



Zīdīšanas fizioloģija, psiholoģija, vadīšana un veicināšana

MĒRĶAUDITORIJA: Dūlas, PEP mammās, KKM mammās un citi interesenti

PROGRAMMAS APJOMS: 45 akadēmiskās stundas (5 dienas)

NORISES DATUMS: **2019. gada 16. – 30. novembris**

NORISES VIETA: RSU MITC, Anniņmuižas bulvāris 26a, Rīga

DALĪBAS MAKSA: **EUR 120,00**

- PIETEIKŠANĀS * :**
- sūtot pieteikumu uz e-pastu kursi@rsu.lv
Pieteikumā jānorāda programmas nosaukums, vārds, uzvārds, personas kods, kontaktārunis, kā arī maksātāja rekvizīti, ja maksātājs ir juridiska persona vai
 - aizpildot elektroniskās [pieteikšanās formu](#) RSU mājas lapā www.rsu.lv

* Pieteikumā norādītie personas dati tiks izmantoti šīs profesionālās pilnveides programmas administrēšanas, tajā skaitā, rēķina un apliecības sagatavošanas, mērķiem

1. diena 16. novembris

12:00 – 13:30	Mātes piena aizstājēju aprītes Starptautiskais Kodekss. Atbalsta grupu organizācija un darbība. Starptautiskā pieredze zīdīšanas veicināšanā	Sandra Lase
13:30 – 14:00	Dzemdību ietekme uz zīdīšanas uzsākšanu	Sandra Lase
14:00 – 14:30	Āda, āda kontakts	Sandra Lase
14:30 – 16:00	Zīdīšanas tehnika un vadīšana. Sekmīgas zīdīšanas pamatnoteikumi	Sandra Lase
16:00 – 16:30	Zīdīšana un kopā gulēšana	Sandra Lase
16:30 – 17:00	Mātes piena noslaukšana, uzglabāšana un izmantošana	Sandra Lase
17:15 – 18:45	Priekšlaikus dzimušo bērnu zīdīšana. Ķenguru metode	Klaudija Hēla

2. diena 22. novembris

11:15 – 13:15	Zīdīšanas problēmu risināšana – sāpīgi un saplaisājuši krūšu gali. Ko darīt, ja bērns nepareizi satver krūti. Plakani vai ievilkti krūšu gali.	Sandra Lase
13:15 – 14:45	Zīdīšanas problēmu risināšana – pilnas krūtis, piena nosprostojums, mastīts, abscess.	Sandra Lase
14:45 – 16:15	Zīdīšanas problēmu risināšana – maz piena. Hiperlaktācija	Sandra Lase
16:15 – 17:00	Relaktācija	Sandra Lase
17:15 – 17:30	Zīdīšanas situācija Latvijā	Valda Krūmiņa
17:30 – 18:30	Mākslīgās ēdināšanas risks bērna un sievietes veselībai	Valda Krūmiņa
18:30 – 19:15	Zīdīšanas anatomija un fizioloģija	Valda Krūmiņa
19:15 – 20:00	Mātes piena sastāvs	Valda Krūmiņa

3. diena 25. novembris

12:00 – 17:15	Zīdīšanas psiholoģiskie aspekti – kā strādāt ar māti, kā rīkoties krīzes, neizdošanās situācijās, saikne „māte – bērns”	Vīta Kalniņa, psiholoģe
17:30 – 18:15	Sievietes uzturs grūtniecības un laktācijas periodā	Valda Krūmiņa
18:15 – 19:00	Zīdīšana un medikamentu lietošana	Valda Krūmiņa

4. diena 29. novembris

13:00 – 14:00	Zīdaiņa svars un augums – PVO normas	Sandra Lase
14:00 – 14:30	Zīdīšana un darba atsākšana	Sandra Lase
14:30 – 15:30	Zīdīšanas problēmu risināšana - bērns atsakās no krūts	Sandra Lase
15:30 – 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

5. diena 30. novembris

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 izziņošana, 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 – 16:00	Novērtēšana	Dr. D. Krūze, Sandra Lase