

## **Ла Лече Лига. Принципы работы и направления деятельности.**

**Гербеда-Уилсон Н. В.**

**Лидер Ла Лече Лиги, Северная Каролина, США**

**Август 2008 г.**

*Вариант данной статьи был впервые опубликован в руководстве для медицинских работников и лидеров групп материнской поддержки Московской медицинской академии им.И.М.Сеченова и др. **Общественные группы материнской поддержки и их работа по охране, поддержке и поощрению грудного вскармливания.** Москва, 2006.*

Ла Лече Лига (ЛЛЛ) – международная общественная неправительственная нерелигиозная организация по оказанию поддержки и предоставлению информации кормящим женщинам.

«Ла Лече Лига (ЛЛЛ) была основана с целью поддержать и дать необходимую информацию, преимущественно посредством личной помощи, всем матерям, которые хотят кормить грудью. Дополняя заботу профессиональных медицинских работников, ЛЛЛ осознает уникальную важность взаимопомощи между матерями в распознавании потребностей индивидуального ребенка и в обучении матери способам их удовлетворения.

ЛЛЛ считает, что грудное вскармливание, с его важнейшими физиологическими и психологическими преимуществами, представляет естественную основу нормальных отношений между родителями и детьми. Поддержка, любовь и помощь отца позволяет женщине сосредоточиться на материнстве. По мере роста в роли родителей, мужчина и женщина строят близкие отношения, которые укрепляют семью, и, как следствие, структуру общества.

ЛЛЛ также считает, что кормление как неотъемлемая часть материнства углубляет понимание и принятие матерью всех обязанностей и радостей, присущих ее особой роли в семье. Развиваясь как мать, женщина развивается как человек. Любая роль, которую женщине предстоит сыграть позднее в жизни, будет обогащена мудростью и добротой ее материнского опыта..

У Ла Лече Лиги есть единственная и четко определенная цель. Это не исключает взаимодействия с другими организациями со схожими целями, однако Ла Лече Лига тщательно обособляет свою цель и не вступает в сообщества, преследующие иные, пусть даже очень важные, цели.» (LLL, 2003)

Ла Лече Лига известна в России еще под одним названием – Молочная лига. «La leche» в переводе с испанского языка, действительно, означает «молоко». Организация родилась в 1956 году, когда в обществе не было принято открыто говорить о беременности и кормлении грудью, поэтому основательницы выбрали для названия организации символическое слово от названия испанской святыни в

штате Флорида, США «Nuestra Señora de la Leche y Buen Parto» или «Богоматерь изобильного молока и в родах помощница».

В основе работы ЛЛЛ лежит помощь матерям один на один по модели «мать-матери». Такого рода помощь предоставляют специально обученные ведущие групп поддержки грудного вскармливания, лидеры ЛЛЛ, которые отвечают на вопросы по телефону и проводят ежемесячные собрания.

Лидером Ла Лече Лиги может стать любая мать, которая отвечает определенным требованиям, а именно женщина, которая кормила грудью своего ребенка в течение минимум одного года, посетила серию собраний ЛЛЛ и согласна с философией Ла Лече Лиги. Такие требования к ведущим групп поддержки помогают оказывать эффективную помощь другим кормящим, т.к. позволяют отобрать кандидатов в лидеры среди женщин, которые не просто кормили, но и ценят кормление и как целостный процесс больше чем просто питание, и как важный для женщины жизненный опыт, а также лично убедились в эффективности поддержки, которую можно найти в групповом общении.

Каждый кандидат в лидеры проходит курс обучения в течение примерно года. Обучением будущего лидера занимается действующий лидер в группе, которую посещает заинтересованная мать. В курс обучения входят общие знания о лактации и грудном вскармливании как в обычных, так и патологических ситуациях. Особое место отведено умению разделять личный опыт кормления с более широким диапазоном возможных вариантов кормления. Теория знаний о кормлении подкрепляется обучением навыкам консультирования, а именно как собрать историю кормления, поделиться с матерью достаточным объемом подходящей информации, при этом не осуждая ее, не давая ей советы и не обрушивая на нее значительные объемы информации, которые она может быть не в состоянии усвоить. Отличительная черта работы лидеров ЛЛЛ от других работников сферы здравоохранения – признание авторитета матери в вопросах материнства, включая и кормление грудью, а значит и признание права матери разбираться и решать что ей подходит с учетом ее личных, семейных, культурных, социальных и религиозных представлений и традиций.

Отдельное место в подготовке лидера отведено науке проведения собраний в формате направленного группового обсуждения (НГО) и управлению группой поддержки грудного вскармливания (ГВ). НГО часто применяется в сфере здравоохранения, т.к. это эффективная форма подачи информации, обучения взрослых и изменения поведения, связанного со здоровьем (Glanz, Rimer, & Lewis, 2002). НГО основывается на теории обучения взрослых, а именно существующий интерес к грудному вскармливанию у пришедших на собрание, дружелюбная обстановка, уважение к целостности женщины и ее предыдущему жизненному и образовательному опыту, а также личная инициатива в поиске новых знаний и навыков (Knowles, 1980; Rogers, Freiberg 1994). Каждое из НГО сосредоточено на обсуждении вопросов, переживаний и проблем конкретной группы женщин, где каждая из них имеет равное право участия.

Собрания ЛЛЛЛ включают в себя серию из четырех собраний, которые все время повторяются и одинаковы во всем мире. Темы собраний можно широко обозначить как преимущества грудного вскармливания, начало кормления, распространенные трудности грудного вскармливания, введение прикорма и завершение кормления. К циклу обязательных собраний могут быть добавлены любые другие темы как о кормлении, так и затрагивающие, например, воспитание, образование, семейные отношения или здоровое питание в семье. В отличие от односторонней начитки лекции или проведения семинара, лидер ЛЛЛЛ задает тему обсуждения и направляет беседу таким образом, чтобы каждая из присутствующих матерей участвовала в обсуждении и делилась опытом. В случае необходимости лидер делится официальной информацией ЛЛЛЛ и других официальных источников, например, ассоциаций врачей, ВОЗ и т.п. Цель собрания – с одной стороны, дать матери готовые рецепты успешного кормления, с другой стороны – показать возможные варианты достижения успеха в кормлении. Таким образом можно сказать, что лидер выполняет не учительскую, а скорее вспомогательную или направляющую роль в обучении кормлению.

Последний штрих в подготовке лидеров – изучение структуры организации и инфраструктуры поддержки лидера. Если лидеру нужны идеи для привлечения новых мам на собрания или есть финансовый вопрос, или вдруг попалась неожиданно трудная медицинская или юридическая ситуация, вовлекающая грудное вскармливание, к услугам лидера ЛЛЛЛ есть отделы менеджмента, финансов и профессиональных связей. Помимо этого существуют отделы публикаций, аккредитации лидеров, связей с общественностью и организации конференций. Во всех этих отделах работают лидеры ЛЛЛЛ, которые прошли дополнительное обучение. Помимо этого в создании материалов и управлении участвуют профессиональные советы: медицинский, юридический и менеджмента. В профессиональные советы ЛЛЛЛ входят известные врачи и ученые (Др. Сирз, Мириам Лаббок, Дж. МакКенна и др.), юристы и специалисты по управлению общественными организациями.

Прошедшая обучение мать становится лидером Ла Лече Лиги и берет на себя обязанности консультировать беременных и кормящих, обращающихся за помощью по телефону, проводить ежемесячные собрания, следить за новостями в области лактации и грудного вскармливания и обучать новых лидеров. В своей работе лидеры представляют организацию и распространяют ее официальную информацию.

Одно из направлений работы организации – издательская деятельность. Из всего богатства публикаций две книги заслуживают особого внимания. Ставшая классической книга «Женское искусство – грудное вскармливание» («Womanly Art of Breastfeeding») может послужить настольной книгой как для начинающей кормящей, так и основой информации для ведущих групп поддержки грудного вскармливания. Книга «Женское искусство - грудное вскармливание» выдержала семь редакций и множество изданий на разных языках. Вся информация снабжена ссылками на научные исследования, но информация подана в доступной и дружелюбной форме, похожей на собрания ЛЛЛЛ.

«Книга вопросов и ответов по грудному вскармливанию» служит справочником как лидерам, так и профессиональным консультантам по лактации и медработникам, которые работают с кормящими. В книге приведены самые последние теоретические данные и практические рекомендации для помощи кормящим. Книга содержит развернутую библиографию и ссылки на научную литературу.

Помимо этого ЛЛЛ публикует листовки, брошюры, периодические издания для матерей, лидеров и медработников.

### **Какое место занимает Ла Лече Лига в сфере охраны материнства и детства**

Когда Ла Лече Лига начала свою деятельность, все знания и навыки были приобретены исключительно методами наблюдения и практики самими успешно кормящими матерями. За 50 лет существования организации наука о лактации и грудном вскармливании подтянулась за материнским опытом, и сейчас основная часть практических знаний, накопленных в Ла Лече Лиги, подкреплена и продолжает подтверждаться научными исследованиями. Объединения медицинских работников издают положения о грудном вскармливании, которые все ближе и ближе отражают принципы грудного вскармливания, которые Ла Лече Лига неустанно рекламировала в течение 50 лет. Сегодня Ла Лече Лига сотрудничает с Всемирной организацией здравоохранения и имеет консультативный статус в ЮНИСЕФ.

Ла Лече Лига придерживается мнения, что грудное вскармливание является неотъемлемой частью материнства, а значит научиться кормить можно наблюдая за и общаясь с другими успешно кормящими матерями. Естественное течение грудного вскармливания здорового доношенного ребенка является вопросом родительства, а не медицинской проблемой. Однако, Ла Лече Лига четко осознает границы нормы. Каждый лидер Ла Лече Лиги знает признаки, когда ребенку и/или матери требуется профессиональная медицинская помощь. Каждый раз, когда грудное вскармливание становится частью медицинской ситуации, лидеры направляют матерей к специалистам, продолжая оказывать информационную и моральную поддержку кормящей в сложившейся ситуации. Лидеры часто поощряют матерей делиться информацией Ла Лече Лиги с медработниками, связанной непосредственно с грудным вскармливанием, чтобы врач вместе с матерью нашли приемлимые решения медицинских проблем, не отказываясь от грудного вскармливания.

Для наглядности можно привести следующий схематический пример. К лидеру обратилась мать по поводу нехватки молока. В ходе работы с матерью лидер определила, что ребенок неэффективно сосет, и стандартные меры поощрения сосания не помогают в этой ситуации. Лидер направила мать к врачу, который, в свою очередь, диагностировал неврологические отклонения у ребенка и назначил лечение. Пока ребенок проходил курс лечения, лидер делилась с матерью информацией о том, как поддержать выработку молока в сложившейся ситуации, а матери в группе ЛЛЛ поддерживали мать морально, чтобы она не теряла надежды

восстановить процесс кормления грудью, когда ребенок поправится. В группе ЛЛЛ мать смогла найти женщин, которые справились с похожими проблемами, что придало ей сил сцеживаться и докармливать ребенка из шприца сцеженным молоком. В конце концов, состояние ребенка улучшилось, и, благодаря лечению, он смог научиться эффективно сосать грудь. Совместная работа медработников и лидера ЛЛЛ помогла сохранить кормление в данной паре мать-дитя, несмотря на изначальные сложности с кормлением.

Опыт, накопленный кормящими матерями в Ла Лече Лиги, привел к основанию новой науки о лактации и грудном вскармливании, а также новым направлениям исследований в уже существующих науках. Лидеры ЛЛЛ основали независимую от ЛЛЛ организацию по оценке знаний в области лактации (Международная панель экзаменаторов консультантов лактации IBLCE), которая дает сертификат и звание профессионального консультанта по лактации (IBCLC). К экзамену на профессионального консультанта по лактации допускаются люди вне зависимости от опыта кормления и пола, которые имеют определенное количество часов помощи кормящим женщинам (например, человеку со степенью бакалавра требуется 2600 часов практики, врачу – 900). Помимо этого требуется пройти курс обучения общеобразовательных околomedicalных дисциплин, таких как анатомия и физиология, социология, диетология, детское развитие, психология, а также курс по медицинской терминологии. Сертификация профессионального консультанта по лактации гарантирует, что человек соответствует определенным требованиям и обладает стандартным набором знаний, необходимых для работы с кормящими. Звание IBCLC – это наивысший стандарт знаний в области лактации и грудного вскармливания. Профессиональные консультанты по лактации работают в роддомах, в педиатрических и частных практиках, в правительственных здравоохранительных организациях, а также в качестве корпоративных консультантов по лактации для налаживания программ поддержки кормящих на работе.

## **Библиография**

Glanz, K., Rimer, B. & Lewis, F (2002). Health Behavior and Health Education: Theory, Research and Practice. Ed 3. San Francisco: Jossey-Bass.

Knowles, M. (1980) The Modern Practice of Adult Education. From pedagogy to andragogy (2nd ed.). Englewood Cliffs: Prentice Hall/Cambridge.

La Leche League International, (2003). Leader's Handbook (4th rev.ed.). Schaumburg, Illinois: Author.

Rogers, C.R. & Freiberg, H.J. (1994). Freedom to Learn (3rd ed.). Columbus, OH: Merrill/Macmillan.