

РЕБЕНОК ОТ ЗАЧАТИЯ ДО ГОДА

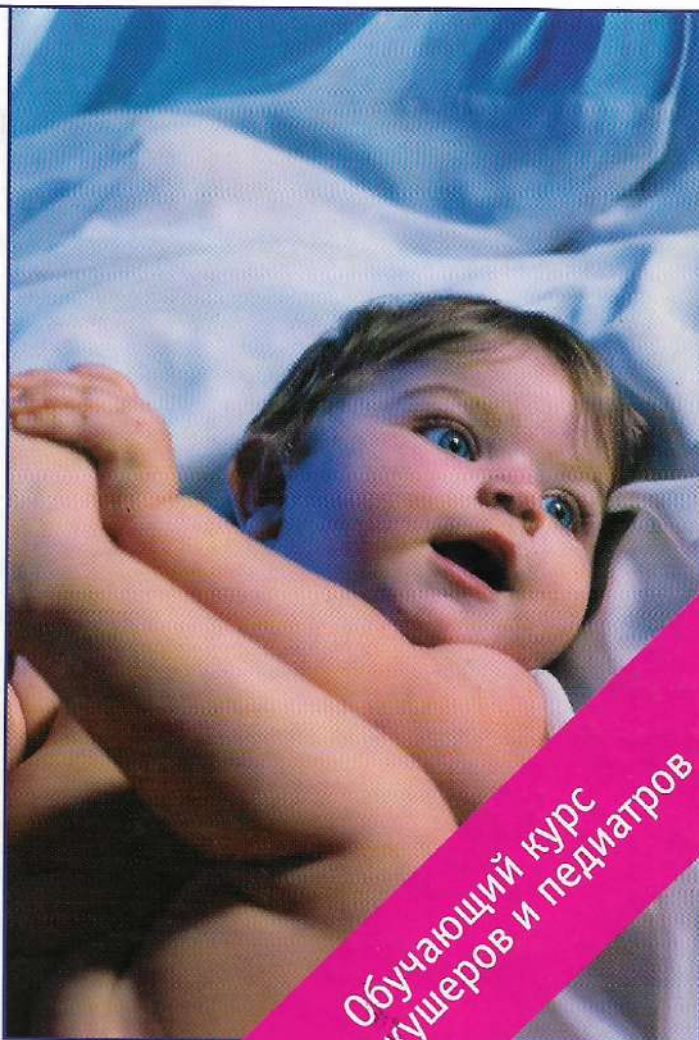
Универсальное пособие

Единое ежемесячное описание развития ребенка от момента оплодотворения до исполнения ему 12 месяцев после рождения

Большое внимание уделено описанию симбиотического единства матери и ребенка

Дается подробное описание психологических особенностей женщины во время беременности, родов и кормления грудью

Настоящая книга является первым учебным пособием в России по перинатальному воспитанию



Обучающий курс
для акушеров и педиатров

Универсальное

пособие

Ж. В. Цареградская
Ребенок
от зачатия
до года

аст
ИЗДАТЕЛЬСТВО



Москва • АСТ • «Астрель»

ВКП

Владимир

УДК 616.052.2
ББК 77.8

УДК 616-053.2

ББК 57.3

Ц18

Подписано в печать 22.12.2008. Формат 60x90¹/₁₆. Усл. печ. л. 23,4.
Гарнитура Гарамонд. Доп. тираж 4 000 экз. Заказ № 936и.

Общероссийский классификатор продукции
ОК-005-93, том 2; 953005 — литература учебная

Санитарно-эпидемиологическое заключение
№ 77.99.60.953.Д.009937.09.08 от 15.09.2008 г.

Цареградская, Ж.В.

Ц18 Ребенок от зачатия до года/ Ж.В. Цареградская. — М.: Астрель:
АСТ; Владимир: ВКТ, 2009. — 281, [7] с. — (Универсальное пособие).

ISBN 978-5-17-014566-9 (ООО «Издательство АСТ»)

ISBN 978-5-271-04155-6 (ООО «Издательство Астрель»)

ISBN 978-5-226-00850-4 (ВКТ)

Настоящая книга является первым учебным пособием в России по перинатальному воспитанию. Большое внимание уделено описанию симбиотического единства матери и ребенка. Кроме этого, впервые дается описание психологических особенностей женщины во время беременности, родов и кормления грудью, представленных как единая линия.

Издание адресуется специалистам, работающим с беременными женщинами и новорожденными, а также тем, кто готовится стать родителями.

УДК 616-053.2

ББК 57.3

ISBN 978-5-17-014566-9 (ООО «Издательство АСТ»)

ISBN 978-5-271-04155-6 (ООО «Издательство Астрель»)

ISBN 978-5-226-00850-4 (ВКТ)

© ООО «Издательство Астрель», 2004

Об авторе

Цареградская Жанна Владимировна — по образованию педагог (дошкольное воспитание), опытный консультант по грудному вскармливанию (опыт работы 14 лет), обладатель эксклюзивной профессии психолог-перинатолог, специализируется на воспитании детей раннего возраста (формирование психики и поведения от зачатия до 3 лет жизни), наиболее увлеченно занимается перинатальным периодом и первым годом жизни ребенка, мать шестерых детей, каждого из которых она кормила грудью до 2 лет.

Деятельность. Ж.В. Цареградская занимается перинатальным воспитанием ребенка на протяжении 16 лет. Официально как специалист и руководитель центра дородовой подготовки начала работать с 1989 года. Много времени посвящала не только занятиям с беременными женщинами и кормящими матерями (налаживание грудного вскармливания, обучение уходу за новорожденным), но и сбору материала для подготовки женщин к материнству. Особой темой изучения стали формирование поведения и психики ребенка, закономерности его естественного развития в раннем возрасте (от зачатия до 3 лет жизни), а также соотношение поведения матери и потребностей младенца. В 1990—1991 г. Жанна Владимировна принимала активное участие в подготовке беременных к родам и оказывала психологическую поддержку роженицам на базе родильного дома при 70-й клинической больнице Москвы. За этот период была оказана помощь более 200 матерям и новорожденным.

Исследования и сбор информации в этом направлении позволили Жанне Владимировне создать программу «Психология успешного материнства» и трехтомный труд «Культура материнства», предназначенный для обучения инструкторов дородовой подготовки. Часть программы, направленная на гуманизацию родовспоможения и поддержку грудного вскармливания, начала внедряться в родильном доме № 6 г. Москвы с 1995 по 1999 г. Здесь проводились занятия с медперсоналом, осуществлялась психологическая поддержка рожениц, что позволяло минимизировать медикаментозные вмешательства в ход родов, проводились регулярные занятия с беременными женщинами и кормящими матерями в отделениях послеродового ухода. Благодаря совместной работе удалось значительно повысить показатели по грудному вскармливанию (с 10 до 35% в первые 3 месяца жизни ребенка) и улучшить состояние женщин и детей в первые дни после родов, что констатировали акушеры и педиатры родильного дома. Результатом этой работы явилось присвоение Жанне Владимировне эксклюзивной профессии «психолог-перинатолог» в 1998 г. и присвоение роддому № 6 звания ВОЗ/ЮНИСЕФ «Больница, доброжелательная к ребенку» в 1999 г. За этот период была оказана помощь более 300 матерям. Кроме этого велись подробные наблюдения за развитием детей первого года жизни в домашних условиях по специально разработанным дневникам, что позволило лучше понять принципы развития ребенка, формирование его поведения. В общей

Немедицинский подход

Немедицинский подход в сфере деторождения представляет собой общественное течение, призывающее родителей вернуться к своей биологии и физиологии и отказаться от необоснованных медицинских вмешательств в такие естественные процессы, как беременность, роды и грудное вскармливание. Это течение возникло еще в 60-х годах XX века, как реакция на значительное снижение уровня здоровья матерей и детей, вызванное бесчисленными медицинскими вмешательствами, в большинстве случаев совершенно бессмысленными. Женщины перестали безоговорочно верить медицине и захотели сделать рождение ребенка исключительно семейным событием. Матери захотели взять на себя приятную ответственность за рождение своих детей и больше не доверять ее акушерам. Результатом этого общественного течения явилось возникновение различных немедицинских организаций, оказывающих помощь матерям на этапах беременности — роды — грудное вскармливание. Сегодня эта система представляет собой достаточно развитую структуру. В России система немедицинской помощи матерям только начала складываться. Поэтому качество услуг в этих организациях значительно отличается друг от друга. Сегодня немедицинские центры, ориентированные на поддержку материнства, можно разделить на сеть любительских и профессиональных организаций. Профессиональную помощь матерям оказывают центры перинатального воспитания, центры дородовой подготовки, группы поддержки грудного вскармливания, материнские центры. Любительскую работу ведут клубы родительской культуры и центры аквакультуры.

Профессиональная немедицинская помощь матерям

В России профессиональная немедицинская система перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания ориентирована на поддержку материнства, накопление и передачу материнского опыта. Согласно международному опыту систему перинатального воспитания представляют следующие организации:

- Центр перинатального воспитания;
- Материнский центр;
- Центр дородовой подготовки;
- Группа поддержки грудного вскармливания.

Во всех этих организациях работают специалисты общественных немедицинских профессий, которых нет и не может быть в реестре государственных профессий. Такими общественными профессиями

являются психолог-перинатолог (консультант по перинатальному воспитанию), инструктор дородовой подготовки, инструктор по уходу за ребенком, консультант по грудному вскармливанию, повитуха или доула.

Специалисты немедицинской сферы перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания

Психолог-перинатолог, консультант по перинатальному воспитанию

Психолог-перинатолог — это специалист в области перинатального воспитания, психологии ребенка антенатального и перинатального периода, грудного и раннего возраста, а также психологии беременной, роженицы и кормящей матери. Он изучает закономерности и оптимальные условия для формирования и развития психики ребенка. Практическая задача психолога-перинатолога довольно широка — он ведет линию развития и формирования психики и поведения ребенка от зачатия до 3 лет. Конечной целью работы этого специалиста является рост и развитие полноценного мозга. Для достижения этой цели психолог-перинатолог решает следующие задачи:

- **занятия с беременными по подготовке к родам и грудному вскармливанию**, создание оптимальных условий для развития плода (предохранение его от стресса), а также для благополучного протекания беременности; формирование материнской сосредоточенности, доминанты на грудное вскармливание и естественные роды, оптимизация их ожидания (прогноз течения и исхода родов, обучение приемам снятия родовых болей, приемам поведения в родах, определение наиболее комфортных условий для родов и появления ребенка на свет и т.д.), тестирование и психологическая коррекция;
- **занятия с родными беременной**, направленные на изменение отношения к будущему ребенку и самой беременной, а также к материнству вообще;
- **партнерство в родах**, направленное на достижение психоэмоционального комфорта роженицы, необходимого для благополучных родов, а также ведение естественных неосложненных родов. Психолог-перинатолог во время родов может выполнять функции повитухи и доулы;
- **оценка степени тяжести родового стресса и прогноз отдаленных последствий родов**, которые психолог-перинатолог проводит непосредственно после родов и, в соответствии с ними, дает рекомендации по преодолению возможных последствий родового стресса;

- *мягкая адаптация новорожденного и грудного ребенка к новой среде существования*, организация полноценного грудного вскармливания и физиологически обоснованного ухода;
- *наблюдение за развитием грудного ребенка первого года жизни*, консультации по развитию грудничка и формированию его поведения, внесение изменений в уход и приемы воспитания;
- *наблюдение за развитием ребенка раннего возраста (от 1 года до 3 лет)*, консультации по его развитию, приемам ухода и воспитания;
- *формирование материнского поведения*, обучение матери основным навыкам обращения с ребенком и приемам воспитания от рождения до 3 лет, характеризующим хорошее материнство.

Инструктор дородовой подготовки

Инструктор дородовой подготовки решает следующие задачи:

- *дородовая подготовка* беременных и семейных пар, ожидающих ребенка, проведение с ними в этих целях групповых и индивидуальных занятий;
- *психологическая поддержка в родах*.

Консультант по грудному вскармливанию

В задачи консультанта по грудному вскармливанию (молочного консультанта или консультанта по лактации) входит практическая помощь матерям в организации полноценного грудного вскармливания, решение проблем грудного вскармливания, формирование у беременных доминанты на грудное вскармливание, помощь матери в правильной организации введения прикормов. Таким образом, молочный консультант решает следующие задачи:

- *консультации по телефону* молодых матерей и членов их семей по вопросам лактации (психологическая поддержка матери, консультации по вопросам организации грудного вскармливания, первая помощь при проблемах), а также по вопросам формирования пищевого поведения ребенка и др. вопросам;
- *консультации на дому* в случае проблем с грудным вскармливанием (обучение правильному прикладыванию ребенка к груди, обучение сцеживанию, оказание помощи при недостатке молока, отказе от груди, лактостазе, мастите, травмах соска, проведение релактации, организация введения прикормов и т.д.);
- *проводит просветительские беседы* и консультирование в родильных домах, женских консультациях, детских поликлиниках;
- *организует регулярные встречи* беременных женщин и кормящих матерей в целях пропаганды грудного вскармливания;
- *ведет общественную деятельность, привлекает внимание прессы к данной проблеме*.

Инструктор по обучению уходу за новорожденным и грудным ребенком

В задачи инструктора по обучению уходу за новорожденным и грудным ребенком входит:

- *обучение родителей уходу за новорожденным и грудным ребенком* в соответствии с физиологически обоснованной методикой мягкой адаптации новорожденного к новым условиям существования;
- *обучение пестовальной гимнастике* для ребенка первого года жизни;
- *консультации по изменениям в уходе* за ребенком первого года жизни;
- *ведение дневника развития* ребенка первого года жизни.

Повитуха и доула

В задачи повитухи входит помощь женщине во время физиологических родов, протекающих без осложнений. Повитуха знает ход естественных родов и может отличить патологическую ситуацию от нормальной, что позволяет своевременно обратиться за помощью в акушерский стационар. Ведение патологических родов в компетенцию повитухи не входит.

В задачи доулы входит оказание психологической помощи роженице в стационаре, проведение расслабляющего массажа. Кроме этого в медицинском учреждении она выполняет роль адвоката: осуществляет контроль над ситуацией, защищает права роженицы, оценивает обоснованность, своевременность и необходимость того или иного медицинского вмешательства в роды и дает советы роженице или семейной паре. Ее помощь полезна независимо от присутствия во время родов мужа или кого-либо из родственников роженицы. На практике профессии повитухи и доулы вполне совместимы.

Первоначальные требования для приобретения профессии в области перинатального воспитания

Далеко не всякий может приобрести вышеперечисленные общественные профессии. Для приобретения любой из них кандидат должен соответствовать обязательным требованиям:

Пол. Получить такую профессию может только женщина. Очень забавно смотрится мужчина, который объясняет беременной, что она чувствует, и как она будет тужиться во время родов, или пытается передать кормящей матери опыт кормления грудью.

Положительный опыт материнства. Очень важно, чтобы у женщины, помогающей другим матерям, был собственный положитель-

ный опыт материнства. Чтобы такой опыт был полноценным, он должен быть частью жизни женщины. Лишь каждодневное грамотное и умелое общение с собственными детьми, постоянное решение собственных материнских проблем развивает в женщине способность вникать в проблемы неопытной матери и способность ей помогать. Материнская сноровка — качество, которое не дано женщине от природы. Оно приобретается в результате обучения и последующего накопления опыта в процессе постоянных тренировок. Поэтому имеет значение, сколько у женщины детей и есть ли опыт благополучных естественных родов. Для каждой профессии минимальные нормы несколько различаются:

- консультант по лактации должен иметь опыт успешного кормления грудью одного ребенка не менее 1 года (минимальный материнский стаж 1 год);
- инструктор по уходу за ребенком должен иметь опыт успешного грудного вскармливания и хорошего ухода не менее чем за 2 детьми (минимальный материнский стаж 3 года);
- инструктор дородовой подготовки должен иметь опыт не менее чем двух нормальных родов через естественные родовые пути, а также опыт успешного грудного вскармливания и хорошего ухода не менее чем за 2 детьми (минимальный материнский стаж 3 года);
- для психолога-перинатолога и повитухи желательно иметь не менее 3 успешных родов через естественные родовые пути, продолжительное грудное вскармливание и хороший уход за каждым ребенком (минимальный материнский стаж 5 лет).

Кто обучал женщину навыкам ухода за ребенком и грудному вскармливанию. Передавать полноценный материнский опыт может только та женщина, которую кто-то ввел в новую роль матери и обучил ее этому. Материнский опыт не может передавать медсестра из поликлиники или инструктор по плаванию и динамической гимнастике. Не может материнский опыт добываться женщиной самостоятельно в результате проб и ошибок или черпаться из книг и фильмов — такой опыт можно справедливо назвать необоснованным экспериментом над собственным ребенком. Обучить женщину навыкам, необходимым для успешного материнства, может только непосредственный носитель. В современной ситуации такими носителями являются: инструктор по обучению уходу за ребенком, консультант по лактации или психолог-перинатолог.

Образование. Первоначальное образование не имеет большого значения. Вполне естественно, что основы материнского опыта невозможно почерпнуть в стенах среднеспециального и даже высшего учебного заведения. Уровень подготовки такого специалиста определяет личный материнский стаж в сочетании с курсом специальной теоретической и практической подготовки. Для обучения профессиям в сфере перинатального воспитания существуют специальные не-

медицинские курсы. В разных странах эти курсы организованы по-разному. В настоящее время в России такие профессиональные курсы существуют лишь в Москве на базе Центра перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания «Рожана».

Работа в медучреждении. Специалист в области перинатального воспитания не должен совмещать работу в центре или группе поддержки грудного вскармливания и работу в медицинском учреждении. Такое совмещение значительно влияет на качество работы и мешает достигать успеха, как в той, так и в другой области.

Организации сферы перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания

Центр перинатального воспитания

Центр перинатального воспитания — это форма работы, предназначенная для подготовки родителей к рождению и воспитанию ребенка в грудном, раннем и дошкольном возрасте. Центр ведет просветительскую, психологическую и педагогическую работу и не является медицинской организацией, но в своей работе широко сотрудничает с врачами и медучреждениями ЛПУ родовспоможения и детства. Целью работы такого центра является просвещение родителей для обеспечения оптимальных условий развития ребенка раннего возраста, распространение знаний о грудном вскармливании, преимуществах естественных родов, психологии и закономерностях развития ребенка от рождения до 3 лет. На базе такого центра широко проводятся занятия по дородовой подготовке, психологическое тестирование и консультирование родителей, ожидающих ребенка, или семей с ребенком раннего возраста, занятия по семейной психологии и педагогике, психокоррекция, а также реализуются программы по домашним родам и родам без вмешательств, проведение родов с участием доулы, проводится консультирование по грудному вскармливанию, обучение уходу за новорожденным и пестовальной гимнастике, наблюдение за развитием ребенка от рождения до 3–8 лет жизни. В таком центре работают специалисты новых общественных профессий: психологи-перинатологи, консультанты по перинатальному воспитанию, инструкторы дородовой подготовки, инструкторы по обучению уходу за новорожденным и грудным ребенком, консультанты по грудному вскармливанию и специалисты востребованных смежных профессий, например, педагоги, психологи и др. специалисты. Главной задачей центра является передача материнского опыта и подготовка «профессиональной мамы», распространение гуманного отношения к матери и ребенку. Работа центра основывается на научных знаниях, рекомендациях ВОЗ/ЮНИСЕФ и Международной

Молочной Лиги (LLL), а также других организаций, поддерживающих грудное вскармливание и гуманное отношение к ребенку.

Материнский центр

Материнские центры — это центры, оказывающие женщинам и семейным парам немедицинскую помощь в рождении детей, уходе за ними и налаживании грудного вскармливания в первые дни после родов. Такой центр называется «материнским», потому что в нем принципиально помощь молодым матерям оказывают более опытные матери, имеющие опыт неоднократных родов, успешного кормления грудью и специальную подготовку. Материнские центры отличаются от центров перинатального воспитания тем, что помимо занятий по дородовой подготовке на их базе проводятся немедицинские роды. При таком центре обычно есть гостиничный комплекс, где женщина может родить ребенка и оставаться там еще некоторое время, обучаясь уходу за новорожденным и налаживая грудное вскармливание. Материнский центр работает в сотрудничестве с акушерским стационаром, куда можно немедленно госпитализировать роженицу в случае, если в родах возникли осложнения.

Эта форма работы сегодня завоевывает популярность в странах Европы и Америки, что связано с прекрасными показателями здоровья рожениц и новорожденных. В материнских центрах самый низкий процент кесаревых сечений. Всего 5% рожениц поступает из материнских центров в стационар для оперативного родоразрешения. И еще 3–5% рожениц поступает с другими неблагоприятными. Таким образом, в материнских центрах процент родов, требующих медицинских вмешательств составляет 8–10%, что является чрезвычайно низким показателем. Для сравнения следует сказать, что в обычном родильном доме делают 10–20% кесаревых сечений, т.е. в 2–4 раза больше.

В материнском центре работают инструкторы дородовой подготовки, повитухи/доулы, инструкторы по обучению уходу за новорожденным ребенком. Кроме того, материнские центры сотрудничают с группами поддержки грудного вскармливания и рекомендуют матерям по выходе из центра обращаться за поддержкой к консультантам по лактации.

Группа поддержки грудного вскармливания

Большое значение для увеличения распространенности и продолжительности грудного вскармливания, а также расширения образования молодых родителей и уменьшения числа ошибок в уходе за ребенком, имеет работа общественных групп материнской поддержки. Общественная группа поддержки грудного вскармливания — это форма помощи матерям в налаживании грудного вскармливания и обучении уходу за новорожденным и грудным ребенком.

Членом такой группы может стать любая женщина, которая имеет положительный опыт грудного вскармливания не менее 1 года.

Матери, вошедшие в такую группу, проходят специальный курс обучения и аттестацию на базе центра перинатального воспитания, чтобы получить необходимые знания по вопросам грудного вскармливания. В их задачи входит консультирование по телефону матерей, которые столкнулись с проблемами грудного вскармливания, и ищут помощи и поддержки, чтобы справиться с ними. Кроме того, лидеры группы поддержки проводят регулярные встречи с будущими и кормящими матерями, посвященные грудному вскармливанию. На этих встречах женщины могут получить ответы на все волнующие их вопросы.

Общественные группы поддержки работают не изолированно. Они тесно сотрудничают с центрами перинатального воспитания, родильными домами и детскими поликлиниками, откуда к ним направляются матери. Общественные группы поддержки грудного вскармливания сотрудничают друг с другом и делятся опытом. Для этого они объединяются в Лигу или ассоциацию. Примерами такого объединения могут служить Международная Молочная Лига, имеющая свои представительства в 60 странах мира, и крупная австралийская организация «Ресурсы лактации».

Центр дородовой подготовки

Центр дородовой подготовки — это немедицинская организация, ограничивающая свою деятельность подготовкой беременных к родам и оказывающая в родах поддержку. В центре дородовой подготовки работают инструкторы дородовой подготовки и повитухи/доулы. Поскольку деятельность такого центра ограничивается беременностью и родами, такой центр активно сотрудничает с группами поддержки грудного вскармливания и центрами перинатального воспитания. Такое сотрудничество необходимо, чтобы не оставлять молодую мать наедине с проблемами ухода за малышом и налаживания грудного вскармливания. Сотрудники центра дородовой подготовки передают опеку над родильницей и новорожденным консультантам по лактации и инструкторам по уходу за ребенком на 2 суток после родов, чтобы обеспечить дальнейшую возможность полноценного материнства.

Координация работы и аттестация сотрудников

Организации, ориентированные на перинатальное воспитание и поддержку грудного вскармливания, работают в тесной связи друг с другом. Поскольку все вышеназванные организации ведут активную

общественную деятельность, направленную на просвещение родителей, они координируют свою работу и широко сотрудничают друг с другом. Кроме этого, важным принципом работы этих организаций является прозрачность и поддержание рейтинга своих специалистов. Это чрезвычайно важно в условиях сосуществования с медицинскими организациями. Опишем основные принципы работы сети общественных организаций в поддержку материнства.

Координация деятельности

Деятельность организаций, направленных на перинатальное воспитание и поддержку грудного вскармливания координирует Координационный центр или Штаб-квартира. В задачи такого Центра входит координация проведения различных общественных акций, исследовательских работ, разработка и распространение различных информационных материалов для родителей и работников организаций, объединенных вокруг него. Центр является издательской базой, где издаются не только информационные листки, плакаты и памятки. Он разрабатывает и издает различные методические пособия, брошюры, учебники и учебные пособия, справочники, информационные бюллетени и другую литературу, необходимую для внутреннего обеспечения деятельности и повышения уровня знаний своих сотрудников. На базе Координационного центра проводятся также мероприятия по обмену опытом и научной информацией, учебная деятельность, проведение аттестаций и переекспертаций.

Подготовка и аттестация специалистов

Координационный центр является также учебно-образовательной базой. Здесь проходят курсы подготовки специалистов по всем общественным профессиям: консультант по грудному вскармливанию, инструктор по обучению уходу, инструктор дородовой подготовки, повитуха и доула, психолог-перинатолог. Все специалисты, получившие образование, ежегодно подтверждают свою квалификацию. Для этого собирается аттестационная комиссия, которая рассматривает допуск каждого кандидата, его отчет о проделанной практической и научной работе и подтверждает его квалификацию.

Прозрачность деятельности

Общественные организации в поддержку грудного вскармливания и перинатального воспитания стремятся сделать свою деятельность максимально прозрачной. Для этого отчеты об их деятельности регулярно передаются в Координационный центр и размещаются в информационном бюллетене. Здесь публикуются все успехи и неудачи в работе, статистические данные, годовые и ежеквартальные отчеты, результаты ежегодной аттестации специалистов. В таком информа-

ционном бюллетене можно найти информацию не только о результатах аттестации, но и о каждом специалисте, прошедшем ее.

Другим источником информации о деятельности этих организаций является ежегодная отчетная научно-практическая конференция, которая организуется и проводится на базе Координационного центра. Посещение конференции доступно не только для представителей организаций, входящих в сеть перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания, но и для родителей, которые хотят получить полезную информацию.

Современное положение в России

Несмотря на то, что подобная общественная деятельность в России началась сравнительно недавно, она идет довольно успешно и отвечает практически всем международным требованиям. Эта деятельность представлена общественными группами поддержки грудного вскармливания и московским Центром перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания «Рожана», который выполняет роль Координационного центра.

Центр «Рожана»

Центр перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания «Рожана» был создан в 1989 году. Его создатели — многодетные мамы. Он начал свою работу как Центр дородовой подготовки. В комплекс услуг Центра входили занятия по дородовой подготовке и психологическая поддержка подготовленных женщин во время родов, а также организация грудного вскармливания новорожденного ребенка. Проводя эту работу, сотрудники Центра постоянно наталкивались на проблемы, связанные с неумением матерей ухаживать за своими маленькими детьми. В результате в 1990 году была разработана первая методика обучения матерей уходу за новорожденным ребенком и технике грудного вскармливания. Применение этой методики не замедлило дать свои плоды. Все мамы, прошедшие обучение, оставались под наблюдением сотрудников Центра, и уже в 1991 году были подведены первые итоги. Все мамы сохранили грудное вскармливание до 1 года и за это время не испытывали никаких проблем с лактацией. По оценке педиатров дети были благополучны.

В период с 1990 по 1994 год Центр активно сотрудничает с родильными домами, оказывая психологическую поддержку роженицам. Всего за это время сотрудники Центра оказали помощь примерно в 480 родах. Помимо этого идет создание информационной и методической базы, систематизация собранного материала.

С 1994 года изменяется деятельность Центра. Теперь акцент переносится не на поддержку в родах, а на линию развития ребенка. В свя-

зи с этим за период с 1994 по 1997 год Центр оказал поддержку лишь в 80 родах, зато каждая мама прошла полную программу подготовки на всех этапах материнства:

- дородовая подготовка;
- психологическая поддержка в родах, помощь во время домашних родов;
- организация ухода за новорожденным и родильницей;
- организация грудного вскармливания, обучение технике кормления;
- воспитание грудного ребенка, наблюдение за его развитием до 1 года;
- воспитание ребенка от 1 года до 3 лет.

С 1996 по 1999 год Центр сотрудничает с московским родильным домом № 6 им. Абрикосовой. Это позволило сотрудникам роддома изменить подход к родовспоможению и грудному вскармливанию, сделав его более гуманным. В результате родильный дом завоевал звание ВОЗ/ЮНИСЕФ «Больница, доброжелательная к ребенку».

В период с 1994 по 2000 год совершенствуются методики, накапливается статистика, начинает издаваться методическая и учебная литература, появляются публикации о работе Центра в российской прессе. Методики Центра основываются на новейших научных данных, а также собственных наблюдениях и исследованиях. Многие методики разрабатываются с использованием этнографического материала, некоторые из них уникальны. Благодаря строгому следованию биологическим законам, изучению и точному знанию повседнеия ребенка все методики Центра чрезвычайно эффективны. Достаточно сказать, что предлагаемая методика ведения родов значительно сокращает их болезненный период (максимум 2 часа — минимум 10 минут), а предлагаемая методика ухода за ребенком позволяет, например, полностью забыть о «коликах», лечении «врожденного вывиха бедра» и многих других проблемах.

В 1998 году Центром была накоплена достаточная информационно-методическая база и создан специальный курс обучения специалистов для работы в сфере перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания. В дальнейшем Центром были выпущены специалисты следующих специальностей: консультанты по грудному вскармливанию, инструкторы по обучению уходу за новорожденным, инструкторы дородовой подготовки. В 1998 году была проведена первая аттестация специалистов, выпущенных Центром. С этого времени Центр ежегодно проводит аттестацию специалистов всех общественных профессий, которые были описаны выше. Сегодня Центру принадлежит эксклюзивное право обучать и аттестовывать специалистов новых общественных профессий. За весь период проведения аттестации было аттестовано лишь 2 психолога-перинатолога, поскольку эта уникальная профессия требует, прежде всего, практического опыта. Оба специалиста работают в Центре.

В 2000 году Центр начал выпуск информационного бюллетеня «Перинатальное воспитание и поддержка грудного вскармливания», где публикуются статьи, отчеты о деятельности Центра, результаты проведенных экзаменов и аттестаций.

Таким образом, к этому времени у московского Центра перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания «Рожана» есть все признаки, которыми должен обладать Координационный центр, и пока в России он единственный.

Общественные группы поддержки грудного вскармливания

В результате обучения консультантов по грудному вскармливанию на базе Центра перинатального воспитания и поддержки грудного вскармливания «Рожана» в России начали создаваться общественные группы поддержки грудного вскармливания. Это подлинно общественные организации, которые создаются без какого бы то ни было участия медиков. Интересно, что многие консультанты по лактации прежде были врачами педиатрами или акушерами. Однако, получив новую общественную профессию, оставили медицинскую практику и стали активно заниматься общественной деятельностью.

Многие будущие консультанты по грудному вскармливанию приехали учиться из других городов. Вернувшись в родной город, они активно взялись за просвещение будущих мам и молодых родителей. В результате сформировали общественную группу поддержки грудного вскармливания. Сегодня такие группы существуют в Москве, Новосибирске, Сергиевом Посаде, Пушкино и других городах.

Непрофессиональные формы работы

Сегодня существует множество родительских клубов и центров, предлагающих подготовку к родам и сознательному родительству. Их многообразие приводит к тому, что выбор места, где будущие родители будут готовиться к материнству и приобретать родительский опыт определяется по большей части случаем. Опросы людей, выбирающих курсы, показали, что критериями выбора становятся *стоимость, близость к дому, удобное время занятий, соотношение между количеством занятий и временем, оставшимся до родов*. Конечно, соображения удобства должны учитываться, однако они не должны быть определяющими. Прежде всего, родители должны учитывать профессионализм курсов дородовой подготовки и комплекса дальнейших услуг. Сейчас в большинстве случаев семейные пары и будущие мамы стремятся попасть на курсы дородовой подготовки и другие курсы для детей и родителей в родительские клубы, клубы и центры аквакультуры, которые являются непрофессиональными формами работы.

Что отличает работу непрофессиональных организаций. Клубная работа с родителями отличается прежде всего тем, что в ней не ведется строгая статистическая отчетность и не проводится анализ результатов работы. Клуб не создает учебных и методических материалов и не проводит исследований. В родительском клубе работают самые разные люди, не имеющие специального образования и не приспособленные именно для этой деятельности. Кроме этого, клуб ни перед кем не обязан отчитываться, не обязан защищать чьих-либо прав и волен делать только то, что ему заблагорассудится. Дородовая подготовка в родительском клубе или центре аквакультуры — это кружковая работа с беременными, которая никого ни к чему не обязывает.

Большинство клубов и центров дородовой подготовки в России представляет школу водных родов. Их работа строится на пропаганде и распространении водных родов, динамической гимнастики, плавания и прорывания для новорожденных и грудных детей. Эти клубы не объединены системой аттестации и отчетности, их деятельность не прозрачна, поэтому невозможно дать объективную оценку результатам их работы.

Сотрудники непрофессиональных организаций. К сотрудникам родительских клубов нет никаких строгих требований. В большинстве случаев бывает достаточно, чтобы будущий «инструктор дородовой подготовки» прослушал курс дородовой подготовки в данном клубе и родил в воду. Участвовать в работе могут женщины и мужчины, самое главное, чтобы они умели создавать массовость, а профессиональные навыки им приобретать вовсе необязательно.

Родительский клуб

Родительские клубы или клубы родительской культуры существуют во многих городах России. Они проводят курсы дородовой подготовки, кружковую работу с беременными, мамами и малышами в возрасте до 3 лет. В родительском клубе могут быть организованы занятия и с детьми более старшего возраста. Эти организации могут быть ориентированы на водные роды и могут быть в этом отношении нейтральны. Обычно при ориентации на водные роды инструктор дородовой подготовки участвуют в родах тех, кто у них занимался. При нейтральной ориентации инструктор не участвует в родах своих учащихся. Родительские клубы в редких случаях сотрудничают с группами поддержки грудного вскармливания.

Центры аквакультуры

Центры или клубы аквакультуры жестко ориентированы на водные роды, динамическую гимнастику, плавание и прорывание новорожденных и грудных детей. Инструкторы таких центров настойчи-

во проводят избранную водную политику, продолжая идеи Чарковского. На групповых занятиях по дородовой подготовке в таких центрах используется большое количество психотехник, об использовании которых никто не оповещает группу. Обычно в таких центрах проводится большое количество водных домашних родов. Однако послеродовой патронаж практически не реализуется — максимум, чему могут научить молодую мать, делать динамическую гимнастику и прорывать новорожденного. Центры аквакультуры не сотрудничают с центрами перинатального воспитания и группами поддержки грудного вскармливания. Поэтому, попав в такой центр, женщина не имеет шансов получить телефоны консультантов по лактации, а значит и справиться с проблемами грудного вскармливания и обучить ся уходу за грудным ребенком.

Критерии оценки уровня работы центров и клубов

Обращаясь в какой-либо Центр, будущие родители должны знать некоторые ориентиры, помогающие определить уровень профессионализма его сотрудников и безопасность предлагаемых методик.

Позитивные признаки

Сотрудничество с группами поддержки грудного вскармливания, консультантами по лактации и адаптационному уходу. Как правило, родительские клубы имеют дело с большим потоком людей. Не в силах справиться с таким количеством мам инструктора просто бросают своих клиентов на волю судьбы. Если такой центр всячески поддерживает контакт с группами поддержки грудного вскармливания и консультантами по лактации, то есть гарантия, что родив ребенка, мама с малышом не будут брошены — маму обучат воспитанию и уходу за ребенком, наладят грудное вскармливание и решат практически все ее проблемы.

Общение беременных и кормящих. Если центр или клуб организовал контакт с консультантами по лактации и проводит вместе с ними встречи беременных и кормящих мам — это положительный признак. Организация общения беременных с беременными — вещь недопустимая, поскольку приводит к настроенности женщин на негативный результат родов. (Вспомните все страшилки, которые беременные рассказывают друг другу, лежа в отделении патологии роддома.)

Статистическая отчетность. Одним из важных показателей качества работы Центра является его статистическая отчетность, где должны быть учтены все положительные и отрицательные результаты и указано их процентное соотношение. Кроме этого Центр может предоставлять «Рапорт» о своей деятельности за какой-либо период времени, где должна быть представлена его деятельность.

Сертификация специалистов. Достоинством любого Центра всегда является аттестация его специалистов. Если сотрудники Центра проходят ежегодную аттестацию и подтверждают свою квалификацию, это даст гарантии, что инструкторы и консультанты не занимаются самостоятельностью, а сообщают научно обоснованную и подтвержденную практикой информацию.

Негативные признаки

Численность групп дородовой подготовки. В группах дородовой подготовки не должно заниматься более 10 беременных. Если клуб собирает в группы более 10 человек — это свидетельствует об отсутствии профессионального подхода к работе.

Применяемые психотехники. Различные Центры пользуются разными методиками и подходами к дородовой подготовке. Например, многие Центры-Клубы грешат использованием на занятиях с беременными различных психотехник (аутотренинг, медитации, ребефинг и т.д.). Если это предлагается, то у Центра должен быть психиатр, который присутствует на занятии и контролирует состояние пациентов. Кроме этого, если такая техника предлагается, инструктор должен рассказать о том, с какой целью он это делает, какие результаты предполагает получить, ставит в известность о возможных негативных последствиях. Не очень хорошо, если на занятиях используется закрытая методика или методика воздействия на будущего ребенка. Если предлагается какой-либо стандартный текст, который надо читать ребенку или музыка, специально для этого сделанная. Если такие методики предлагаются, значит речь идет о преднамеренном зомбировании будущего ребенка. Любая программа не может содержать мнений, но должна основываться на физиологии, строгих научных фактах (благо их теперь достаточно) и закономерностях развития.

Просмотр видеоматериалов. Если в клубе или центре используются видеоматериалы о родах, значит идет откровенное программирование участниц занятий дородовой подготовки на определенный тип родов и женщины впоследствии будут стремиться повторить увиденный образец. Усвоение такого стереотипа особенно опасно для первородящих. Пытаясь уподобиться увиденному образцу, они могут нарушить естественное течение собственных родов.

Связь с медициной. Если центр или клуб афиширует свои связи с медициной, представляет медицинскую лицензию, значит, он идет по линии медицинской подготовки к родам и невольно преследует цель сделать женщину удобным пациентом для врачей. Если клуб или Центр дородовой подготовки заявил о своих связях с медициной — они не будут отстаивать права матери и ребенка.

Групповые занятия с грудничками. Согласно правилам эпидемиологической безопасности нельзя собирать в группу более двух

матерей на руках с грудными детьми. Если в Центре проводятся групповые занятия, куда привлекают мам с грудничками (возраст от рождения до 3 лет), это означает, что руководители Центра или клуба не располагают элементарными знаниями о гигиене и о поведении грудных детей, а также не заботятся о здоровье и удобстве своих клиентов. Занятия с детьми до 2 лет проводятся только индивидуально на дому.