



PROFESIONĀLĀS PILNVEIDES PROGRAMMA

# Zīdīšanas fizioloģija, psiholoģija, vadīšana un veicināšana

MĒRĶAUDITORIJA: māsas, vecmātes, ārstniecības personas un citi interesenti

IESAISTĪTĀS DOCĒTĀJAS:

- Dina Krūze, pediatrs, neonatologs
- Sandra Lase, zīdīšanas konsultante IBCLC
- Valda Krūmiņa, pediatrs
- Klaudija Hēla, fizioterapeits
- Vita Kalniņa, psihologs

PROGRAMMAS APJOMS: 45 akadēmiskās stundas (5 dienas)

NORISES DATUMS: **2017. gada 15. novembris – 2. decembris**

NORISES VIETA: RSU, Dzirciema iela 16, Rīga

DALĪBAS MAKSA: **EUR 120,00**

**PIETEIKŠANĀS:**

- sūtīt pieteikumu uz e-pastu [kursi@rsu.lv](mailto:kursi@rsu.lv)  
Pieteikumā jānorāda programmas nosaukums, vārds, uzvārds, personas kods, kontaktālrūnis, kā arī maksātāja rekvizīti, ja maksātājs ir juridiska persona

vai

- aizpildot elektroniskās pieteikšanās formu RSU mājas lapā [www.rsu.lv](http://www.rsu.lv)

## PROGRAMMA

### Trešdiena (1. diena) 15. novembris

12:30 – 14:30	Mātes piena aizstājēju aprites Starptautiskais Kodekss. Atbalsta grupu organizācija un darbība. Starptautiskā pieredze zīdīšanas veicināšanā	Sandra Lase
14:40 – 15:00	Dzemdību ietekme uz zīdīšanas uzsākšanu	Sandra Lase
15:00 – 15:20	Āda, āda kontakts	Sandra Lase
15:20 – 16:05	Zīdīšanas tehnika un vadīšana. Sekmīgas zīdīšanas pamatnoteikumi	Sandra Lase
16:15 – 16:35	Zīdīšana un kopā gulēšana	Sandra Lase
16:35 – 17:05	Mātes piena noslaukšana, uzglabāšana un izmantošana	Sandra Lase
17:15 – 17:30	Zīdīšanas situācija Latvijā:	Valda Krūmiņa
17:30 – 18:30	Mākslīgās ēdināšanas risks bērnam un sievietes veselībai	Valda Krūmiņa
18:30 – 19:15	Zīdīšanas anatomija un fizioloģija	Valda Krūmiņa
19:15 – 20:00	Mātes piena sastāvs	Valda Krūmiņa

### Piektdiena (2. diena) 17. novembris

11:45 – 13:30	Zīdīšanas problēmu risināšana – sāpīgi un saplaisājuši krūšu gali. Ko darīt, ja bērns nepareizi satver krūti. Plakani vai ievilkti krūšu gali.	Sandra Lase
13:30 – 14:45	Zīdīšanas problēmu risināšana – pilnas krūtis, piena nosprostojums, mastīts, abscess.	Sandra Lase
14:45 – 16:45	Zīdīšanas problēmu risināšana – maz piena. Hiperlaktācija.	Sandra Lase
16:45 – 17:15	Relaktācija	Sandra Lase
17:30 – 18:15	Sievietes uzturs grūtniecības un laktācijas periodā	Valda Krūmiņa
18:15 – 19:00	Zīdīšana un medikamentu lietošana	Valda Krūmiņa

### Trešdiena (3. diena) 22. novembris

10:00 – 15:30	Zīdīšanas psiholoģiskie aspekti – kā strādāt ar māti, kā rīkoties krīzes, neizdošanās situācijās, saikne „māte – bērns”	Vita Kalniņa, psiholoģe
15:30 – 17:00	Priekšlaikus dzimušo bērnu zīdīšana. Ķenguru metode	Klaudija Hēla

**Trešdiena (4. diena) 29. novembris**

13:00 – 13:45	Zīdaiņa svars un augums – PVO normas	Sandra Lase
13:45 – 14:15	Zīdīšana un darba atsākšana	Sandra Lase
14:15 – 15:45	Zīdīšanas problēmu risināšana - bērns atsakās no krūts.	Sandra Lase
15:45 – 16:45	Zīdīšana un papildus uztura ieviešana	Sandra Lase
17:00 – 17:45	Kontrindikācijas zīdīšanai	Valda Krūmiņa
17:45 – 18:30	Laktozes nepanesība	Valda Krūmiņa
18:30 – 19:15	Govs piena olbaltuma alerģija	Valda Krūmiņa

**Sestdiena (5. diena) 2. decembris**

11:00 - 11:45	Bērnu ar īpašām vajadzībām zīdīšana (jaundzimušie ar attīstības defektiem, hipoglikēmija, fototerapija, kolikas)	Dr. Dina Krūze
11:45– 13.15	Prakse – klausīšanās un izzināšana, zīdīšanas vēstures sastādīšana, zīdīšanas novērtējums	Dr. D. Krūze, Sandra Lase
13:30 – 15:00	Zīdīšanas konsultēšana – lomu/situāciju spēles	Dr. D. Krūze, Sandra Lase
15:00– 15:45	Novērtēšana	Sandra Lase, Dr. Dina Krūze