

МЕЖДУНАРОДНАЯ НЕДЕЛЯ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ 2019 #WBW2019



Грудное вскармливание сохраняет жизни и улучшает здоровье и социальные навыки. Хотя многие начинают кормить грудью, гораздо меньше детей остаются на исключительно грудном вскармливании до 6 месяцев и продолжают получать грудное молоко до 2 лет. Если бы матери во всём мире больше кормили грудью, это могло бы предотвратить более 823 000 детских и 20 000 материнских смертей в год. Невскармливание грудью связывают со снижением уровня интеллекта, что приводит к экономическим потерям в размере около 302 млрд. долл. США в год.



Грудное вскармливание — это командная работа. Матерям необходима информация и окружение, дающее возможность кормить грудью. **При тесной поддержке партнёра, семьи, на рабочем месте и в обществе матери кормят грудью гораздо успешнее.**

Справедливая социальная защита родителей, включающая **оплачиваемый отпуск и поддержку на рабочем месте**, помогает создать благоприятное окружение. Исследования показали, что каждый дополнительный месяц оплачиваемого отпуска по воспитанию ребёнка может снизить детскую смертность на 13%. Оплачиваемый отпуск позволяет женщине физически восстановиться после родов и способствует ее физическому, умственному и эмоциональному здоровью.



Если отец не имеет возможности взять отпуск, или же он очень краткий, он не может провести много времени с семьёй и по-настоящему включиться в воспитание детей. **Если же отец тоже берёт отпуск, оба родителя формируют команду, которая вместе на равных воспитывает детей и позволяет маме успешно кормить грудью.**

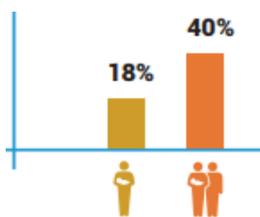
Тема недели в этом году — гендерно-справедливое распределение труда по воспитанию детей. Это значит, что мы признаём уникальность труда кормящих матерей, создаём условия для совмещения кормления и работы (в том числе возможности гибкого графика, удалённой и частичной занятости), и позволяем отцам/партнёрам брать на себя ответственность за большую часть других обязанностей, связанных с уходом за детьми.



Мужчин необходимо поощрять брать отпуск по уходу за детьми, чтобы родители несли ответственность за заботу о своих детях в равной степени.

Возможность ухода за ребёнком на рабочем месте или неподалёку от него и гибкие рабочие часы позволяют матерям продолжать кормить грудью и обоим родителям

обеспечить наилучший уход за малолетними детьми. Это также помогает снизить уровень стресса и повысить уровень семейного благополучия. **Недавние исследования подтверждают, что оплачиваемый отпуск матерей и рабочие условия, позволяющие кормить грудью, улучшают показатели кормления грудью и другие показатели здравоохранения, включая улучшение экономики и снижение детской смертности.**



Исследования показали, что подготовка отцов к родам, когда они учились работать в единой родительской команде, значительно повысила кормление грудью (в 2-6 раз). **Когда отцы/партнёры поддерживают грудное вскармливание и помогают ухаживать за детьми, они не только помогают своим детям стать здоровее, но и**

становятся ближе к своим детям и те развиваются быстрее. Родители в единой команде наблюдают, общаются, приспосабливаются и доверяют друг другу. Если нужно, они готовы оказать содействие, а не замещать. Многие отцы не только являются добытчиками, но и принимают важное участие в уходе за ребёнком и оказывают помощь матери, что важно для развития детей. Гендерно-равноправное родительство предполагает, что отцы — это равноправные участники родительской команды, и это полезно как детям, так и родителям. Отцы/партнёры могут узнать больше о грудном вскармливании, обеспечить эмоциональную поддержку, разделить обязанности по дому, заботиться и играть со своими детьми.

ДЕЙСТВУЙТЕ!

1. Во время беременности запрашивайте информацию о грудном вскармливании у поддерживающих ГВ врачей, консультантов-волонтеров ЛЛЛ и консультантов по ГВ.
2. Расскажите партнёру и родственникам о том, что планируете кормить грудью, чтобы они могли оказывать поддержку.
3. Узнайте, какая практическая помощь может понадобиться во время кормления грудью и попросите отца/партнёра и членов семьи о поддержке.
4. Ходите на встречи групп поддержки ГВ (например, встречи ЛЛЛ), чтобы подготовиться и получить ответы на вопросы о возникающих трудностях.
5. Обсудите с партнёром ваш и его отпуск по уходу и рабочие моменты с тем, чтобы обеспечить успешное кормление грудью.
6. Используйте отпуск, чтобы наладить кормление и подготовить возвращение на работу, если вы это запланировали.
7. Просите работодателей о поддержке ГВ на рабочем месте.

