



ROZHOVOR



TEXT KATEŘINA KADLECOVÁ
FOTO JAN ŠIBÍK

Kdekdo by si mohl myslit, že světovou celebritou v oblasti kojení bude zasloužilá matka, která po dobu aspoň tří let zásobila mateřským mlékem minimálně trojčata. Kanadský pediatr a respektovaný odborník na kojení a dětskou výživu **JACK NEWMAN (66)** je sice muž, ale ovlivnil svými radami ve věcech laktace i svým odporem k umělé dětské mléčné výživě milióny žen po celém světě.



Doktor Jack Newman koncem června v rámci spolupráce se slovenským občanským sdružením MAMILA absolvoval několik přednášek, konferencí a hospitací v Brně

KOJENÍ JE VZTAH

**SVĚTOZNÁMÝ DĚTSKÝ LÉKAŘ A „POTÍŽISTA“ JACK NEWMAN:
„OBÁVÁM SE, ŽE JEDNOU BUDEM NA UMĚLÉ
MLÉČNÉ VÝŽIVĚ VŠICHNI, OD NAROZENÍ DO SMRTI.“ →**

Jistě si všímáte všech nových knih o výchově ve výlohách knihkupectví – správná příprava dětí pro život se v posledních letech více a více řeší po celém světě. Jakých nejzásadnějších chyb se podle vás dopouštějí „západní“ rodiče při výchově kojenců a batolat?

V nejranější výchově dětí chybujeme vinou starých teorií i vlastní lenosti tak často a tak nenapravitelné, že by to vydalo na samostatný rozhovor. Kupříkladu: proč by dítě mělo jist věci, na něž nemá chuť, v určitý čas, když nemá hlad? Proč si nemůže dát s rodiči ve stejnou dobu jako oni totéž jídlo? To by nás dospělé aspoň donutilo zdravěji se stravovat a nepřesolovat. Anebo naše naslouchání kosmetickým lobby a patlání dětí všelijakou chemií – kolik má kojenecké příležitostí se od něčeho ušpinit? A proč ho posazovat na nočník, sotva dokáže sedět vzpřímeně? Vždyť to dítě na to přijde samo, až bude v létě létat bez plenek, že se nevyplatí počurat si kalhotky, protože je to mokré a studí to.

Nejvíc sporných bodů ale souvisí, pokud vám, se spánkem.

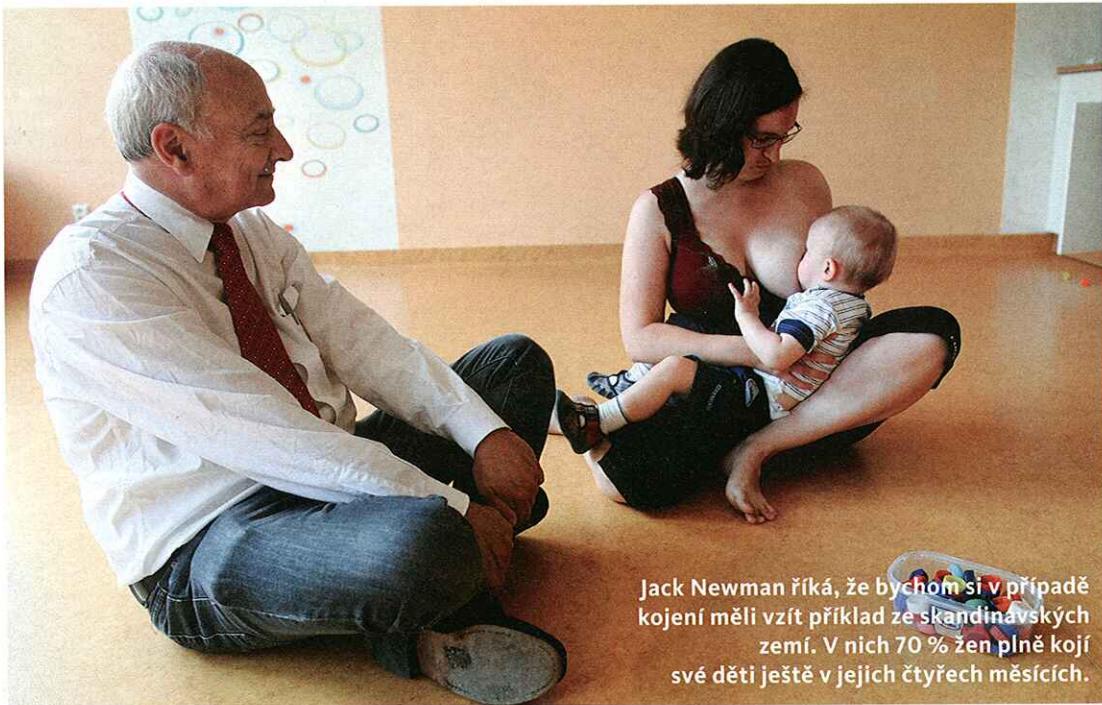
To asi ano. Vezměte si třeba teorii, že batole má po dosažení určitého věku spát bez probuzení nebo bez počurání celou noc. Nebo předsudek, že by dítě nemělo nikdy spát v jedné posteli s rodiči, dokonce že má mít postýlku v oddělené místnosti. Víte, jaké obavy a pocity nejsou.



Časopis Time z května 2012 vzbudil velký zájem. Článek uvnitř čísla podle Newmanu s obálkou nekoresponduje.

toto to v dítěti může zanechat? Neutuší, proč najednou muselo mámě a tátovi z dohledu, může to pochopit jako trest. Spaní v jedné posteli je blahodárné pro psychiku našich potomků, ostatně stejně jako kojení. **A jsme u jádra pudla. Já jsem kojila dceru do jejích čtrnácti měsíců. Udělala jsem pro její zdraví dost?**

A proč jste musela přestat?



Jack Newman říká, že bychom si v případě kojení měli vzít příklad ze skandinávských zemí. V nich 70 % žen plně kojí své děti ještě v jejich čtyřech měsících.

Kvůli „nabídce, kterou nelze odmítnout“ – zahraničním služebním cestám.

Kojící maminky často mohou brát své děti s sebou, ačkoli jde o služební cesty, nad tím jste neuvažovali? Ale berte to tak, že čtrnácti měsíců je lepší než čtyři a mnohem lepší než žádáne kojení. Drtivá většina maminek ze západních zemí nekojí takhle dlouho. Ale jak jistě víte, UNICEF už dlouho vyzývá matky po celém světě, aby kojily své ratolesti po dva roky a podle libosti i déle, a Americká akademie pediatrů doporučuje kojení po dobu minimálně jednoho roku a pak tak dlouho, jak to jen dítě výžaduje a jak je matce libo.

Jak dlouho byli kojeni vaši tři potomkové?

Má žena kojila první dítě téměř do čtyř let a zbylé dvě do tří let. Což je dnes považováno za velmi dlouhou dobu, ale podle mě by se taková délka kojení měla stát normou. **A jak dlouho jste byl kojen vy sám? Vaši rodiče, polští Židé, kterí na začátku druhé světové války utekli do Palestiny, odkud se rok po válce odstěhovali do Kanady, asi měli jiné starosti než laktaci ...**

Taky si myslím, protože mamina si nikdy přesně nevybavila, jak dlouho mě kojila. Respektive, čím hlouběji a déle jsem se vědecky zabýval blahodárností kojení, tím více prodlužovala dobu, po niž mě údajně kojila.

V publikaci Průvodce kojením dr. Jacka Newmana, která vás proslavila, vysvětlujete, proč je kojení tak blahodárné. Nemohl byste krátce zmínit pář výhod materinského mléka proti mléčným kojeneckým výživám v prášku?

Přes agresivní lobbing výrobců takzvané mléčné kojenecké výživy je nutno podotknout, že mateřské a umělé mléko si jsou velmi vzdálené. Když se vám společnosti vyrábějící umělé mléko snaží nakukat, že je stejně dobré jako mateřské, nevěřte jim, nemí to srovnatelné. Ale vraťme se k vaší otázce – jak jen z té spousty vědecky prokázaných benefitů kojení pro matku i dítě vybrat jen pář? Tak tedy: kojení podporuje imunitu, zabráňuje chorobám a infekcím, kojené děti méně trpí žaludečními problémy, v dětství a rané adolescenci pak cukrovkou, srdečními chorobami, roztroušenou sklerózou a astmatem, méně inklinují k obezitě, o níž se teď v USA stále více hovoří, jak populace rapidně „těžkne“. Kojící maminky pak mnohem méně než ty nekojící dostanou rakovinu prsu, dělohy nebo vaječníků a taky se podstatně snáz zbavují kil nabraných v těhotenství. Nehledě k tomu, že kojení není jen záležitostí zdraví, má i společenskou, intimní roli, přiblížuje dítě k matce – kojení je vztah.

Vztah, který často rozhoduje mezi životem a smrtí ...

A víte, jak by se snížila v rozvojových zemích dětská úmrtnost, kdyby tamější ženy dokázaly výhradně kojit minimálně do šestého měsíce? V roce 2010 spatřila v odborném žurnálu *Pediatrie* světlo světa posleze hojně citovaná odborná studie

tvrdící, že v USA každoročně zemře kolem tisíce dětí, jež by žily, kdyby bývaly byly v prvním půlroce života kojené. Nehledě na to, že by se ušetřilo zhruba třináct miliard dolarů za léky, kdyby takhle dokázalo kojit 90 % amerických žen. **Je mi jasné, že kojené děti mají lepší imunitu, některé vědci ovšem dokonce tvrdí, že jsou inteligentnější.**

Ano, v odborných časopisech najdete velmi pádné argumenty a spoustu důkazů z výzkumů posledních řekněme pěti sedmi let. Za onu vyšší inteligenci může mnoho komponentů mateřského mléka, třeba DHA, kyselina dokosahexanová – jedna z omega-3 mastných kyselin, která je kromě mentálního vývoje a pro dobrou paměť důležitá pro mnoho dalších věcí. Přisypat ji do umělé výživy ale prostě nestáčí. Můžete namítat, že existuje spousta krátce kojených nebo nekojených inteligentů – ale mohli by být ještě lepsi, kdyby byli kojeni.

Viděl jste americký týdeník Time z letošního 21. května, na němž štíhlá blondatá maminka otevřeně kojí svého tříletého syna stojícího u ní na stoličce? Možná v průderních Spojených státech otevřel zásadní společenskou debatu o kojení a materství vůbec.

Samozřejmě jsem ten časopis viděl a velmi mě zarazilo, že obálka příliš nekoresponduje s článkem

ČESKÁ LAKTAČNÍ LIGA na svém webu uvádí, že v roce 2010 při propuštění z porodnice plně kojilo své dítě pouhých 86 % žen. Po šesti týdnech života dítěte už kojilo jen 46 % českých matek a do půl roku, což je doporučená hranice pro začátek příkrmování, plně kojilo jen alarmujících 17 % maminek.

o výchově uvnitř čísla. Oni chtěli šokovat a spíš než na problematiku výchovy upozornit na svůj titul, což se jim díky obnaženému řadru krásné ženy pochopitelně podařilo. **Máte jakožto pediatr s více než čtyřicetiletou praxí jasný názor na doktora Billu Searse, pediatra-celebitu, autora dvacet let staré rodičovské bible Kniha o dítěti a propagátora kontaktního rodičovství, jež zmíněné číslo Time prohlašuje za „muže, který předfinoval mateřství“?**

Searse samozřejmě znám, přednášeli jsme spolu. Myslím, že jeho teorie o častém nošení dětí na těle a spaní rodičů co nejbližše u nich jsou výborné, upevňují vzájemné pouto. Pokud jde o kojení, on sice, pokud vím, říká, že by měla být žena s dítětem co nejdéle doma a kojit ho, ale přizpůsobil toto své tvrzení Američankám, pro něž je mateřská dovolená dost neznámý pojem, takže jim „povoluje“ dětskou láhev a umělou výživu. **Nedemonizujete výrobce mléčné výživy až příliš, když je obviňujete ze lží a ziskuchitosti a obáváte se, že „jednou budeme na umělé mléčné výživě všichni, od narození do smrti“?**

Mléčná kojenecká výživa by se měla používat jako medikament – třeba když dítě trpí galaktosemií a jeho trávicí trakt není schopen zpracovat monosacharid galaktózu. Touto chorobou však trpí přibližně jen jediné dítě ze čtyřiceti tisíc ... Také je malé množství maminek, jimž se prostě netvoří tolik mléka, kolik jejich miminko potřebuje.

Bylo tomu tak v historii lidstva vždy?

Ano, ale ve starých kmenových společenstvích si ženy jednoduše pomáhaly a hladové děti šly od prsu k prsu, dokud nebyly syté. Pak přišel institut kojních, který vlastně trvá dodnes – existují webové stránky, kde lze získat kontakty na ženy, jež mají mléka nadbytek a rády ho darují nebo prodají. Dnes mají ženy problémy s kojením nejčastěji proto, že jim v porodnicích nedokáží dobře poradit, jak na to, třeba v dobách baby boomu právě sestry na oddělení šestinedělí nemají čas. A jak vím ze svých pracovních výjezdů na Slovensko a teď i k vám do Česka, ne ve všech nemocnicích stráví děti první hodiny života kontaktem kůže na kůži, aby se kojilo, a naopak dítě radí kupat, krmit až po určitém časovém úseku bez ohledu na to, kdy má hlad, balí novorozené do zavinovaček, takže s matkou není „kůže na kůži“ a „necítí“ ji. Taky nesmyslně ode-

bírají miminko na noc, aby si právě maminka odpočinula, a zcela zbytečně do něj jako příkrm ládají glukózu a cpou mu místo prsu láhev nebo dudlík, případně jako první pomoc při jakémkoliv problému nabízejí umělou výživu. Informovanost a ochota sester a asistentek v porodnicích západního světa jsou často vysloveně tragické. Ve skutečnosti není zarážející, kolik žen má problémy s kojením, ale naopak kolik se jich přes všechny nástrahy kládne do cesty porodnicemi a pediatry dokázalo rozkojit a v kojení pokračovat. Proč by třeba ženy po císařském řezu nemohly kojit? Kojit může i adoptivní matka, žena, jež nikdy těhotná nebyla – s pomocí hormonů simulujících graviditu a léku domperidonu, který ovlivňuje hladinu prolaktinu, stimuluje růst prsních žláz a rídí tvorbu mléka.

Od roku 1984 jste v různých nemocnicích otevřel několik klinik pro podporu kojení, ale dnes jsou všechny kromě torontského Mezinárodního centra kojení, kde aktuálně pracujete, zavřené. Jak je to možné?

Hlavně proto, že jsem potížista. Nutím personál odmítat propagaci balíčků s výživou, jež pak matky zdarma dostávají výměnou za jejich osobní údaje, aby je reklama snáze zastihla. Protestuju taky, když zaměstnanci z velmi neprůhledných důvodů propagují konkrétní značku výživy. A taky vyzaduju, aby se maminkám, hlavně prvorodičkám, patřičně věnovali, a viním je, pokud mají ty ženy problémy s kojením. V centru kojení mimořadem pracujeme čtyři a třeba já v každém ze svých tří pracovních dnů týdně osobně prohližím šestnáct osmnáct maminek, nehledě na desítky mailů s radami, které denně posíláme, **V Česku se aktuálně mnohem více než problematika kojení medializují dobrovolné domácí porody, jejichž laická veřejná kritika zavádí šikanou takto rodičích matek i porodních asistentek a dul, které jim pomáhají. Jaká je situace u vás v Kanadě?**

V provincii Ontario, kde žiju, se tři až čtyři procenta porodů odehrájí ze svobodné vůle matky doma. Pořádám to za zcela přirozené a dobré, pokud je žena zdravá a průběh těhotenství bez komplikací. Vím, že tady i v Maďarsku se tahle problematika dramatizuje, že u vás došlo k odsouzení jedné porodní asistentky. Ale vždyť statistiky jasně dokazují, že matky a novorozenci umírají podobnou měrou i v nemocnicích. **X**

▼ INZERCE

REFLEX NA FILMOVÉM FESTIVALU

v Karlových Varech každý den uvádíme

ČERMÁKOVY KOUPELE

Redaktor Reflexu Miloš Čermák uvádí polemické besedy inspirované festivalovým programem.

OD SOUMRAKU DO ÚSVITU

Denní videomagazín reportéra Reflexu Luděka Staňka „Rodrigueze“ odpovídá na festivalové vteřiny Marka Ebena.

DOKTOR RATH

A NAŠE DALŠÍ MÚZY

Výstava humoristů Reflexu Marka Douší, Štěpána Mareše a Jana Ignáce Říhy, kteří se každý týden vrhají střemhlav do české reality.

REFLEX

Nevšední prostor časopisu Reflex

Lázně III, Mlýnské nábřeží 5, Karlovy Vary

30. června – 7. července

Otevřeno denně od 8.00 do 22.00 hod.



Karlovy Vary
International Film Festival



Partneři:



LÁZNĚ III
KARLOVY VARY

www.reflex.cz