

ΠΕΡΙΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

«ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ»

1. ΓΕΝΙΚΑ

ΣΧΟΛΗ	ΣΕΥΠ		
ΤΜΗΜΑ	ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ		
ΕΠΙΠΕΔΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	ΠΡΟΠΤΥΧΙΑΚΟ		
ΚΩΔΙΚΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	Μ-3030	ΕΞΑΜΗΝΟ ΣΠΟΥΔΩΝ	Γ
ΤΙΤΛΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ		
ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΣ ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ	ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΩΡΕΣ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ	ΠΙΣΤΩΤΙΚΕΣ ΜΟΝΑΔΕΣ	
Διαλέξεις	3	4	
Σύνολο	3	4	
ΤΥΠΟΣ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ	ΜΑΘΗΜΑ ΕΙΔΙΚΕΥΣΗΣ (ΜΕ) ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΟ (Υ)		
ΠΡΟΑΠΑΙΤΟΥΜΕΝΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ:	ΟΧΙ		
ΓΛΩΣΣΑ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ και ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ:	ΕΛΛΗΝΙΚΗ		
ΤΟ ΜΑΘΗΜΑ ΠΡΟΣΦΕΡΕΤΑΙ ΣΕ ΦΟΙΤΗΤΕΣ ERASMUS	ΟΧΙ		
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΑ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ (URL)	<a href="https://midw.uniwa.gr/course/mitrikos-thilasmos/">https://midw.uniwa.gr/course/mitrikos-thilasmos/</a>		

2. ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Μαθησιακά Αποτελέσματα

Στόχος του μαθήματος είναι να εφοδιάσει τη/το φοιτήτρια/φοιτητή με επιστημονική γνώση, ώστε να είναι σε θέση να εφαρμόσει τις βασικές αρχές που θα ευνοήσουν την πρώιμη έναρξη, την συνέχιση και την εδραίωση της γαλουχίας. Η/Ο φοιτήτρια/φοιτητής θα λάβει θεωρητική εκπαίδευση για θέματα που αφορούν την ανατομία του γυναικείου μαστού, τον μηχανισμό της γαλουχίας, τη σύσταση και διατροφική αξία του μητρικού γάλακτος και τους κινδύνους από τη χρήση των υποκατάστατων μητρικού γάλακτος. Παράλληλα, η/ο φοιτήτρια/φοιτητής θα είναι σε θέση να γνωρίζει όλες τις σημαντικές διεθνείς πρωτοβουλίες και δράσεις για την προαγωγή του μητρικού θηλασμού, τις συστάσεις διεθνών οργανισμών, τις αντίστοιχες ελληνικές δράσεις και τη σχετική ελληνική νομοθεσία. Ακόμη, η/ο φοιτήτρια/φοιτητής έχει τις ικανότητες και γνώσεις προκειμένου να προωθήσει τον μητρικό θηλασμό στη ΜΕΝΝ, να προτείνει εναλλακτικούς τρόπους σίτισης με μητρικό γάλα για τα πρόωρα νεογνά που δεν δύναται να θηλάσουν, να υποστηρίξει τη θηλάζουσα μητέρα που πάσχει από ψυχική διαταραχή ή άλλη νόσο και να ενδυναμώσει τη γυναίκα, ώστε να νιώθει ότι είναι ικανή να θηλάσει.

Με την επιτυχή ολοκλήρωση του μαθήματος η/ο φοιτήτρια/φοιτητής θα είναι σε θέση να:

- ✧ Εφαρμόσει τις βασικές αρχές που θα ευνοήσουν την πρώιμη έναρξη, την συνέχιση και την εδραίωση της γαλουχίας και του μητρικού θηλασμού.
- ✧ Παρακολουθεί και αξιολογεί την πορεία της γαλουχίας, να επιλύει τυχόν προβλήματα, να υποστηρίζει και να ενδυναμώνει τη θηλάζουσα γυναίκα σε όλη την πορεία του μητρικού θηλασμού.
- ✧ Εκπαιδεύει σωστά τη θηλάζουσα γυναίκα και εφαρμόζει ορθές πρακτικές για την υποστήριξη και προαγωγή του μητρικού θηλασμού.
- ✧ Συμβουλεύει τις μέλλουσες μητέρες για τα οφέλη του μητρικού γάλακτος.
- ✧ Προετοιμάσει το ζευγάρι για το μητρικό θηλασμό από την περίοδο της κύησης, να υποστηρίξει τη γυναίκα στις πρώτες της προσπάθειες και να επιλύσει τα προβλήματα που προκύπτουν.
- ✧ Συνεργάζεται με άλλους επαγγελματίες υγείας για την επίλυση προβλημάτων που σχετίζονται με τον θηλασμό και να αποτελεί μέρος διεπιστημονικής ομάδας.

#### **Γενικές Ικανότητες**

Αναζήτηση, ανάλυση και σύνθεση δεδομένων και πληροφοριών, με τη χρήση και των απαραίτητων τεχνολογιών

Λήψη αποφάσεων

Αυτόνομη εργασία

Ομαδική εργασία

Εργασία σε διεπιστημονικό περιβάλλον

Παράγωγή νέων ερευνητικών ιδεών

Σεβασμός στη διαφορετικότητα και στην πολυπολιτισμικότητα

Επίδειξη κοινωνικής, επαγγελματικής και ηθικής υπευθυνότητας

Άσκηση κριτικής

Προαγωγή της ελεύθερης, δημιουργικής και επαγωγικής σκέψης

### 3. ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ ΜΑΘΗΜΑΤΟΣ

1. Επιδημιολογικά στοιχεία για την Ελλάδα και τον υπόλοιπο κόσμο. Ιστορικά στοιχεία για τη γαλουχία και το μητρικό θηλασμό.
2. Ανατομία μαστού. Ανατομία στόματος βρέφους. Φυσιολογία της γαλουχίας (ορμόνες και δραστηριότητα). Μηχανισμός γαλουχίας.
3. Σύσταση και διατροφική αξία του μητρικού γάλακτος. Οφέλη από τον μητρικό θηλασμό. Σύσταση υποκατάστατων μητρικού γάλακτος και Κίνδυνοι από τη χρήση τους.
4. Διεθνείς πρωτοβουλίες για την προώθηση και υποστήριξη του μητρικού θηλασμού. Διακήρυξη 'Innocenti'. 'Δέκα Βήματα για επιτυχή μητρικό θηλασμό. Κώδικας εμπορίας και διαφήμισης υποκατάστατων μητρικού γάλακτος.
5. Συστάσεις WHO, UNICEF, WABA, IBFAN. Νομοθεσία, δράσεις, πρωτοβουλίες που υποστηρίζουν τον θηλασμό στην Ελλάδα.
6. Εφαρμογή προγραμμάτων εκπαίδευσης για το μητρικό θηλασμό κατά την περίοδο της κύησης και της λοχείας.
7. Θηλασμός στο μαιευτήριο. Πρώιμη έναρξη. Συνδιαμονή μητέρας – νεογνού (rooming in). Μαιευτική υποστήριξη για την έναρξη και την εδραίωση της γαλουχίας. Συνεχής αξιολόγηση.
8. Επιστροφή στο σπίτι. Παρακολούθηση του θηλάζοντος νεογνού. Διάρκεια και συχνότητα θηλασμών. Επίλυση προβλημάτων.
9. Δυσκολίες και εμπόδια. Βιολογικά – Ψυχολογικά – Κοινωνικά, κ.α. Παθολογικές καταστάσεις: Υπερφόρτωση μαστού - Επώδυνες θηλές - Απόφραξη γαλακτοφόρου πόρου - Μαστίτιδα – Απόστημα, κ.α. Πρόληψη και αντιμετώπιση.
10. Θηλασμός πρόωρου νεογνού. Προώθηση του θηλασμού στη MENN. Εναλλακτικοί τρόποι σίτισης προώρων με μητρικό γάλα, που δεν δύναται να θηλάσουν. Βοηθήματα θηλασμού. Αρχές λειτουργίας Τράπεζας Μητρικού Γάλακτος στο μαιευτήριο. Υποστήριξη μετά την έξοδο από τη MENN.
11. Μητρικός θηλασμός και ψυχική διαταραχή μητέρας. Υποστήριξη και διατήρηση της γαλουχίας.
12. Μητρικός θηλασμός και ειδικές καταστάσεις: πολύδυμη κύηση, νεογνικός ίκτερος, νεογνική υπογλυκαιμία, ανατομικές διαμαρτίες στόματος νεογνού, αλλεργίες, κ.α.
13. Ανεπάρκεια γαλουχίας. Μέτρα υποστήριξης. Υπερπαραγωγή γάλακτος. Διατροφή θηλάζουσας - Άσκηση.
14. Μητρικά νοσήματα και θηλασμός. Αντενδείξεις θηλασμού. Φάρμακα, κάπνισμα και αλκοόλ στη γαλουχία.
15. Θηλασμός και επιστροφή στην εργασία. Δημιουργία Ατομικής Τράπεζας μητρικού γάλακτος. Εισαγωγή στερεών τροφών σε θηλάζοντα βρέφη. Οδηγίες Π.Ο.Υ.

## 4. ΔΙΔΑΚΤΙΚΕΣ και ΜΑΘΗΣΙΑΚΕΣ ΜΕΘΟΔΟΙ - ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ

<b>ΤΡΟΠΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ</b>	Πρόσωπο με πρόσωπο εκπαίδευση	
<b>ΧΡΗΣΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΩΝ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Χρήση Power point presentations</li> <li>• Υποστήριξη μαθησιακής διδασκαλίας μέσω ηλεκτρονικής πλατφόρμας e-class.</li> <li>• Χρήση του ηλεκτρονικού ταχυδρομείου και της ιστοσελίδας του τμήματος για την επικοινωνία με τις/τους φοιτήτριες/φοιτητές.</li> </ul>	
<b>ΟΡΓΑΝΩΣΗ ΔΙΔΑΣΚΑΛΙΑΣ</b>	<b>Δραστηριότητα</b>	<b>Φόρτος Εργασίας Εξαμήνου</b>
	Διαλέξεις	39
	Συγγραφή ή/επαρουσίαση εργασίας	20
	Διαδραστική διδασκαλία	10
	Αυτόνομη μελέτη	66
	<b>Σύνολο</b>	<b>135</b>
<b>ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΦΟΙΤΗΤΩΝ</b>	<p>Αξιολόγηση των φοιτητριών/φοιτητών:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Γραπτή τελική εξέταση (80%).</b> Όταν ολοκληρωθεί ο συνολικός αριθμός των διαλέξεων, οι φοιτητές απαντούν γραπτά ή/επαφορικά σε ένα σύνολο ερωτήσεων στα ελληνικά. Οι ερωτήσεις απαιτούν: <ul style="list-style-type: none"> <li>α. σύντομες απαντήσεις είτε,</li> <li>β. διεξοδική ανάλυση και ανάπτυξη ενός θέματος είτε,</li> <li>γ. αξιολόγηση και κριτική ανάλυση ενός κλινικού σεναρίου (case study) είτε,</li> <li>δ. είναι ερωτήσεις πολλαπλής επιλογής είτε,</li> <li>δ. έναν συνδυασμό των παραπάνω.</li> </ul> </li> <li>▪ <b>Ατομική ή Ομαδική εργασία (Α-ΟΕ) (20%)</b> (υποχρεωτική).</li> </ul> <p>Η βαθμολογία της εξέτασης εκφράζεται με την κλίμακα από μηδέν έως δέκα (0-10). Βάση επιτυχίας της</p>	

εξέτασης είναι το πέντε (5).

Ο βαθμός μαθήματος (BM) υπολογίζεται ως εξής:  
 $(ΓΕ) \times 80\% + (Α-ΟΕ) \times 20\% = (BM)$

Τα κριτήρια αξιολόγησης των φοιτητριών/φοιτητών είναι ρητά προσδιορισμένα, εμπεριέχονται στην ηλεκτρονική πλατφόρμα (e-class), στην οποία έχουν πρόσβαση όλες/ όλοι οι φοιτήτριες/φοιτητές με τη δήλωση του μαθήματος ή/ & στην ιστοσελίδα επικοινωνίας του τμήματος με τις/τους φοιτήτριες/φοιτητές.

## 5. ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ-ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

### Ελληνική Βιβλιογραφία:

1. Loedermilk D.L. & Perry S.E. (2006) Maternity Nursing. 6th Edn Mosby, Νοσηλευτική μητρότητας, Μετάφραση - επιμέλεια Λυκερίδου Α., Δελτσίδου Α., Εκδ. Λαγός.
2. Αντωνίου Ε., Βιβιλάκη Β., Ρωμανίδου Α., Ντάνγκα Δ., Βασιλάκη Ε., Σουρανάκη Ε., Κεφαλογιάννη Α., Λεονταράκη Ε. (2007). Η γυναίκα και το νεογνό στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας. Εκδ. ΠΧ Πασχαλίδης.
3. Ινστιτούτο Υγείας του παιδιού. (2015). Μητρικός Θηλασμός. Οδηγός για επαγγελματίες υγείας. Επιμέλεια: Αντωνιάδου-Κουμάτου Ι. & Σοφιανού Αικ. Αλκυόνη: Εθνική Πρωτοβουλία προαγωγής μητρικού θηλασμού.
4. Karen Wambach & Becky Spencer. (2021) Breastfeeding and Human Lactation. Επιμέλεια: Γουρουντή Κλ., Δάγλα Μ., Ηλιάδου Μ. Μητρικός Θηλασμός και Γαλουχία. Αθήνα: Εκδόσεις Κωνσταντάρας.

### Ξενογλώσση Βιβλιογραφία:

1. Chapman L. and Durham R. (2010). Maternal-Newborn Nursing. The Critical Components of Nursing Care. E. & A. Davis Company, Philadelphia.
2. Joan Younger Meek (2011). New Mother's Guide to Breastfeeding. American Academy of Pediatrics. 2nd ed. Bantam Books.
3. Lawrence R. A. & Lawrence R.M. (2016) Breastfeeding: A Guide for the Medical Professional. 8th edition. Elsevier, Mosby. USA.
4. London M.L., Ladewig P.W., Davidson M.C., Ball J.W., Bindler R.C., Cowen K.J. (2015). Maternal & Child Nursing Care. (4th Edition). Pearson Education. London.
5. Perry S.E. , Hockenberry M.J. , Lowdermilk D.L. , Wilson D . (2013). Maternal Child Nursing Care. 5<sup>th</sup> Edition. Elsevier, Mosby, Canada.
6. Pollard M. (2017). Evidence-based Care for Breastfeeding Mothers: A Resource for

Midwives and Allied Healthcare Professionals. Routledge, Taylor & Francis Group.

7. Ricci S., Kyle T., Carman S. (2013). Maternity and Pediatric Nursing. 2nd Edition. Lippincott Williams & Wilkins. China.
8. Weaver P. and Evans S.K. (2007). Practical Skills Guide for Midwifery. 4th Edition. Morningstar Publishing Co. Wasilla.

**Συναφή επιστημονικά περιοδικά:**

- Acta Paediatrica
- Advanced Practice in Neonatal Nursing
- Advances in Neonatal Care
- Breastfeeding Medicine
- British Journal of Midwifery
- Clinics in Mother and Child Health
- Infant Journal
- Intensive & Critical Care Nursing
- International Breastfeeding Journal
- International Journal of Pediatrics & Neonatal Care
- JAMA Pediatrics
- Journal of Child Health Care
- Journal of Critical Care
- Journal of Human Lactation
- Journal of Neonatal Nursing
- Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing
- Journal of Reproductive & Infant Psychology
- Midwifery
- Neonatal Intensive Care
- Neonatal Intensive Care Nursing
- Neonatal Network. The journal of Neonatal Nursing
- Newborn and Infant Nursing Reviews
- Pediatrics
- Pediatrics and Neonatal Nursing
- The American Journal of Maternal/Child Nursing
- The Journal of Perinatal & Neonatal Nursing
- The Lancet
- World Journal of Critical Care Medicine