

Грудное вскармливание в контексте ВИЧ/СПИДа

- Что необходимо знать



Грудное вскармливание закладывает основу крепкого здоровья и выживаемости детей и женщин. Грудное вскармливание снижает риск развития у матери диабета, рака, гипертонии, сердечно-сосудистых заболеваний, избыточного веса и ожирения. Грудное вскармливание способствует снижению распространения и тяжести диареи, нарушений питания, пневмонии, рака у детей и инфекционных заболеваний. Грудное вскармливание повышает интеллект.

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) и Детский фонд Организации объединенных наций (ЮНИСЕФ) рекомендуют матерям:

- Начинать кормление грудью в первый час жизни ребенка
- Практиковать только грудное вскармливание (исключить любое питание или питье, кроме грудного молока) в течение первых 6 месяцев жизни
- Продолжая грудное вскармливание до 2 лет и более, вводить сбалансированный и безопасный прикорм (в виде твердой пищи) с 6 месяцев

Придерживайтесь безопасной стратегии кормления и максимально повысьте «выживаемость без ВИЧ» у детей с помощью исключительно грудного вскармливания в течение 6 месяцев на фоне непрерывной АРТ и последующего грудного вскармливания с дополнительным прикормом до достижения ребенком по меньшей мере 2 лет.



Грудное вскармливание и «выживаемость без ВИЧ»

Вирус иммунодефицита человека (ВИЧ) может передаваться от матери к ребенку во время беременности, схваток, родов и кормления грудью. Однако при профилактике ВИЧ очень большое значение имеет ранняя диагностика, терапия и другие способы поддержки. Ранняя диагностика ВИЧ с помощью тестов дает возможность своевременно начать антиретровирусную терапию (АРТ). АРТ и предупреждение вертикальной передачи ВИЧ помогают достичь «выживаемости без ВИЧ».

Исключительно грудное вскармливание в течение 6 месяцев на фоне соответствующей АРТ, и последующее грудное вскармливание с дополнительным прикормом до 24 месяцев и более являются самой безопасной стратегией кормления. Она ведет к максимальному уровню «выживаемости без ВИЧ» в большинстве стран с низким уровнем доходов.

Грудное вскармливание способствует «выживаемости без ВИЧ», поскольку с его помощью:

- Снижаются показатели заболеваемости и смертности от инфекционных заболеваний, таких как диарея и пневмония, а также от неинфекционных заболеваний, включая рак у детей;

- Снижаются показатели ВИЧ-инфицирования по сравнению с показателями инфицирования при смешанном кормлении детскими смесями, молоком и/или твердой пищей.

В результате того, что матери получали АРТ по меньшей мере за 13 недель до родов, удалось достичь высокой эффективности АРТ в снижении вирусной нагрузки матерей вплоть до неопределяемого уровня и, таким образом, предотвратить вертикальную передачу ВИЧ во время схваток и родов. Передача ВИЧ через грудное вскармливание может быть сведена к минимуму (около 0-1%) когда:

- В соответствии с диагнозом ВИЧ-инфицированные беременные женщины имеют доступ к непрерывной АРТ
- Матери и/или их дети получают АРТ начиная с ранних сроков беременности, в середине беременности, и на протяжении всего периода грудного вскармливания
- АРТ проводится по меньшей мере за 13 недель до родов для снижения вирусной нагрузки на момент рождения ребенка
- ВИЧ-инфицированные матери практикуют исключительно грудное вскармливание в течение первых 6 месяцев жизни



Риски смешанного вскармливания

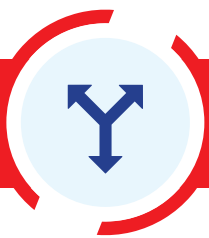
Смешанное вскармливание — это сочетание кормления грудным молоком и иной пищей и/или питьем, такими, как детские смеси до достижения ребенком 6 месяцев. Смешанное вскармливание до 6 месяцев увеличивает риск передачи ВИЧ-инфекции, а также заболеваемости и смерти вследствие развития инфекций.

Ранее введение другой пищи и питья:

- Увеличивает риск возникновения инфекции, что

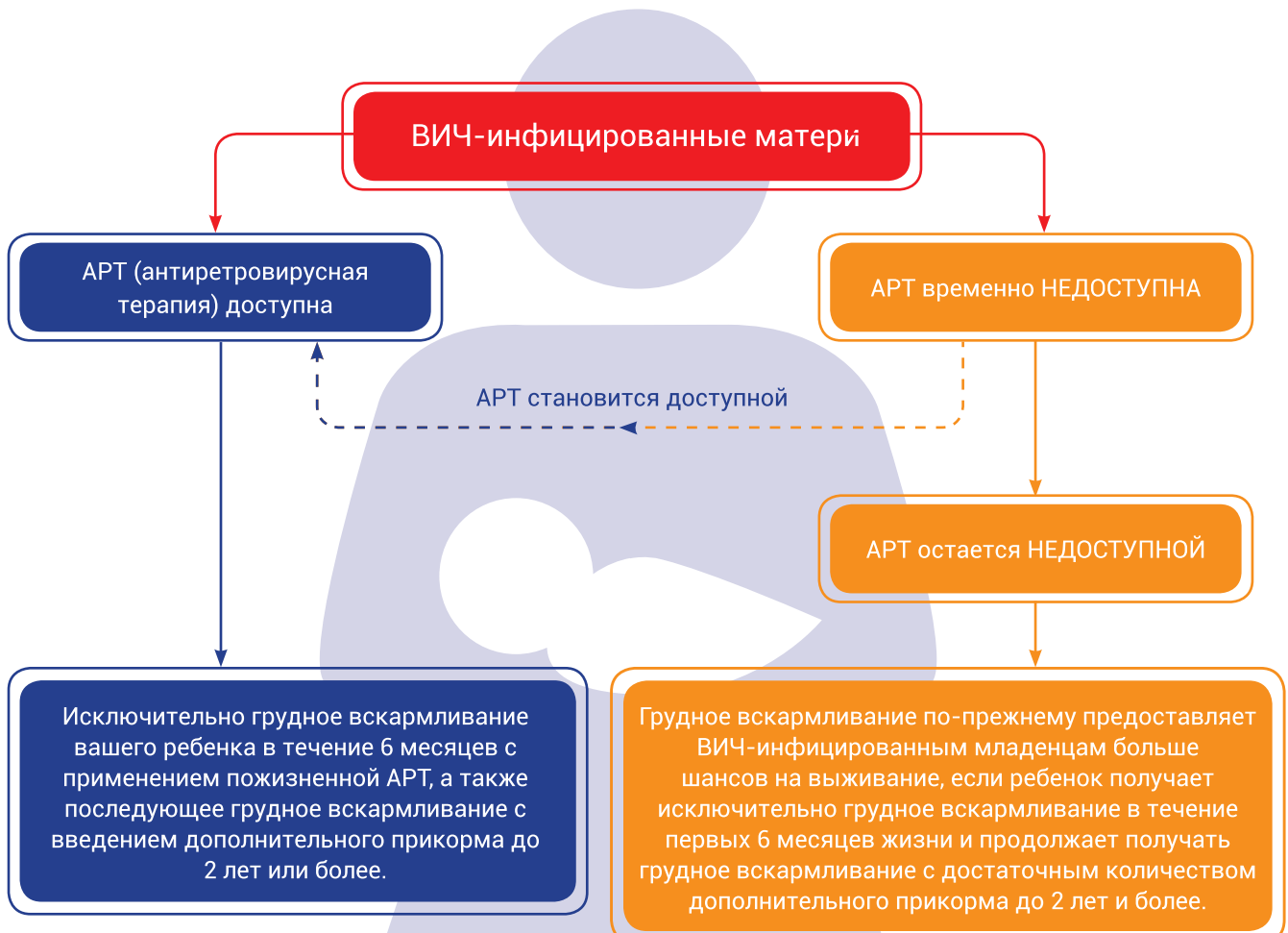
ведет к диарее, пневмонии, истощению и смерти

- Болезнетворные микробы могут нанести вред пищеварительному тракту ребенка, что повышает риск передачи ВИЧ
- Ведет к нерегулярному грудному вскармливанию, что может вызвать нагрубание молочных желез, мастит и увеличение количества вирусов в грудном молоке



Используйте различные варианты грудного вскармливания

Если один из родителей ВИЧ-положителен, дети должны в плановом порядке проходить тестирование на ВИЧ. При обнаружении вируса или высокого риска инфицирования, дети и их родители должны получать немедленную и непрерывную терапию для предотвращения осложнений. На приведенной ниже схеме показаны различные варианты грудного вскармливания:





Основные принципы грудного вскармливания в контексте ВИЧ/СПИДа

Питание матери

Полноценное питание имеет жизненное значение для сохранения здоровья и хорошего самочувствия. Исследования показали, что правильное и полноценное питание помогают ВИЧ-инфицированным поддерживать здоровый вес, уменьшить побочные эффекты терапии и, в целом, чувствовать себя лучше.

ВИЧ может привести к множеству проблем, связанных с недостаточным или неполноценным питанием, включая потерю веса, мышечную атрофию, высокие показатели жира и сахара в крови, недостаток витаминов и минералов. Правильное питание является ключом к успеху любого плана терапии ВИЧ. Для соблюдения правильного питания можно выполнять следующие рекомендации

- Увеличить потребление сложных углеводов, таких как цельные злаки, фасоль (бобовые культуры), крахмалистые овощи и бурый рис для поддержания здорового веса
- Увеличить потребление белка, такого как нежирное мясо, рыба, творог, йогурт, яйца, бобы, нут, соя и орехи
- Увеличить физическую активность для сохранения мышечной массы
- Употреблять больше клетчатки, воды, овощей и фруктов для сохранения здоровья и во избежание обезвоживания организма и возникновения запоров

Продолжительность грудного вскармливания

Если мать получает адекватную непрерывную АРТ и практикует исключительно грудное вскармливание в течение 6 месяцев, то риск развития ВИЧ-инфекции у ребенка практически сводится к нулю. В соответствии с руководствами ВОЗ относительно ВИЧ и кормления младенцев (редакция 2016 г.) предполагается, что ВИЧ-инфицированные матери, знающие о своем статусе, могут продолжать кормить грудью до достижения ребенком 2 лет и более. Прекратить грудное вскармливание следует только при возможности предоставления ребенку хорошего и сбалансированного питания. Это также применимо к малышам с ВИЧ-статусом.

Отлучение от груди

Когда мама прекращает кормить грудью, она должна делать это постепенно в течение 4-недельного периода. Резкое прекращение грудного вскармливания или быстрый отказ от него может вызвать нагрубание молочных желез и мастит у матери и дистресс у ребенка, а также может привести

к увеличению вирусной нагрузки в грудном молоке. Прекращать грудное вскармливание следует только тогда, когда ребенок будет получать достаточное количество безопасной пищи. Обязательно обратитесь за помощью к специалисту при рассмотрении вопроса об отлучении от груди.

Безопасное альтернативное вскармливание

Альтернативное вскармливание – это целенаправленное замещение грудного молока другими видами, обычно молочными смесями. Для большинства развивающихся стран риск увеличения заболеваемости, смертности и истощения вследствие введения альтернативного вскармливания превышает риск передачи ВИЧ-инфекции при грудном вскармливании.

Наиболее безопасная стратегия – исключительное грудное вскармливание в течение первых 6 месяцев жизни с применением соответствующей АРТ. Следует прибегать к альтернативному вскармливанию только при соблюдении условий безопасности и стабильности, а именно: альтернативное вскармливание должно соответствовать определению приемлемого, возможного, доступного, устойчивого и безопасного кормления.

ВОЗ рекомендует ВИЧ-инфицированным матерям вводить молочные смеси в качестве альтернативного вскармливания их не инфицированным ВИЧ или с неизвестным ВИЧ-статусом детям, если соблюдаются все 6 следующих условий:

1. Безопасная вода и санитария в быту и обществе
2. Возможно обеспечение достаточного количества молочных смесей для поддержания нормального роста и развития ребенка
3. Возможность приготовления молочных смесей регулярно и в гигиенических условиях для снижения риска диареи и нарушения обмена веществ
4. Возможность предоставления исключительно молочных смесей в первые 6 месяцев жизни
5. Мать или опекун имеют доступ к медицинской помощи, оказывающей комплексные медицинские услуги для детей
6. Остальные члены семьи поддерживают эту практику

Дети, не находящиеся на грудном вскармливании, должны получать безопасное и надлежащее альтернативное вскармливание или термически обработанное сцеженное грудное молоко для обеспечения нормального роста и развития.



Поддержка грудного вскармливания в контексте ВИЧ/СПИДа

Преодоление стигмы и расширение прав женщин

Из общего числа ВИЧ-инфицированных взрослых людей женщины составляют 52 % в мире и 57 % в регионе Африки к югу от Сахары. основополагающий элемент в борьбе с ВИЧ/СПИДом — это права человека. Важно знать о проблемах, которые затрагивают женщин и наносят физический, поведенческий и сексуальный вред, такие как:

- Женщины несут основное бремя по уходу за больными, престарелыми, молодыми людьми, пациентами со СПИДом и сиротами
- Хотя ВИЧ-инфицированные женщины более заинтересованы в применении средств контрацепции, все еще существуют пробелы в знаниях и возможный недостаток права принятия решений в области вопросов планирования семьи у женщин
- Экономическая уязвимость женщин, особенно женщин более молодого возраста, приводит к росту рискованного поведения, такого как употребление наркотиков, секс-бизнес, транзакционный секс или секс без согласия и незащищенный секс
- Женщины нередко страдают от стигматизации, сексуального насилия от своих партнеров и других форм дискриминации

В рамках политики и программ в области здравоохранения необходимо расширить права и возможности девочек и женщин, чтобы уменьшить риск ВИЧ-инфицирования, устранить вредные гендерные нормы и способствовать обеспечению гендерного равенства. Программы по ВИЧ и медицинские вмешательства, такие как АРТ, должны учитывать проблему доступа к медицинской помощи по гендерному признаку. Мальчики и мужчины должны участвовать в поведенческих и структурных мероприятиях, направленных на сокращение гендерного неравенства.

Консультирование ВИЧ-инфицированных женщин

Консультирование - это вспомогательные отношения, специфичные для потребностей человека. Уважительное, сопереживающее обсуждение ситуации приносит пользу большинству ВИЧ-инфицированных женщин. Особенно полезным оказывается консультирование женщины и ее партнера как пары или включение в разговор других важных членов семьи. Консультирование приобретает особо важное значение в определенные моменты:

- Во время визитов по планированию семьи для предотвращения нежелательной беременности
- В период беременности для консультирования о грудном вскармливании
- Вскоре после рождения ребенка перед началом грудного вскармливания
- Во время плановых визитов по уходу за матерью и ребенком

В рамках консультирования предоставляется также необходимая информация о кормлении младенца при наличии или отсутствии ВИЧ-инфекции. Для предотвращения и разрешения основных проблем, связанных с грудным вскармливанием, и преодоления давления по необходимости соблюдения ненадлежащих методов кормления грудных детей, таких как преждевременное смешанное вскармливание, матерям следует выполнять следующее:

- Получать точную и полную информацию, инструкции и профессиональную помощь от компетентных и сочувствующих медицинских и социальных работников
- Регулярно консультироваться и получать поддержку дома и в обществе, находящимся рядом с ее местом проживания
- Передавать достоверную и актуальную информацию членам семьи
- Оказывать поддержку для жизни и роста без ВИЧ для своих маленьких детей

ОТКАЗ ОТ ОТВЕТСТВЕННОСТИ: Этот буклет предназначен для ВИЧ-инфицированных женщин, которые хотели бы изучить возможность грудного вскармливания своих детей. Содержащаяся в нем информация не должна заменять советы, которые вы получили от вашего врача, консультанта по грудному вскармливанию или равного консультанта. Пожалуйста, обсудите с вашим врачом информацию, представленную в этом буклете, чтобы вместе вы могли принять осознанное решение о кормлении своего ребенка, которое наилучшим образом будет подходить в вашей ситуации.

Источник: [Understanding International Policy on HIV and Breastfeeding: A Comprehensive Resource \(WABA 2018\)](#) • Пересмотрено: [Academy of Breastfeeding Medicine \(ABM\)](#) • Обновлено: Декабрь 2019 г.



Всемирный альянс по поддержке грудного вскармливания - это всемирная сеть лиц и организаций, созданная для защиты, продвижения и поддержки грудного вскармливания по всему миру на основе Инночентийской декларации, Десяти пунктов о заботе о будущем и Глобальной стратегии ВОЗ/ЮНИСЕФ по кормлению детей грудного и раннего возраста. Всемирный альянс по поддержке грудного вскармливания имеет консультативный статус при ЮНИСЕФ, а также является неправительственной государственной организацией со специальным консультативным статусом при Экономическом и Социальном Совете ООН (ECOSOC). WABA занимается организацией кампании по проведению ежегодной Всемирной Недели Грудного Вскармливания.

www.waba.org.my