

# ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ ΣΧΕΤΙΚΗ ΜΕ ΤΟ ΘΗΛΑΣΜΟ ΚΑΙ ΤΗ ΒΡΕΦΙΚΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ

## Στα πλαίσια της συμμετοχής του στο Δίκτυο Φαρμακείων Φιλικών προς το Μητρικό Θηλασμό

### Το φαρμακείο μας αναγνωρίζει ότι:

- Ο θηλασμός είναι ο φυσιολογικός τρόπος σίτισης των βρεφών.
- Το μητρικό γάλα είναι η φυσιολογική τροφή για τα βρέφη.
- Ο θηλασμός αποτελεί προληπτικό μέτρο δημόσιας υγείας με άμεσα αλλά και μακροπρόθεσμα θετικά αποτελέσματα τόσο για το βρέφος όσο και για τη μητέρα.
- Ο θηλασμός προσφέρει διατροφική ασφάλεια και οικονομικά πλεονεκτήματα στην οικογένεια.
- Ο θηλασμός βελτιώνει τα επίπεδα υγείας του ελλαδικού πληθυσμού και μειώνει τις δαπάνες που καταβάλλονται από το δημόσιο προϋπολογισμό για υπηρεσίες υγείας.
- Οι γονείς έχουν το δικαίωμα να ενημερώνονται πλήρως και τεκμηριωμένα σύμφωνα με τις τελευταίες επιστημονικές αποδείξεις προτού λάβουν αποφάσεις σχετικά με τη σίτιση του βρέφους τους.
- Θα πρέπει να γίνεται σεβαστή η απόφαση των γονέων για σίτιση του βρέφους με υποκατάστατα μητρικού γάλακτος κατόπιν επαρκούς ενημέρωσης.
- Ο μη θηλασμός και η χωρίς ένδειξη χρήση υποκατάστατων μητρικού γάλακτος εκθέτει το βρέφος σε περιττούς κινδύνους.
- Ο Διεθνής Κώδικας Εμπορίας Υποκατάστατων Μητρικού Γάλακτος (Κώδικας) προστατεύει το βρέφος από την καταχρηστική και ακατάλληλη χρήση υποκατάστατων μητρικού γάλακτος, τη μητέρα από τη λήψη λανθασμένης απόφασης σχετικά με την διατροφή του βρέφους της, τους επιστήμονες υγείας από την εφαρμογή επικίνδυνων πρακτικών, την πολιτεία από επιζήμιες κλινικές πρακτικές.
- Μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην προαγωγή της υγείας και την πρόληψη των νόσων και ειδικότερα στη προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του θηλασμού.

### Αποτελεί οργανικό μέρος του κοινωνικού σκοπού του φαρμακείου μας:

Η μείωση της νοσηρότητας των βρεφών και των μητέρων οφειλόμενη στα χαμηλά ποσοστά μητρικού θηλασμού και στη μη ενδεικνυόμενη χρήση των υποκατάστατων μητρικού γάλακτος, και η ταυτόχρονη επίτευξη καλύτερων οικονομικών αποτελεσμάτων για την ελληνική οικογένεια και πολιτεία.

## Στα πλαίσια του κοινωνικού μας σκοπού οφείλουμε:

- **Να προστατεύσουμε το μητρικό θηλασμό**
  - ✓ Αναγνωρίζοντας την σημασία και την ισχύ του Κώδικα
  - ✓ Γνωρίζοντας τα βασικά σημεία του Κώδικα
  - ✓ Τηρώντας τα βασικά σημεία του Κώδικα
  - ✓ Εποπτεύοντας την εφαρμογή του Κώδικα
  - ✓ Αναφέροντας τις παραβιάσεις του Κώδικα που υποπίπτουν στην αντίληψη μας
  
- **Να προάγουμε το μητρικό θηλασμό**
  - ✓ Βοηθώντας τη εγκυμονούσα να αποφασίσει για το κατάλληλο τρόπο σίτισης του βρέφους.
    - ❖ Ενημερώνοντας την για τις κατευθυντήριες οδηγίες του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας και της UNICEF για αποκλειστικό θηλασμό για τους πρώτους έξι μήνες της ζωής του βρέφους και κατόπιν συνέχιση του θηλασμού έως τα δύο χρόνια ή και περισσότερο, με σταδιακή εισαγωγή (μετά τον 6ο μήνα) κατάλληλης συμπληρωματικής τροφής.
    - ❖ Ενημερώνοντας την για τα οφέλη του μητρικού θηλασμού.
    - ❖ Ενημερώνοντας την για την συχνά μη ενδεδειγμένη χρήση των υποκατάστατων μητρικού γάλακτος.
    - ❖ Ενημερώνοντας την για τους αυξημένους κινδύνους από τη λανθασμένη χρήση των υποκατάστατων μητρικού γάλακτος.
  - ✓ Βοηθώντας την εγκυμονούσα που έχει αποφασίσει να θηλάσει να προετοιμαστεί για το στάδιο αυτό.
    - ❖ Ενημερώνοντας την για τη διαδικασία του θηλασμού.
    - ❖ Ενημερώνοντας την για όλες εκείνες τις νοσοκομειακές πρακτικές που συνάδουν με την απόφασή της να θηλάσει (όπως ο φυσιολογικός τοκετός, η παρουσία συνοδού κατά τον τοκετό, η επαφή δέρμα με δέρμα, ο θηλασμός εντός της 1ης ώρας μετά τον τοκετό, η συνδιαμονή μητέρας - βρέφους, ο αποκλειστικός θηλασμός κατά απαίτηση του βρέφους, η χορήγηση επεξεργασμένου βρεφικού γάλακτος μόνον κατόπιν θεραπευτικής ένδειξης).
    - ❖ Ενημερώνοντας την για την ύπαρξη ειδικών επί του θηλασμού, επαγγελματιών ή εθελοντών, στους οποίους μπορεί να απευθυνθεί προκειμένου να μάθει την τεχνική του θηλασμού.
    - ❖ Ενημερώνοντας την για την ύπαρξη εξειδικευμένων και καλά τεκμηριωμένων πηγών πληροφόρησης.
  - ✓ Στηρίζοντας, τις τοπικές και μη, πρωτοβουλίες που στοχεύουν στη προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του μητρικού θηλασμού.

- ✓ Συνεργαζόμενοι με δομές υγείας και επαγγελματίες υγείας που εργάζονται στο πεδίο του μητρικού θηλασμού και της βρεφικής διατροφής.

▪ **Να υποστηρίξουμε τη θηλάζουσα μητέρα**

- ✓ Βοηθώντας τη θηλάζουσα μητέρα στην πρόληψη προβλημάτων που σχετίζονται με το θηλασμό.
  - ❖ Ενημερώνοντας την για τα συνήθη προβλήματα που ανακύπτουν κατά το θηλασμό και τον τρόπο αντιμετώπισης τους.
  - ❖ Ανιχνεύοντας τους παράγοντες κινδύνου και συμβάλλοντας στην αντιμετώπιση τους.
- ✓ Βοηθώντας τη θηλάζουσα μητέρα στην αντιμετώπιση προβλημάτων που σχετίζονται με το θηλασμό.
  - ❖ Ανιχνεύοντας την πρώιμη ή μη συμπτωματολογία των προβλημάτων που σχετίζονται με το θηλασμό.
  - ❖ Συνεργαζόμενοι με τη θηλάζουσα μητέρα στην αντιμετώπιση της πρώιμης ή μη συμπτωματολογίας (μέχρι του σημείου που επιτρέπουν οι γνώσεις και οι αρμοδιότητες μας).
  - ❖ Παραπέμποντας, ανάλογα με τη φύση του προβλήματος, την θηλάζουσα μητέρα είτε σε ειδικό επί της γαλουχίας (εάν κατά την εκτίμηση του φαρμακοποιού το πρόβλημα οφείλεται σε λανθασμένη τεχνική θηλασμού) είτε σε ιατρό (εάν κατά την κρίση του φαρμακοποιού το πρόβλημα οφείλεται σε παθολογία), προκειμένου να εξευρεθεί η βέλτιστη λύση για τη θηλάζουσα μητέρα.

**...αλλά ταυτόχρονα να στηρίξουμε τους γονείς που κατόπιν πραγματικής ένδειξης ή δικής τους (ενημερωμένης) απόφασης, σιτίζουν το βρέφος τους με υποκατάστατο μητρικού γάλακτος (ΥΜΓ).**

- ✓ Παρέχοντας πληροφόρηση και ενημέρωση σχετικά με τα ΥΜΓ.
- ✓ Διαθέτοντας τα ΥΜΓ με τρόπο ώστε να επιβεβαιώνεται η ύπαρξη σχετικής ένδειξης, η αποτελεσματικότητα και η ασφάλεια τους.
- ✓ Παρέχοντας πληροφόρηση και ενημέρωση σχετικά με τον τρόπο παρασκευής, χρήσης και αποθήκευσης των ΥΜΓ.

▪ **Να διασφαλίσουμε τη βέλτιστη χρήση των φαρμάκων**

- ✓ Ενημερώνοντας τις εγκυμονούσες, τις θηλάζουσες και την τοπική κοινότητα για τη συμβατότητα της συντριπτικής πλειοψηφίας των φαρμάκων με τον θηλασμό.
- ✓ Βοηθώντας την θηλάζουσα μητέρα να λαμβάνει τεκμηριωμένες αποφάσεις σχετικά με την χρήση φαρμάκων κατά τη διάρκεια του θηλασμού.
- ✓ Συνεργαζόμενοι στην εξεύρεση θεραπευτικών επιλογών συμβατών με το μητρικό θηλασμό.

- ✓ Ποιώντας γαληνικά σκευάσματα που διαθέτουν όλα τα απαιτούμενα ποιοτικά χαρακτηριστικά και εγγυώνται την αποτελεσματικότητα της φαρμακοθεραπείας για τη μητέρα και την ασφάλεια της φαρμακοθεραπείας για τη μητέρα, το βρέφος και τη γαλουχία (για τους φαρμακοποιούς που ειδικεύονται στην γαληνική φαρμακοποιητική πρακτική).
- ✓ Διαθέτοντας τα φάρμακα με τρόπο ώστε να επιβεβαιώνεται σε κάθε περίπτωση η ύπαρξη ένδειξης και η αποτελεσματικότητά τους για τη μητέρα, η ασφάλειά τους για τη μητέρα, το βρέφος και τη γαλουχία (για τους φαρμακοποιούς που εμπλέκονται στη διάθεση φαρμάκων).
- ✓ Διαμορφώνοντας, σε συνεργασία με τους υπόλοιπους επιστήμονες υγείας, την φαρμακοθεραπεία της θηλάζουσας μητέρας και παρακολουθώντας την εξέλιξη της (για τους φαρμακοποιούς που εμπλέκονται στη διαχείριση της φαρμακοθεραπείας).

#### Δεσμευόμαστε:

- Να διαθέτουμε τυπωμένο:
  - ✓ Αντίγραφο της πολιτικής του φαρμακείου, την σχετική με το θηλασμό και τη βρεφική διατροφή.
  - ✓ Αντίγραφο του «ΘΗΛΑΣΜΟΣ & ΦΑΡΜΑΚΑ: Κλινικός οδηγός για φαρμακοποιούς».
  - ✓ Αντίγραφο του Διεθνούς Κώδικα Εμπορίας Υποκατάστατων Μητρικού Γάλακτος.
- Να διαθέτουμε για το κοινό έντυπο υλικό που αφορά:
  - ✓ Τη χρήση των φαρμάκων κατά τη περίοδο του θηλασμού.
  - ✓ Τα οφέλη του μητρικού θηλασμού
  - ✓ Τους κινδύνους από τη μη ενδεδειγμένη χρήση υποκατάστατων μητρικού γάλακτος.
  - ✓ Την διαδικασία του θηλασμού.
  - ✓ Την άντληση – αποθήκευση – απόψυξη του μητρικού γάλακτος.
  - ✓ Τις φιλικές ως προς το θηλασμό νοσοκομειακές πρακτικές.
  - ✓ Την ύπαρξη ειδικών επί του θηλασμού και ομάδων υποστήριξης
  - ✓ Πηγές τεκμηριωμένης πληροφόρησης.
  - ✓ Την φροντίδα του βρέφους.
  - ✓ Την ορθή προετοιμασία, χρήση και αποθήκευση των ΥΜΓ.
- Να διαθέτουμε γραπτό μητρώο στο οποίο να βρίσκονται καταχωρημένοι οι πιστοποιημένοι σύμβουλοι θηλασμού, οι εθελοντές σύμβουλοι θηλασμού και οι ομάδες υποστήριξης θηλασμού που εργάζονται τοπικά καθώς και τα στοιχεία επικοινωνίας τους.
- Να διαθέτουμε σε εμφανή θέση:
  - ✓ Το λογότυπο της πρωτοβουλίας
- Να διαθέτουμε ανά πάσα στιγμή:
  - ✓ Είτε πρόσβαση σε εξειδικευμένη βάση δεδομένων (LactMed, E-Lactancia)
  - ✓ Είτε έντυπο εξειδικευμένο οδηγό φαρμάκων.

- Σε ότι αφορά τον Κώδικα:
  - ✓ Τα προϊόντα που είναι υπό τον έλεγχο του Διεθνούς Κώδικα να φυλάσσονται σε μη εμφανές – μη προσβάσιμο για το κοινό σημείο.
  - ✓ Τα υποκατάστατα μητρικού γάλακτος να αγοράζονται στην κανονική τιμή της αγοράς.
  - ✓ Τα υποκατάστατα μητρικού γάλακτος να διατίθενται στην κανονική τιμή της αγοράς.
  - ✓ Τα υποκατάστατα μητρικού γάλακτος να διατίθενται μόνον κατόπιν ειδικής ένδειξης.
  - ✓ Να χρησιμοποιούμε εικόνες μητέρων που θηλάζουν.
  - ✓ Να ΜΗΝ χρησιμοποιούμε εικόνες μητέρων που σιτίζουν τα βρέφη τους με υποκατάστατα μητρικού γάλακτος.
  - ✓ Να συμμετέχουμε και να προβάλλουμε προωθητικές εκστρατείες που οργανώνονται υπέρ του μητρικού θηλασμού.
  - ✓ Να ΜΗΝ συμμετέχουμε και να ΜΗΝ προβάλλουμε προωθητικές εκστρατείες προς όφελος των υποκατάστατων μητρικού γάλακτος (είτε με την μορφή εκπνώσεων είτε με την μορφή δωρεάν αντικειμένων που συνοδεύουν τα εν λόγω προϊόντα).
- Να διαθέτουμε (προαιρετικά) έναν κατάλληλο, διακριτικό χώρο στο φαρμακείο στον οποίο οι μητέρες θα έχουν τη δυνατότητα να θηλάσουν.

#### **Αναγνωρίζουμε την ανάγκη:**

- Συνεχούς εκπαίδευσης (θεωρητική & πρακτική, τεχνική & κλινική) του ανθρώπινου δυναμικού του φαρμακείου σε θέματα Μητρικού Θηλασμού (& Κώδικα) και Χρήσης Φαρμάκων (& ΥΜΓ).
- Προσαρμογής της υποδομής, του εξοπλισμού και των διαδικασιών του φαρμακείου ώστε να εξυπηρετούν τον κοινωνικό του σκοπό.
- Εσωτερικής και εξωτερικής αξιολόγησης, καθώς αποτελεί θεμέλιο λίθο της προσπάθειας μας για συνεχή βελτίωση της πρακτικής μας.

ΣΦΡΑΓΙΔΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ & ΥΠΟΓΡΑΦΗ  
του / των αδειούχων φαρμακοποιών