# Dojčenské fľaše, cumle a hryzadlá

Zverejnené: 13. júla 2022 | Autor: Ing. Mária Lamparská



Každá pomôcka pre deti do 3 rokov určená na kŕmenie (dojčenské fľaše, cumle, taniere, príbor, chrániče bradaviek, sterilizátory či hryzadlá) by mala mať označenie „BPA free“. To znamená, že materiál, z ktorého je pomôcka vyrobená, neobsahuje parabény . Pri zohriatí sa z materiálov, ktoré obsahujú parabény, uvoľňuje určité množstvo parabénov do potravín či nápojov. Parabény sú polykarbonátové plasty 2,2-bis(4-hydroxyfenyl)propánu. Tieto plasty majú nežiaduci vplyv na zdravie dojčiat, hlavne vo veku do 6 mesiacov života, kedy ešte dojčatá nemajú vyvinutý systém odburávajúci parabény. Podľa stanovísk Vedeckého výboru pre potraviny (SCF) z roku 1997 a 1998 majú parabény negatívny vplyv predovšetkým na endokrinný a reprodukčný systém, imunitný systém a na neurologický vývoj cez biochemické zmeny v mozgu. EFSA zdôrazňuje vplyv parabénov na vznik nádorov, hlavne nádorov prsníka v neskoršom veku.

## Pomôcky na kŕmenie dojčiat a novorodencov

Ak lekár naordinuje podávanie materského mlieka alebo umelej mliečnej výživy novorodencovi, môžu sa použiť laktačné pomôcky, cievky, poháriky, striekačky, lyžičky alebo v krajných prípadoch dojčenské fľaše. Pri predčasne narodených novorodencoch je lepšie dojčenské fľaše nepoužívať z dôvodu možného ohrozenia budúceho dojčenia.

## Cumle, dojčenské fľaše a dojčenie

Usmernenie WHO nenamieta používanie cumľov a dojčenských fliaš, avšak v prípade predčasne narodených detí sa preukázalo, že používanie dojčenských fliaš s cumľami zhoršuje schopnosť novorodenca naučiť sa sať mlieko z prsníka. Hlavne dlhodobé používanie dojčenských fliaš môže mať negatívny vplyv na dojčenie, pretože fyziológia satia mlieka z bradavky a z fľaše je odlišná. Je preto vhodné, aby aj farmaceuti a farmaceutickí laboranti ako zdravotnícki pracovníci na túto skutočnosť upozornili ženu pri chystaní pomôcok na budúce materstvo či matku, ktorá má problémy s dojčením.

Cumeľ môže mať u novorodencov narodených v riadnom termíne negatívny vplyv na dojčenie, pretože znižuje čas stimulovania prsnej bradavky, ktorý je nahradený cumľaním cumľa, a to môže znížiť tvorbu materského mlieka na začiatku laktácie. Môže to mať vplyv aj na celkovú dobu dojčenia. Včasné rozpoznanie signálu dieťaťa na dojčenie je pre matku cumľom skreslené. Následne môžu vzniknúť problémy s dojčením alebo  hltanie vzduchu dieťaťom, čo môže vyvolať u dieťaťa koliky.

Naopak, ak predčasne narodené dieťa nie je schopné priameho dojčenia, je vhodné podporiť nenutritívne satie a orálnu stimuláciu pomocou cumľa až do začatia dojčenia, napríklad ak dieťa musí byť väčšinu času v inkubátore, a tak je jeho čas prisatia na bradavku obmedzený.

Výber dojčenskej fľaše závisí od veku dieťaťa, pretože čím je dieťa staršie, tým skonzumuje väčší objem mlieka. Podľa veku sa teda odvíja objem fľaše a aj prietok cumľa na dojčenskej fľaši. Čím je dieťa staršie, tým vyžaduje rýchlejší prietok mlieka či iných tekutín. Odporúčanú veľkosť fľaše a prietok cumľa udáva výrobca na svojom výrobku. Pre deti s gastroenterologickými problémami ako je reflux, kolika či flatulencia, je vhodné zvoliť dojčenskú fľašu s antikolikovým cumľom, ktorý obsahuje ventil zabezpečujúci, aby bol cumeľ stále plný mlieka, a tak vytesňuje z cumľa prípadný vzduch. Tak sa zamedzí, aby dieťa prehĺtalo nadmerné množstvo vzduchu, ktorý môže tieto problémy zhoršiť.

## Cumeľ zo stomatologického hľadiska

Cumeľ slúži u nedojčených detí aj ako nástroj na upokojenie a uspanie. Jeho použitie vo vyššom veku (predškolský a školský vek), môže spôsobiť vznik rôznych ortodontických vád ako je skrížený zhryz alebo iný nevhodný vývoj čeľusti. V súčasnosti sa preto odporúčajú takzvané anatomické alebo ortodontické cumle, ktoré zaisťujú vhodné postavenie jazyka pri saní. Sacia časť ortodontického cumľa má zaoblený koniec a plochý tvar po dĺžke. Štít cumľa by mal byť veľkosťou prispôsobený veku dieťaťa, aby cumeľ neprehltlo. Pre ochranný účinok pokožky pred vznikom zaparenín by mal tento štít obsahovať otvory, ktoré umožňujú prístup vzduchu k pokožke.

## Chrániče bradaviek

Chrániče bradaviek slúžia ako mechanická bariéra pred trením bradaviek pri ich podráždení alebo pri vzniknutí ragád. K pokožke prenikne vzduch na lepšie hojenie rán a zároveň zabraňujú dráždeniu a zväčšovaniu rán na

bradavke.

Ďalšia možnosť využitia chráničov bradaviek je počas tehotenstva, ak má žena vpáčené bradavky. Odporúča sa ich používanie najskôr od  šiesteho mesiaca tehotenstva na pár minút denne a postupom času sa čas predlžuje. Taktiež existujú masáže, ktoré uvoľňujú vpáčené bradavky, aby sa tak umožnilo dojčenie po pôrode. Pred každým použitím je nutná ich sterilizácia.

## Prsné klobúčiky

Prsné klobúčiky a chrániče bradaviek sú dve odlišné veci. Prsné klobúčiky sa nepoužívajú na ochranu poranených bradaviek, ale na lepšie prisatie pri vpáčených bradavkách, ak sa dieťa nevie prisať. Avšak ich použitie sa odporúča len v krajných prípadoch, pretože zamedzujú kontakt koža na kožu medzi matkou a dieťaťom, ktorý stimuluje tvorbu a uvoľňovanie mlieka. V súčasnosti je ich používanie považované za zbytočne nadmerné a môže spôsobovať komplikácie s dojčením.

## Hryzadlá

Hryzadlá sú pomôcky pre deti v dojčenskom a batoľacom období, určené na zmiernenie prejavov prerezávania zubov. Vhodné sú mäkké, gélové, chladiace hryzadlá či hryzadlá so špeciálne upraveným výbežkovitým povrchom, ktorý pomáha prekrviť ďasná a zmierniť bolesť. Je dôležité dbať na to, aby boli hryzadlá atestované. To znamená, že sú vyrobené z materiálu, z ktorého sa neuvoľnia žiadne toxické látky, ktoré by mali nežiaduci účinok na zdravie dieťaťa. Vhodné je, aby hryzadlo poskytovalo dieťaťu komfortný úchop, vďaka ktorému ho bude vedieť dieťa samo použiť a zároveň si tak rozvíjať jemnú motoriku.

## Sterilizácia pomôcok

Pred prvým použitím je vhodné vysterilizovať všetky spomenuté pomôcky. Dojčenské fľaše a cumle je nutné sterilizovať po každom použití, inak hrozí prenos patogénov z možnej mliečnej usadeniny do tráviaceho traktu dieťaťa, čo môže spôsobiť gastroenteritídy či hnačky. Dojčenskú fľašu je nutné rozobrať, umyť saponátom a kefou, opláchnuť a následne vyvariť v nehrdzavejúcom hrnci vo vriacej vode po dobu 5 až 10 minút pod pokrývkou. Následne je vhodné nechať tieto pomôcky prikryté v hrnci do vychladnutia vody a vysušiť. Ďalšou komfortnejšou a rýchlejšou alternatívou je parný sterilizátor fliaš.

Ing. Mária Lamparská