε επαφή δέρμα με δέρμα με την μητέρα τους είχαν 2 φορές περισσότερες πιθανότητες να θηλάσουν αποκλειστικά στην ηλικία των 3 και 6 μηνών.

Moore, Anderson et al. 2012

ΜΕΛΕΤΕΣ

ΕΛΛΑΔΑ:

- Συχνότητα αποκλειστικού θηλασμού σε μωρά που ξεκίνησαν το θηλασμό μέσα στην πρώτη ώρα τον 1ο μήνα ήταν 31% έναντι 17% εκείνων που ξεκίνησαν αργότερα. Τον 3ο μήνα η συχνότητα θηλασμού ήταν 53% έναντι 35% και τον 6ο μήνα 31% έναντι 19%.

Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού 2007

- 16% των νεογνικών θανάτων θα μπορούσαν να είχαν αποφευχθεί αν τα νεογνά θηλάσουν από την πρώτη ώρα και 22% αν καταφέρουν μέσα στην πρώτη μέρα.

ΠΟΥ



ΜΕΛΕΤΕΣ

- Μωρά γυναικών που έκαναν προγραμματισμένη επαναλαμβανόμενη ΚΤ και είχαν επαφή δέρμα με δέρμα στο χώρο ανάνηψης μισή ώρα μετά τον τοκετό, είχαν καλύτερη θερμοκρασία από εκείνα που δεν είχαν την ευκαιρία αυτή.

Nolan – Lawrence, 2010

- Όλα τα μωρά ανεξάρτητα από το βάρος γέννησης, την ηλικία κύησης, κατάσταση μετά τον τοκετό και συνθήκες τοκετού να έχουν την υποστήριξη για επαφή δέρμα με δέρμα.

ΠΟΥ 2003



Rooming in

- Το μωρό είναι ήρεμο και κλαίει πολύ λιγότερο επομένως δεν σπαταλά ενέργεια
- Η μητέρα ξεκουράζεται περισσότερο
- Διευκολύνεται ο θηλασμός καθώς υπάρχει καλύτερη ανταπόκριση στα σημάδια πείνας
- Η μετάβαση από το πρωτόγαλα στο μεταβατικό και ώριμο γάλα γίνεται συντομότερα όπως και τα συμπτώματα υπερφόρτωσης είναι πιο ήπια
- Λιγότερο στρες στην μητέρα το πρώτο τρίμηρο
- Καλύτερη παρακολούθηση του μωρού απ'ότι σε πρακτικές που εφαρμόζονται όταν αυτό βρίσκεται σε άλλο χώρο όπως η χρήση μπουκαλιού, πιπίλας, χορήγηση συμπληρωμάτων.



Ρόλος Ωκυτοκίνης

- Έκκριση ορμονών
- Ευφορία
- Χαλάρωση
- Αίσθημα αγάπης
- Σύσπαση μήτρας

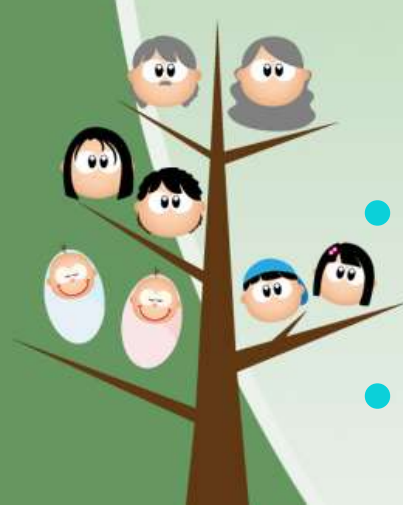


Η έκκριση ωκυτοκίνης αυξάνεται ραγδαία μετά την έξοδο του πλακούντα, βρίσκεται σε αυξημένα επίπεδα κατά την επαφή δέρμα με δέρμα και κατά τη διάρκεια κάθε θηλασμού.

ΜΕΘΟΔΟΣ ΚΑΓΚΟΥΡΟ μωρό

- Λιγότερο κλάμα, λιγότερη απώλεια ενέργειας
- Αύξηση επιπέδων γλυκόζης
- Καλύτερη θερμορύθμιση, σταθεροποίηση αναπνευστικής λειτουργίας και καρδιακού ρυθμού
- Τα επίπεδα του οξυγόνου παραμένουν σε φυσιολογικά επίπεδα κατά τη διάρκεια αλλά και μετά το θηλασμό
- Ξεκινά το θηλασμό νωρίτερα και με επιτυχία
- Καλύτερες θηλαστικές κινήσεις

ΠΑΠΑΚΗ "ΜΙΛΕΝΑ ΡΟΥΖΚΟΒΑ 2017"



ΜΕΘΟΔΟΣ ΚΑΓΚΟΥΡΟ μωρό

- Οπτική επαφή και δεσμός με τη μητέρα του
- Λιγότερο αγχωτική διαδικασία απ' ότι η χρήση του μπουκαλιού
- Πρόσληψη βάρους
- Η κάθετη στάση επάνω στο σώμα της μητέρας βοηθά στην καλύτερη πέψη
- Καλύτερη ανάπτυξη του εγκεφάλου



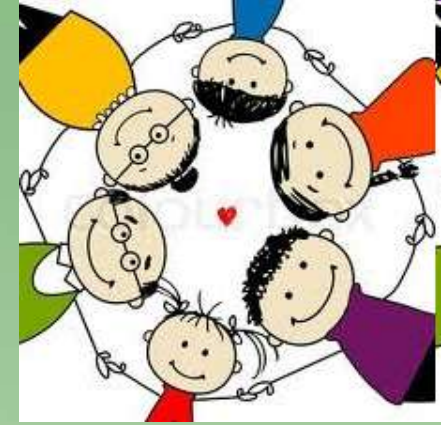
ΜΕΘΟΔΟΣ ΚΑΓΚΟΥΡΟ μητέρα



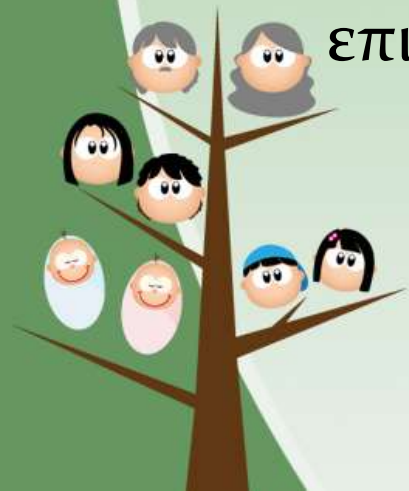
- Αύξηση της παραγωγής μητρικού γάλακτος κατά 50%
- Ενίσχυση δεσμού
- Αύξηση αυτοπεποίθησης και ικανότητας για φροντίδα του μωρού



ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ



Είναι σημαντικό για κάθε γυναίκα να βιώνει τον τοκετό της σύμφωνα με τις επιλογές της σε συνδυασμό με τις ιατρικές ενδείξεις για την περίπτωση της και να έχει την απαραίτητη υποστήριξη έτσι ώστε να καταφέρει να αγγίξει και να θηλάσει το μωρό της άμεσα και χωρίς επιπλοκές



- Goma HM, Said RN, El-Ela AM. "Study of the newborn feeding behaviors and fentanyl concentration in colostrum after an analgesic dose of epidural and intravenous fentanyl in cesarean section." Saudi Med J. 2008 May;29(5):678-82.
- Pérez-Ríos N, Ramos-Valencia G, Ortiz AP. "Cesarean Delivery as a Barrier for Breastfeeding Initiation: The Puerto Rican Experience." J Hum Lact. 2008 Jun 6.
- Smith LJ. "Impact of birthing practices on the breastfeeding dyad." J Midwifery Womens Health. 2007 Nov-Dec;52(6):621-30.
- Chang ZM, RN, MN, IBCLC, and Heaman MI, RN, PhD. "Epidural Analgesia During Labor and Delivery: Effects on the Initiation and Continuation of Effective Breastfeeding." Journal of Human Lactation 2005 21:305-314.
- School of Health Sciences, Swansea University, Singleton Park, Swansea, UK
- *International Breastfeeding Journal* 2006, 1:25 doi:10.1186/1746-4358-1-25
- <http://www.llli.org/docs/lad/ChildbirthandBreastfeeding.pdf>
- http://pediatrics.aappublications.org/content/102/Supplement_E1/1244.full#ref-12
- <http://pregnancy.about.com/od/hospital/a/Rooming-In.htm>
- <http://www.cchosp.com/cchpage.asp?p=1420>
- http://www.nbc.ca/index.php?option=com_content&view=article&id=82:the-importance-of-skin-to-skin-contact-&catid=5:information&Itemid=17
- http://www.breastfeeding.com/all_about/all_about_kangaroo.html
- <https://www.breastfeeding.asn.au/bfinfo/premature.html>
- <http://summaries.cochrane.org/CD003519/early-skin-to-skin-contact-for-mothers-and-their-healthy-newborn-infants>
- <http://evidencebasedbirth.com/the-evidence-for-skin-to-skin-care-after-a-cesarean/>



ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ

ΠΑΠΑΚΗ "ΜΙΛΕΝΑ ΡΟΥΖΚΟΒΑ 2017"