



## Kako dojimo matere v Sloveniji

»Babica mi je pomagala otroka pristaviti takoj po porodu in lepo se je priselal. Dojila sem ga dve leti. Menim, da sta bili odločilni zagretost dojenčka, ki je rad pogosto sesal, in podpora najbližjih. Ko je pri treh mesecih dojko zavračal, mi je bilo hudo a sva težave premagala.«

»Naša deklica po porodu ni dovolj vlekla, postala je zlatenična, premalo je pridobila na teži. Zato sem dodajala. Bilo mi je res težko, brez pomoči moža ne bi zmogla. Svetovalka mi je rekla, da sem dala vse od sebe. Ponosna sem, da mi je uspelo dojeti pet mesecev!«

To sta dve zgodbi slovenskih mamic. Obe sta dojili in obe sta imeli podporo doma – to šteje! Ker bom v članku navedla več statističnih primerjav, naj najpej poudarim: matere nismo številke. Povprečja nimajo življenjskih zgodb. Vsaka mati je oseba s pričakovanji, izkušnjami, vrednotami, vzorci ravnanja. Z dojenjem se trudi za otroka in zase ter prispeva k zdravju prihodnjih generacij. Kako doji, ni le vprašanje zanjo, ampak tudi za strokovnjake, ki skrbijo za spodbudno okolje, pravilne informacije in poporodno pomoč.

Soglašamo lahko, da je dojenje pri nas in drugod v razvitem svetu v vzponu, kar je po mračnih desetletjih prevlade zmot o superiornosti prilagojenega mleka nadvse razveseljivo. Manj soglasja pa je okoli tega, ali v Sloveniji doji dovolj mater in ali dojijo dovolj časa. Če se primerjamo npr. z ZDA, bi temu lahko pritrdili, če pogledamo v okolja, kjer matere dojijo bolj spontano in skoraj brez težav, pa se lahko zamislimo.

Starši pri nas večinoma že v nosečnosti spoznajo prednosti dojenja in priporočila. Svetovna zdravstvena organizacija, Unicef, mednarodna zveza za dojenje La Leche League in druge organizacije priporočajo:

1. Podojite čim prej po porodu, idealno v prvi uri po porodu, ob carskem rezu pa v eni uri od tedaj, ko sta mati in otrok zmožna navezati stik.
2. Polno dojenje naj brez dodajana drugih tekočin in hranil poteka do okoli polovice prvega leta, ko dojenčki pokažejo znake zrelosti za gosto hrano.
3. Prva žlička je začetek odstavljanja, toda odstavljanje običajno traja še mesece ali leta; dojenje se priporoča do konca drugega leta ali še dlje, če materi in otroku ustreza.

### Prva ura, prve dni in prvi meseci po porodu

Zgodnje dojenje je v Sloveniji najmanjša neznanka, saj smo lani dobili rezultate nacionalne raziskave o dojenju v 14 slovenskih porodnišnicah (Bratanič, 2007). Vemo, koliko otrok je dojenih v prvih urah po porodu in koliko ob odpustu iz porodnišnic. Od 18.978 rojenih otrok jih je bilo leta 2006 v prvi uri po porodu podojenih 73 odstotkov. Dojenje je nekoliko bolje steklo v 11 porodnišnicah z nazivom Novorojencu prijazna porodnišnica, čeprav imajo ob odpustu tudi tri brez naziva dobre rezultate. Domov so matere odnesle dobrih 84 odstotkov dojenih otrok, nikoli pa se do tedaj ni dojilo 2,7 odstotka novorojenčkov. (Tabela 1)

Raziskava ugotavlja, da je velika ovira za dojenje v Sloveniji porod s carskim rezom. Le polovica mater je podojila v priporočeni eni uri po prebujanju iz splošne anestezije (takih porodov je bilo v času raziskave 16 odstotkov).

Tabela 1: Perinatalni podatki o porodih in dojenju za 14 slovenskih porodnišnic, 2006

Prodnišnica (*nima naziva NPP)	Število živorojenih otrok	Delež donošenih (%)	Izključno dojenih ob odpustu (%)	Nikoli dojenih ob odpustu (%)
Maribor	2.047	90,7	77,1	4,3
Postojna*	1.475	96,4	93,9	2,1
Murska Sobota	794	96,6	93,6	n. p.
Ljubljana	5.793	88,9	81,4	3,9
Izola	609	95,0	94,0	0,6
Kranj	1.302	95,9	79,0	n. p.
Jesenice	578	96,0	92,0	2,7
Celje	1.918	94,7	79,3	2,9
Trbovlje	448	94,1	95,7	n. p.
Brežice*	446	97,1	75,0	5,0
Novo mesto	1.104	95,0	76,0	1,4
Ptuj	886	96,8	97,0	2,1
Slovenj Gradec*	859	93,5	83,0	5,0
Nova Gorica	728	96,0	90,5	1,5
<b>SKUPAJ</b>	<b>18.987</b>	<b>94,8</b>	<b>84,2</b>	<b>2,7</b>

Vir: Bratanič, B.: Zgodnje dojenje v Sloveniji, 2006, Zbornik 5. simpozija o dojenju Unicef Slovenije

Tuje raziskave kažejo, da dojenje v prvi uri poveča število polno dojenih enomesečnikov (raziskava v Boliviji in Madagaskarju). Dokaj obsežna poljska študija (1.250 otrok do tretjega leta) ugotavlja, da zgodnji stik med materjo in otrokom statistično značilno podaljša povprečno trajanje polnega dojenja za 0,39 meseca in celotno trajanje dojenja za 1,35 meseca. Majhna ameriška študija poudarja, da se učinkovito dojenje vzpostavi prej, če se otrok podoji takoj po porodu, čeprav pri enem mesecu med temi otroci ni bilo več statistično značilnih razlik. Obsežna raziskava dojenja na podeželskih področjih afriške Gane (10.947 dojenih enojčkov) pa kaže, da dojenje v prvi uri življenja zmanjša umrljivost novorojenčkov za 22 odstotkov, začetek dojenja v prvem dnevu pa za 16 odstotkov. (Bratanič, 2007)

Nacionalne raziskave o dojenju v prvih šestih mesecih pri nas nimamo, imamo pa nekatere posamične številke. Po podatkih odseka za neonatalno pediatrijo celjske porodnišnice so imeli leta 2007 ob odpustu 96,5 odstotka dojenih novorojenčkov, znatno več od slovenskega povprečja. Polno dojenih je bilo 81 odstotkov, delno dojenih 15,5 odstotka, ni se dojilo 3,5 odstotka dojenčkov. Po podatkih Dispanzerja za predšolske otroke Celje so pri enem mesecu zabeležili še visokih 92 odstotkov dojenih otrok, pri dveh mesecih 81, pri treh 72, pri štirih 64 in pri petih mesecih 56 odstotkov dojenih otrok. Po eni od anket na območju Ljubljane (2006) pa naj bi bilo polno ali delno dojenih kar 67 odstotkov šestmesečnikov.

### Kako dojijo matere po svetu

Kje je torej Slovenija s 73 odstotki dojenih otrok takoj po porodu, 84 odstotki ob odpustu in morda (če vzamemo nadpovprečno statistiko), prek 60 odstotkov dojenih štirimesečnikov in okoli polovico dojenih šestmesečnikov?

V švedski nacionalni raziskavi (1986-2000) so trendi spodbudni, saj je bilo v začetku obdobja polno ali delno dojenih 86 odstotkov dvomesečnikov, leta 2000 pa že 92 odstotkov. Dojenje štirimesečnikov je poraslo z 68 na 73 odstotkov, dojenje šestmesečnikov s 50 na več kot 70 odstotkov. Če pa bi upoštevali le polno dojenje, je bilo leta 2000 polno dojenih 80 odstotkov dvomesečnikov, 69 odstotkov štirimesečnikov in tretjina šestmesečnikov. Tako Švedska kot Norveška imata visok delež dojenja po porodu, 97 do 99 odstotkov. Pohvalijo se tudi na Poljskem (93 odstotkov), vendar naj bi bila tam po šestih mesecih dojena le še

desetina dojenčkov. Na Nizozemskem vzpostavi dojenje 75 odstotkov mater, v Veliki Britaniji pa 69. Po dveh tednih je sodeč po nacionalni raziskavi dojila polovica Britank, po šestih tednih 42 odstotkov, po štirih mesecih 28 odstotkov, po pol leta 21 in po devetih mesecih 13 odstotkov mater. Strokovnjake tam skrbi, ker je več kot petina britanskih mater obupala nad dojenjem že v 14 dneh.

V ZDA si zadnja leta intenzivno prizadevajo za izboljšanje razmer. Leta 2001 je po porodu v porodnišnicah dojilo 65 odstotkov Američank, 2003 pa 71 odstotkov. V starosti teden dni se je dojilo 63 odstotkov otrok. Po šestih mesecih se je leta 2001 polno dojilo manj kot osem odstotkov dojenčkov, 27 odstotkov pa delno. Dve leti kasneje je bilo delno dojenih 36 odstotkov, polno dojenih pa 14 odstotkov šestmesečnikov. Ob prvi svečki se je dojilo še 17 odstotkov otrok, ob letu in pol pa slabih šest odstotkov. Zanimivi so cilji: Do 2010 naj bi v ZDA teden dni po porodu dojilo vsaj 75 odstotkov mater, pri šestih mesecih pa naj bi se delno ali polno dojila polovica dojenčkov. Četrtnina naj bi se dojila še pri enem letu.

Korak spredaj je Avstralija. Nacionalna raziskava iz leta 2001 je pokazala, da je dojenih 83 odstotkov otrok od nič do treh mesecev. Ob odhodu iz porodnišnice ni dojilo štiri odstotke mater. Strokovnjake veseli velik napredek od leta 1970, ko se dojilo le 40 do 45 odstotkov novorojenčkov. Leta 2001 je bilo dojenih tako še 48 odstotkov avstralskih šestmesečnikov, 23 odstotkov enoletnikov in en odstotek dvehletnikov.

V Kanadi je leta 2000 po nacionalni raziskavi dojenje vzpostavilo 73 odstotkov mater, pri šestih mesecih pa naj bi bilo med njimi še 31 odstotkov doječih mater.

Slabe podatke ima denimo Južna Afrika, kjer je bilo leta 1998 dojenih le desetina otrok, starih do tri mesece, v starosti od štirih do šestih mesecev pa komaj dva odstotka. Znatno upad dojenja zaznavajo v urbanih predelih New Delhija, kjer so (prav tako leta 1998) deleži upadli na raven ZDA, čeprav v Indiji matere praviloma dojijo dolgo in z malo težavami. To sicer velja predvsem za manj izobražene matere in ruralno okolje. Najvišji deleži dojenih otrok so v nekaterih državah Azije, Afrike, a tudi tam so minula desetletja pustila svoj pečat in dojenje je marsikje močno upadlo, predvsem tam, kjer so domorodci prihajali v stik z agresivno propagando multinacionalnih korporacij, izdelovalk otroškega mleka in otroške prehrane. V tem delu sveta je opuščanje dojenja pustilo tudi najbolj tragične posledice (številne smrtno nevarne okužbe otrok, degenerativne bolezni,...).

Tabela 2: Dojenje v prvih mesecih po svetu

Država	Delež dojenih po porodu (%)	Delež dojenih pri 4-6 mesecih (%)
<b>Evropa</b>		
Belgija	63	n. p.
Češka	92	n. p.
Danska	98	n. p.
Francija	50	n. p.
Italija	85	19
Nemčija	86	n. p.
Nizozemska	75	37
Norveška	99	n. p.
Poljska	93	n. p.
Romunija	91	n. p.
<b>Slovenija</b>	<b>84</b>	<b>50-70 (ocena)</b>
Španija	91	n. p.
Švedska	97	n. p.
Velika Britanija	69	21
<b>Druge države</b>		

ZDA	70	33
Kanada	72	31
Avstralija	87	48
Nova Zelandija	94	56
Brazilija	93	29**
Peru	97	53**
Kitajska	93	64*
Indija	95	43**
Indonezija	96	42**
Japonska	n. p.	41
Alžirija	93	5**
Egipt	95	56**
Iran	98	56**
Turčija	95	10**
Gana	99	31**
Etiopija	n. p.	74*
Kenija	98	12**
Ruanda	97	90
Uganda	98	57
Nigerija	97	1**

**Vir:** La Leche League International, zadnji znani zbirni podatki, september 2003; interni podatek in ocena za Slovenijo  
**Op.:** \*polno dojeni štirimesečniki, \*\*polno dojeni šestmesečniki

Za Slovenijo torej ne bi mogli reči, da dojenje na splošno poteka slabo, v praksi pa bi matere vendarle potrebovale veliko več informacij in podpore, predvsem v prvih dneh in tednih, ki je, podobno kot v Veliki Britaniji, kritično obdobje in se dojenje prezgodaj zaključi. Tudi težave v drugem, tretjem in četrtem mesecu pogosto zmotno pripisejo premajhni tvorbi mleka.

### **Antropološki pogled na dojenje in odstavljanje**

Kaj pa čas odstavljanja – od prve žličke do zadnjega podoja? Verodostojnih podatkov, koliko otrok se v Sloveniji doji do konca prvega leta, v drugem letu ali dlje, nimamo. Zato bomo nanizali nekatere ugotovitve iz prakse, medčasovne in medkulturne primerjave.

Izkušnje La Leche League Slovenija, društva za pomoč in podporo doječim materam, kažejo, da matere v drugi polovici prvega leta uspešno nadaljujejo z dojenjem ob uvajanju goste hrane. Dojenčki se redko odstavijo v prvem letu in tudi matere lažje nadaljujejo z dojenjem, po tem ko jim je uspelo dojiti šest mesecev. Številne so tudi že premagale mit, da se mora z otrokovim zobnjem, posebej pa z odhodom v službo dojenje končati. Čedalje več je dojenih otrok, ki obiskujejo vrtec; opažamo, da vzgojitelji iščejo informacije o podaljšanem dojenju.

Večina staršev se nagiba k postopnem in ljubečem odstavljanju v drugem ali tretjem letu, čedalje več pa jih izraža tudi naklonjenost naravnemu odstavljanju od dojenja – ko otrok potrebo preraste sam. Razpon je zelo velik, saj se lahko otrok naravno odstavi pri enem letu ali pri dveh, treh ali kasneje. Tudi v Sloveniji, kot drugod po svetu, matere dojijo malčke, ki so dopolnili tri ali štiri leta. Ker dolgo dojenje zaradi družbenih predsodkov pri nas velja za čudaško, nepotrebno in celo psihološko škodljivo, nekatere dojenje začno prikrivati.

Poglejmo za konec še nekaj evolucijskih dognanj. Antropologinja Katherine Dettwyler navaja: »Mnogi primati odstavijo svoje mladiče, ko jim poženejo prvi stalni kočniki.« Pri modernem človeku prvi stalni kočnik izraste v starosti okoli pet let in pol do šest let. Zanimivo je, da človekov imunski sistem dozori približno pri šestih letih, iz česar antropologi sklepajo, da je materino mleko otroku skozi celotno evolucijsko preteklost zagotavljalo aktivno imunost približno do te starosti. Teorije pravijo, da se je praksa dojenja do šestega leta verjetno spremenila z uporabo ognja in kuhanja, v času od 500 tisoč do milijona let v preteklosti, in se

je skrajševala z vzgajanjem žit pred deset tisoč leti. Po drugi strani pa se v človeški vrsti niso zgodili tako omembe vredni evolucijski premiki, da bi daljše dojenje izgubilo pomen. To dokazujejo številne raziskave, zapisi o starih ljudstvih in dojenje v kulturah, kjer je povprečje še danes okoli štiri leta. (Tabela 3) Otrokove potrebe se torej niso zares tako zelo spremenile, zelo pa se je spremenil naš družbeno-kulturni odnos do materinstva.

Tabela 3: Antropološki pogled na trajanje dojenja

Obdobje	Kraj	Trajanje dojenja
Stari vek	Stari Egipt	3 leta
Zgodnje 20. stoletje	Kitajska, Japonska	4-5 let
1940	Burma, Azija	3-4 leta
1950	Kenija, Afrika	do 5 let
1950	Bolivija, Južna Amerika	3-5 let
1950	Inuitke (Eskimke)	okoli 7 let
*primerjava s človeku podobnimi opicami (gorila, šimpanz)		5-6 let

Mojca Vozel, svetovalka za dojenje pri La Leche League International  
15. november 2008 (objavljeno v Ringa raja, nosečnostni vodnik)

#### Reference

- Bratanič, B.: Zgodnje dojenje v Sloveniji, 2006, Zbornik 5. simpozija o dojenju Unicef Slovenije
- Dettwyler, K. A time to wean. BREASTFEEDING ABSTRACTS August 1994; 3-4
- LLLI Center for Breastfeeding Information, Breastfeeding Statistics, September 15, 2003
- LLLI. THE WOMANLY ART OF BREASTFEEDING. Schaumburg, Illinois: LLLI 2004; 233-254.
- Highton, B.. Weaning as a Natural Process. LEAVEN, Vol. 36 No. 6, Dec.2000-Jan.2001, p. 112-114
- Nacionalne in mednarodne raziskav, zbrane na <http://www.kellymom.com/writings/bf-numbers.html>