MATOKEO YA TATHIMINI YA KIMATAIFA YA HALI YA UNYONYESHAJI NA MAPENDEKEZO YA KUBORESHA UNYONYESHAJI MKOANI MWANZA NA MARA

Imetayarishwa na - Restituta Shirima

TFNC Report No. 1891 Octoba, 1998

Yaliyomo **Ukurasa**

Utangulizi	(1)
Hospitali ya Sumve	1-4
Hospitali ya Shirati	4-7
Hospitali ya Musoma	8-11
Hospitali ya Bugando	11-14
Hospitali ya Magu	14-18
Hospitali ya Musoma	18-21
Hospitali ya Ndugu	21-25
Hospitali ya Bunda	25-28
Hospitali ya Mugumu	28-32
Hospitali ya Geita	32-35
Hospitali ya Tarime	35-38
Hospitali ya Sengerema	38-42
Viambatanisho	43-46

Utangulizi

Tathimini ya hali ya unyonyeshaji katika hospitali umeanza hapa nchini tangu mwaka 1995. Tathimini hii ilifuata baada ya mafunzo ya kuboresha unyonyeshaji kwa wafanyakazi wa afya katika ngazi mbalimbali kufanyika. Baada ya mafunzo hayo, wafanyakazi walioshiriki walitakiwa kutoa stadi walizojifunza kwa wenzao ili waweza kuwasaidia wanawake wanyonyeshe ipasavyo. Ilikubalika kuwa baada ya muda wataalam watatathimini hospitali hizo ili kujua hali ya utekelezaji. Hospitali zinazokuwa zimefanya vizuri hutangazwa na kutambuliwa kuwa rafiki wa mama na mtoto.

Vidokezo kumi vya kufanikisha unyonyeshaji wa maziwa ya mama hutumika kama kigezo cha kupima utekelezaji huo. Pia wataalamu wanaozitathimini hospitali hizo hutoa mapendekezo ya kuboresha hali iliyojitokeza. Ripoti hii inaonyesha matokeo ya tathimini iliyofanyika mikoani Mwanza na Mara Julai / Agosti, 1998 na mapendekezo ya kuboresha hali ya unyonyeshaji.

Imeonekana kuwa wafanyakazi wa afya wengi, bado wanahitajika kujifunza mbinu bora za kuwasaidia wanawake ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Ni vizuri wazingatie kuwa kila mama anahitaji msaada wa aina fulani, hata kama ameshanyonyesha mtoto / watoto wengine. Uongozi wa hospitali utoe msaada na ushirikiano kwa kamati ya unyonyeshaji ili jambo hili lifanikiwe. Ikumbukwe jukumu la kulinda afya ya mama na mtoto ni letu wote, hivyo kila mmoja wetu atoe mchango wake kikamilifu.

MATOKEO YA TATHIMINI YA KIMATAIFA YA HALI YA UNYONYESHAJI NA MAPENDEKEZO YA KUBORESHA HALI ILIYOJITOKEZA

HOSPITALI YA SUMVE

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji. Uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa kufuata sehemu za utekelezaji iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu. Mafunzo hayo yatolewe kidogo kidogo (piece meals) mpaka sehemu zote muhimu zifikiwe.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo na jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzo).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo ili aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama, hatimaye kumwezesha mama kufanikisha kunyonyesha.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wanaponyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa. Wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wakamue maziwa yao ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo. Maziwa yaliyokamuliwa yanakaa saa nane bila kuharibika katika joto la kawaida (room temperature).

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Watoto wadogo wasipewe kitu chochote zaidi ya maziwa ya mama ila kwa ushauri wa daktari. Inaeleweka kuwa ili maziwa ya mama yatoke inabidi mtoto anyonye. Hivyo basi hairuhusiwi kumpa mtoto mchanga maji ya sukari au ya moto kwa kisingizio kuwa maziwa hayajatoka au yanayotoka hayamtoshi. Tukumbuke mtoto atakavyonyonya ndivyo maziwa yatazidi kutengenezwa. Wale watoto waliozaliwa 'Njiti' (premature) na wenye uzito pungufu, mama zao wawakamulie maziwa na walishwe kwa ushauri wa daktari. Watoto hawa hawahitaji kuongezewa maji ya

glucose 'routinely' kama inavyofanyika katika hospitali yenu. Maji ya sukari

yanaweza yakamletea mtoto madhara kwa mfano kuharisha kutokana na maji au vifaa vilivyotumika kuwa vichafu, na pia hupunguza ari ya mtoto ya kunyonya hivyo kiasi cha maziwa yanayotengezwa hupungua.

Kidokezo Namba 7

- ***Kuwaweka mama na mtoto pamoja mara baada ya kujifungua na waendelee kuwa pamoja kwa muda wa masaa 24 kila siku.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuwaangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa. Wanawake wenye watoto 'njiti' wanashauriwa na manesi kutumia njia ya 'kangaroo'. Hii ni njia nzuri inayomweka mama na mtoto karibu, kumpa joto na husaidia mtoto kukua haraka. Njia hii ifundishwe hata wakati wa ANC ili wanawake wote wajue manufaa ya kutumia njia hii katika kulea watoto.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe ili wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa huduma za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Hospitali yenu haina kamati ya unyonyeshaji hivyo ni muhimu uongozi wa hospitali uhakikishe hospitali inaunda kamati hiyo kama ilivyoahidi wakati wa tathimini. Kamati ikiundwa ijitangaze kwa wafanyakazi wote pamoja na wanawake wote ili waweze kupata huduma au ushauri ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Uongozi wa hospitali ufanye juhudi za makusudi kuhakikisha wafanyakazi wote wamepatiwa mafunzo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Suala zima la kufanikisha unyonyeshaji linahitaji ushirikiano kati ya uongozi na wafanyakazi wote. Pia inabidi wafanyakazi wawe na moyo wa kuwajibika na kuipenda (commitment) kazi yao ili kuzilinda afya za wanawake na watoto. Wataalamu wafuatilie mabadiliko ya kisayansi yanayotokea na kubadilisha au kuboresha utendaji wa kazi kwa faida ya wateja wetu. Pia mabadiliko hayo yawe yanajadiliwa ili kila mmoja apate habari.

Hospitali yenu haijafanya vizuri hivyo jitihada za makusudi zifanyike kuboresha hali iliyojitokeza. Watoto ni taifa la kesho.

HOSPITALI YA SEKOU TOURE

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji. Uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa kufuata sehemu za utekelezaji iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. Chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu. Mafunzo hayo yatolewe kidogo (piece meals) mpaka sehemu zote muhimu zifikiwe.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzo).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama, hatimaye kumwezesha mama kufanikisha kunyonyesha.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wanaponyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa. Wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wakamue maziwa yao ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo. Maziwa yaliyokamuliwa yanakaa saa nane bila kuharibika katika joto la kawaida (room temperature).

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kuwaweka mama na mtoto pamoja mara baada ya kujifungua na waendelee kuwa pamoja kwa muda wa masaa 24 kila siku.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili tuweze kutoa sababu za mabadiliko tunayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe ili wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa huduma za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kuwasaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaporuhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Hospitali yenu inaweza kabisa kuboresha hali iliyoonekana. Ushirikiano ulioonyeshwa na uongozi wa hospitali pamoja na wafanyakazi udumishwe. Ari ya kujifunza iliyojitokeza wakati wa 'retraining' iendelee na muwe na kawaida ya kupeana habari kuhusu mabadiliko ya kisayansi yanayotokea. Uhusiano mzuri kati ya wateja na wafanyakazi wa afya uliopo udumishwe. Wanawake wanaohudumiwa wameomba kama kuna uwezekanao uongozi wa hospitali ufanye mpango wa kuwapatia wanawake waliojifungua angalao chai au uji kwani wengine hutoka mbali na hujifungua saa ambazo ndugu zao wameshaondoka.

Wataalamu waliowatathimini wanashukuru kwa ushirikiano wenu.

HOSPITALI YA SHIRATI

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji. Uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikiwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa kufuata sehemu za utekelezaji iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. Chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu. Pongezi kwa kujitahidi kuwaelimisha wafanykazi wenu japo hamkushiriki katika mafunzo ya awali ya unyonyeshaji. Uongozi wa hospitali ushirikiane na mratibu wa "MCH' wa wilaya pamoja na mwalimu wa chuo cha wauguzi aliyepitia mafunzo katika kufanikisha suala la kutoa mafunzo kwa wafanyakazi.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzo).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wanaponyonyesha. Inabidi daktari nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa. Wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wakamue maziwa yao ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo. Maziwa yaliyokamulwa yanakaa saa nane bila kuharibika katika joto la kawaida (room temperature).

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kuwaweka mama na mtoto pamoja mara baada ya kujifungua na waendelee kuwa pamoja kwa muda wa masaa 24 kila siku.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri wale wenye watoto wanaolala sana wanawake wakumbushwe, wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya watoto au wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa huduma za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Hospitali yenu haina kamati ya unyonyeshaji hivyo ni muhimu uongozi wa hospitali uhakikishe hospitali inaunda kamati hiyo. Kamati ikiundwa ijitangaze kwa wafanyakazi wote pamoja na wanawake wote ili waweze kupata huduma au ushauri ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Uongozi wa hospitali ufanye juhudi za makusudi kuhakikisha wafanyakazi wote wamepatiwa mafunzo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Ushirikiano mlionyesha, uongozi pamoja na wafanyakazi udumishwe. Ari kubwa ya kujiendeleza iliyoonyeshwa na wafanyakazi iendelezwe kwa kuwapatia mafunzo na habari za mabadiliko ya kisayansi yanayotokea. Mabango yanayohamasisha unyonyeshaji yabandikwe sehemu husika. Mnaweza kutengeneza mabango yenu wenyewe kwa kuwatumia wanafunzi wa chuo chenu. Umuhimu wa matumizi sahihi wa kadi ya maendeleo na ukuaji wa mtoto usizitizwe kwa wafanyakazi na hasa kwa wanafunzi. Wanawake washirikishwe na waelimishwe utumiaji wa kadi ili waweze kufuatilia maendeleo ya watoto wao. Ni vyema watoto waliolazwa wasimamiwe ulishaji wao. Wazazi waelimishwe na kushauriwa jinsi ya kuchanganya vyakula vya kulikiza. *Wataalamu waliowatathimini wanashukuru kwa ushirikiano wenu.*

HOSPITALI YA RUFAA - BUGANDO

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji. Uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikiwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa kufuata sehemu za utekelezaji iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu. Mafunzo hayo yatolewe kidogo kidogo (piece meals) mpaka sehemu zote muhimu zifikiwe.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusaa saa ya mwanzo).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama, hatimaye kumwezesha mama kufanikisha kunyonyesha.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wanaponyonyesha. Inabidi daktari nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa. Wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wakamue maziwa yao ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto

anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo. Maziwa yaliyokamuliwa yanakaa saa nane bila kuharibika katika joto la kawaida. (room temperature).

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari***

  Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kuwaweka mama na mtoto pamoja mara baada ya kujifungua na waendelee kuwa pamoja kwa muda wa masaa 24 kila siku.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri wanawake wakumbushwe wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe ili wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa huduma za afya zianzishwe kamati ya kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kusaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaruhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Hospitali yenu imefanya juhudi katika kuboresha hali ya unyonyeshaji. Uongozi wa hospitali utoe msaada kwa kamati ya unyonyeshaji kuwapatia mafunzo juu ya unyonyeshaji wafanyakazi wote. Ni vyema kusimamia kwa karibu ulishaji wa watoto 'njiti' au wenye uzito pungufu. Vifaa vya kuwalishia hawa watoto viwe vya kutosha ili kudumisha hali ya usafi. Mawasiliano kati ya manesi wa 'wodi' ya wazazi (post natal) na wale wa 'prem unit' yaboreshwe ili wanawake waweze kusaidiwa au kukumbushwa juu ya ulishaji wa watoto wao. Wanawake wanajifungua watoto zaidi ya mmoja wapatiwe msaada unaohitajika ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Hospitali yenu ni ya rufaa hivyo wanawake wengi wanaohudumiwa kwenu huwa na tatizo fulani. Wapatiwe ushauri nasaha ili kuwatayarisha kiakili na kimawazo waweze kunyonyesha ipasavyo.

HOSPITALI YA MAGU

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji. Uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa kufuata sehemu za utekelezaji iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu. Mafunzo hayo yatolewe kidogo kidogo (piece meals) mpaka sehemu zote muhimu zifikiwe.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzao).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama, hatimaye kumwezesha mama kufanikisha kunyonyesha.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wanaponyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa. Wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wakamue maziwa yao ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo. Maziwa yaliyokamuliwa yanakaa saa nane bila kuharibika katika joto la kawaida (room temperature).

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kuwaweka mama na mtoto pamoja mara baada ya kujifungua na waendelee kuwa pamoja kwa muda wa masaa 24 kila siku.***

Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wenyewe wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya watoto au wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa hudua za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kusaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaruhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Hali iliyoonekana inaweza kuboreshwa bila matatizo. Ushirikiano mkubwa ulionyeshwa na uongozi na wafanyakazi wote udumishwe. Mabango mliyoyatengeneza yatafsiriwe yawe kwa kiswahili ili kuwafikia walengwa wengi zaidi.

Suala la upungufu wa wekundu wa damu lijadiliwe kwa kina wakati wa kliniki ili wanawake na jamii ielewe madhara yake; na wapewe mbinu za kupambana nalo. Pia wafanyakazi wa afya waitumie kadi ya kliniki ya watoto kuwaelewesha na kuwashirikisha wanawake na jamii juu ya ukuaji na maendeleo ya mtoto. Hii lizingatiwe na mratibu wa MCH wa wilaya hivyo alifuatilie kwa karibu. Wanawake wanapokuja kliniki wapewe elimu juu ya ulikizaji

(weaning). Waeleweshwe jinsi ya kuchanganya vyakula vinavyopatikana katika mazingira yenu ili watoto waweze kupata virutubisho vyote vinavyohitajika na mwili. Ikiwezekana "Cooking demonstrations" zianzishwe.

Shukrani zinatolewa kwa uongozi na wafanyakazi kwa ushirikiano wenu wakati wa tathimini.

HOSPITALI YA MUSOMA

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikiwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia walezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzao).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wanaponyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wayakamua ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo.

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale to inapoagizwa na daktari.***

  Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe ili wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya watoto au wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa hudua za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kusaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaruhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Ushirikiano mzuri ulioonyeshwa na uongozi na wafanyakazi udumishwe. Hali ya usafi katika chumba cha kuzalia iendelezwe; pamoja na moyo wa upendo, kuthamini kazi na kuwajibika ulioonyeshwa na wafanyakazi waliokuwa zamu wakati wa tathimini. "Sterilization" iboreshwe hasa katika chumba cha kuzalia. Uongozi wa hospitali uangalie uwezekano wa kumweka nesi maalumu kusimamia "prem unit" kwa masaa 24. Tatizo la upungufu wa wekundu wa damu kwa watoto wadogo, litafutiwe ufumbuzi. Somo hili lifundishwe wakati wa kliniki na wanawake washauriwe mbinu za kupambana na tatizo hili. Mbinu za kuishirikisha jamii zibuniwe.

Katika wodi ya watoto ni vyema wanawake wafuatiliwe kwa karibu na wapewe msaada jinsi ya kuwalisha watoto wao wagonjwa. Ikumbukwe mtoto mgonjwa huhitaji virutubisho vingi zaidi kuliko akiwa mzima ili aweze kupambana na ugonjwa. Lakini ugonjwa mara nyingi humpunguzia hamu ya kula. Hivyo watoto hawa wanahitaji msaada maalumu wakiwa wodini na wanaporuhusiwa, waweze kurudia hali nzuri ya Lishe na kukua inavyotakiwa.

Mratibu wa MCH asisitize umuhimu wa kutumia kadi ya ukuaji na maendeleo ya mtoto, katika kumsaidia mama familia, kufuatilia maendeleo na afya ya watoto wao.

Wataalamu waliowafanyia tathimini wanaushukuru uongozi wa hospitali na wafanyakazi kwa ushirikiano wenu.

HOSPITALI YA NGUDU

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikkwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikiwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzao).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wa kunyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wayakamua ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo.

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale to inapoagizwa na daktari.***

  Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe ili wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya watoto au wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa hudua za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kusaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaruhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Hospitali imejitahidi na inaweza kuboresha hali iliyoonekana. Ushirikiano kati ya uongozi na wafanyakazi udumishwe. Kliniki ya watoto na wanawake wajawazito iko mbali na hospitali na inawabidi wafuate huduma za maabara hospitalini. Uongozi wa hospitali utafute uwezekanao wa kuwafikishia huduma hizi kliniki ili kuwapunguzia mwendo wa kuzifuata. Mratibu wa MCH asimamie ushirikishwaji wa wanawake / jamii katika ufuatiliaji na ukuaji na maendeleo ya watoto wao kwa kuwaelekeza jinsi ya kutumia kadi ya kliniki ya mtoto. Wanawake waelekezwe njia bora ya kulikiza watoto kwa kutumia vyakula vinavyopatikana katika mazingira yenu. Ufuatiliaji wa karibu wa ulishaji wa watoto waliolazwa na wenye uzito pungufu uzingatiwe.

Waliowatathimini wanatoa shukrani kwa ushirikiano wenu.

HOSPITALI YA BUNDA

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikiwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzao).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wa kunyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wayakamua ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo.

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale to inapoagizwa na daktari.***

  Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe ili wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya watoto au wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa hudua za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kusaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaruhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Hospitali yenu imefanya vizuri na idumishe hali hiyo. Ushirikiano ulioonyeshwa na uongozi pamoja na wafanyakazi udumishwe. Mazingira ya hospitali yenu ni masafi na wafanyakazi walionyesha moyo mkunjufu wa kuwahudumia wagonjwa. Wanawake waelezwe juu ya mila ambazo ni potofu ambazo zinaathiri unyonyeshaji na athari zake kuanzia kliniki. Wanapokuja MCH washirikishwe katika ukuaji na maendeleo ya watoto wao kwa kuelezwa kuhusu matumizi sahihi ya kadi ya kliniki. Mratibu wa MCH ahakikishe wafanyakazi wote wanaielewa vizuri kadi hiyo na wanaitumia ipasavyo. Watoto wanaolazwa wodini wafuatiliwe kwa karibu juu ya lishe na ulishwaji wao. Wanawake na jamii ielekezwe juu ya ulikizaji unaofaa kwa kutumia vyakula vinavyopatikana katika mazingira yao. *Shukrani za dhati zinatolewa kwa uongozi na wafanyakazi na wataalamu waliowatathimini kwa ushirikiano wenu.*

HOSPITALI YA MUGUMU

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikiwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzao).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wa kunyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wayakamua ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo.

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale to inapoagizwa na daktari.***

  Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko tunayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya watoto au wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa hudua za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kusaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaruhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Ushirikiano mzuri kati ya uongozi na wafanyakazi udumishwe. Kufanikisha unyonyeshaji ni jukumu la wote hivyo endeleeni kufanyakazi kwa pamoja (team). Endeleeni kuwashirikisha wanawake katika ukuaji na maendeleo ya watoto wao kwa kutumia kadi ya watoto ya kliniki. Kliniki ya watoto na wajawazito iko mbali sana na hospitali kuu, wakati vipimo vyote vinafanyikia hospitali. Uongozi ubuni mbinu ya kuwasaidia hawa wanawake labda kwa kuwapelekea huduma, kama ya kutolewa damu huko kliniki.

Pia wadi ya TB ipo karibu sana na wadi ya wazazi. Uongozi uangalie uwezekanao wa kuiweka mbali kidogo. Watoto wanaolazwa hospitali wafuatiliwe ulishwaji wao. Wanawake waelekezwe juu ya ulikizaji unaofaa kwa kutumia vyakula vinavyopatikana katika mazingira yao.

Wataalamu walio wafanyia tathimini wanashukuru kwa ushirikiano wenu.

HOSPITALI YA GEITA

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikiwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzao).***

Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wa kunyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wayakamua ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo.

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale to inapoagizwa na daktari.***

Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe ili wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya watoto au wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa hudua za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kusaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaruhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Mazingira ya hospitali na wadi ni safi na wafanyakazi wanawasiliana na wagonjwa kwa njia nzuri. Ushirikiano kati ya uongozi na wafanyakazi udumishwe kwani suala zima na jukumu la kuilinda afya ya mama na mtoto ni wajibu wa watu wote. (team work). Pongenzi kwa kuonyesha moyo wa kujitengenezea mabango yenu wenyewe. Wafanyakazi wazingatie suala la kufuatilia kwa karibu ulishaji wa watoto wenye uzito pungufu. Wanawake washirikishwe juu ya maendeleo na ukuaji wa watoto wao kwa kuwafundishia au kuwaelekeza jinsi ya kutumia kadi ya kliniki ya mtoto. *Wataalamu waliowatathimini wanatoa shukrani kwa ushirikiano wenu.*

HOSPITALI YA TARIME

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikiwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzao).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wa kunyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wayakamua ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo.

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale to inapoagizwa na daktari.***

  Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe ili wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya watoto au wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa hudua za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kusaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaruhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Ushirikiano ulionyeshwa na uongozi pamoja na wafanyakazi udumishwe. Wanawake waelezwe juu ya mila potofu zinazoathiri unyonyeshaji na madhara yake wakati wanapohudhuria kliniki. Jamii ishirikishwe katika kufuatilia ukuaji na maendeleo ya mtoto. Watoto wanaolazwa wodini, ulishwaji wao ufuatiliwe kwa karibu na kinamama waelekezwe njia sahihi ya kuwalisha. Njia bora za ulikizaji zifundishwe na matumizi ya vyakula vinavyopatikana katika mazingira yenu usisitizwe. Wapatiwe mbinu sahihi za kuchanganya vyakula hivyo.

Suala la matumizi sahihi ya kadi za kliniki lifuatiliwe kwa karibu na mratibu wa MCH wa wilaya. Wanafunzi wa chuo chenu walizingatie jambo hili kwa makini ili huko waendako waweze kulitekeleza kikamilifu.

Wataalamu waliowafanyia tathimini wanatoa shukrani kwa ushirikiano wenu.

HOSPITALI YA SENGEREMA

Kidokezo Namba 1

- ***Kuwa na sera iliyoandikwa ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama ambayo itafahamika kwa wafanyakazi wote wanaoshughulikia utunzaji wa afya.***

  Wakati wa tathimini mlipewa sera ya taifa ya unyonyeshaji pamoja na nakala ya sera hiyo ikiwa imewekwa kufuata sehemu muhimu za utekelezaji uongozi wa hospitali uhakikishe sera ya taifa imebandikiwa sehemu zote muhimu na ile iliyotafsiriwa iwekwe kwenye sehemu husika.

Kidokezo Namba 2

- ***Kuwafundisha wafanyakazi wanaoshughulikia utunzaji wa afya, stadi muhimu zitakazowawezesha kutekeleza sera hii.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na kamati ya unyonyeshaji ubuni mikakati ya kudumu ya kuhakikisha wafanyakazi wote wanapata mafunzo na ujuzi kuhusu mbinu mpya za unyonyeshaji. Hii inaweza ikafanyika kwa kutumia mikutano yenu (clinical meetings) au kuelekezana wakati mkiwa wodini n.k. chagueni njia ambayo ni muafaka kwenu.

Kidokezo Namba 3

- ***Kuwafahamisha wanawake wote wajawazito kuhusu manufaa na njia bora za kunyonyesha maziwa ya mama.***

  Uongozi wa hospitali ukishirikiana na watekelezaji utafute njia nzuri itakayotumika kutoa elimu ya unyonyeshaji kwa wanawake **wote** wajawazito wanaopitia mikononi mwenu. Wanawake hawa waweze kuelewa umuhimu wa kunyonyesha, faida wanazozipata wao wenyewe pamoja na watoto wao, na mchango wanaotoa kwa taifa, familia kwa kunyonyesha ipasavyo. Pia waelekezwe jinsi ya kukabiliana na matatizo ambayo yanaweza kujitokeza wakati wanaponyonyesha. Wanawake wajawazito watayarishwe kiakili na kimwili wakati wanapohudhuria kliniki ili waweze kunyonyesha ipasavyo. Mahali ambapo tatizo linajitokeza ushauri nasaha utolewe kwa mama na hata familia yake ikiwezekana.

Kidokezo Namba 4

- ***Kuwasaidia wanawake kuanza kuwanyonyesha watoto wao mara baada ya kuzaliwa (nusu saa ya mwanzao).***

  Wafanyakazi wa wodi ya wazazi waelewe umuhimu wa kumsaidia mama kwa vitendo aweze kumnyonyesha mtoto wake mara tu baada ya kujifungua. Msaada huu utolewe kwa wanawake wote wanaojifungua sio wale wanaopasuliwa au wanaojifungua kwa mara ya kwanza tu. Ieleweke kuwa huduma hii ni sehemu ya kazi ya uuguzi, inayohakikisha mtoto aliyezaliwa salama hapati matatizo na itasaidia sana kutoka mapema kwa maziwa ya mama.

Kidokezo Namba 5

- ***Kuwaelekeza wanawake namna ya kunyonyesha na kuendelea kunyonyesha hata iwapo watatenganishwa na watoto wao.***

  Wanawake wasaidiwe kwa vitendo jinsi ya kumbeba na kumweka mtoto vizuri kwenye ziwa wakati wa kunyonyesha. Inabidi daktari au nesi amfuatilie mama aliyejifungua ili kuona kama anaweza kunyonyesha inavyotakiwa wale ambao watoto wao wana matatizo waonyeshwe jinsi ya kukamua maziwa na waelekezwe jinsi ya kuwalisha watoto wao. Ni muhimu sana kuwaonyesha wanawake wote mbinu sahihi ya kukamua maziwa ili waweze kuitumia pale itakapohitajika (km mtoto akiwa mgonjwa na kushindwa kunyonya). Waelezwe kuwa maziwa ya mama hayaharibiki kwa kuacha kunyonyesha kwa muda wa siku kadhaa, hivyo wanapokuwa mbali na watoto wao wayakamua ili yaendelee kutengenezwa. Iwapo hawatakamua na maziwa yakakauka, wanaweza kuanza tena kunyonyesha (relactation). Pia wanaweza kukamua maziwa na kuyaacha ili mtoto anyweshwe kwa kikombe na kijiko wakati akiwa hayupo.

Kidokezo Namba 6

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale to inapoagizwa na daktari.***

  Inaeleweka wazi kuwa ili maziwa ya mama yaanze kutoka inabidi mtoto anyonye. Ni muhimu kuwaelekeza na kuwafahamisha wanawake umuhimu wa kutowapa watoto kitu chochote isipokuwa kwa ushauri wa daktari. Hospitali inapongezwa kwa kutokutoa chochote kwa watoto wachanga. Hali hii idumishwe.

Kidokezo Namba 7

- ***Kutompa mtoto mchanga chakula chochote au kinywaji mbali na maziwa ya mama, isipokuwa pale tu inapoagizwa na daktari.***

  Ni vyema watoto walale na mama zao kitanda kimoja ili iwe rahisi kuwanyonyesha pamoja na kuangalia hali zao zinavyoendelea. Hospitali inapongezwa kwa kutokuwa na vijitanda vidogo kwenye chumba cha kuzalia na wodi ya wazazi. Hali hii iendelee kudumishwa.

Kidokezo Namba 8

- ***Kuwahimiza wanawake kunyonyesha watoto wao kila mara wanapohitaji kunyonya.***

  Ni tabia ya wanawake wengi kuwanyonyesha watoto wao bila kuwapangia muda. Wafanyakazi wa afya inabidi wawaeleze umuhimu wa kufanya hivyo, ili waweze kutekeleza. Pia ni vyema wafanyakazi wa afya wajue umuhimu huu ili waweze kutoa sababu za mabadiliko wanayowashauri. Wanawake wale wenye watoto wanaolala sana, wakumbushwe ili wawaamshe kila saa tatu zinapopita ili wanyonye kwani maziwa ya mama hukaa tumboni kwa mtoto kwa saa tatu.

Kidokezo Namba 9

- ***Kutowapa watoto wachanga nyonyo bandia.***

  Katika mila zetu watoto hawapewi chuchu au nyonyo bandia. Lakini kuna baadhi ya watoto au wageni wenye desturi ya kufanya hivyo. Ni vizuri kuwaelimisha wanawake madhara yanayoweza kuletwa na chuchu hizo kwa mfano kusababisha mtoto kula uchafu na kuharisha. Pale tabia hii inapoonekana, mhusika ashauriwe ipasavyo.

Kidokezo Namba 10

- ***Kuhimiza sehemu zinazotoa hudua za afya zianzishwe kamati za kuhimiza unyonyeshaji wa maziwa ya mama.***

  Kamati ya Hospitali ya unyonyeshaji iliyochaguliwa ipatiwe msaada wa hali na mali na uongozi wa hospitali ili iweze kufanikisha suala zima la kuboresha unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kamati ijitangaze kwa wafanyakazi pamoja na wanawake wote ili waweze kupatiwa huduma za kusaidia kunyonyesha ipasavyo. Wanawake wanaruhusiwa kutoka hospitalini waelekezwe jinsi au mahali pa kupata ushauri au msaada iwapo watapata matatizo ya unyonyeshaji.

Mapendekezo ya Jumla

Hospitali yenu ni safi yenye wafanyakazi wenye ushirikiano mzuri. Uongozi uendelee kutoa msaada na ushirikiano ulionyeshwa wakati wa tathimini. Mnapongezwa kwa kuweza kuwafundisha wanawake matumizi ya njia ya kangaroo na kuwaelekeza pamoja na kufuatilia kwa karibu ulishaji wa watoto "Njiti" na wale wenye uzito mdogo. Hii iwe ni changamoto mtakalotoa kwa hospitali nyingine katika mkoa. Wataalamu walio wafanyia tathimini waliridhishwa na jinsi wanafunzi na wafanyakazi wa kada zote wanavyoshirikishwa kuhakikisha suala zima la unyonyeshaji linafuatiliwa na kutekelezwa.

Watoto nao walazwe katika wodi wenye matatizo ya lishe au mengine wafuatiliwe ulishwaji wao kwa karibu zaidi ili pale penye tatizo parekebishwe mapema.

Kadi ya kliniki itumike kikamilifu katika kumhusisha mama na jamii katika ukuaji na maendeleo ya mtoto.

Wataalamu waliowafanyia tathimini wanatoa shukrani kwa ushirikiano wenu.

Kiambatanisho namba 1

MATOKEO YA TATHIMINI YA KIMATAIFA

Jina la Hospitali	Mkoa	Alama (%)
1. Sengerema	Mwanza	90
2. Tarime	Mara	80
3. Geita	Mwanza	80
4. Mugumu	Mara	80
5. Bunda	Mara	80
6. Ngudu	Mara	80
7. Magu	Mwanza	70
8. Bugando	Mwanza	70
9. Sekou Toure	Mwanza	60
10. Musoma	Mara	60
11. Shirati	Mara	50
12. Sumve	Mwanza	30

Kiambatanisho namba 2

MATOKEO YA TATHIMINI YA AWALI

Jina la Hospitali	Mkoa	Alama (%)
1. Sengerema	Mwanza	70
2. Tarime	Mara	60
3. Mugumu	Mara	60
4. Ngudu	Mwanza	50
5. Geita	Mwanza	50
6. Bunda	Mara	50
7. Magu	Mwanza	50
8. Bugando	Mwanza	40
9. Musoma	Mara	40
10. Sekou Toure	Mwanza	40
11. Shirati	Mara	40
12. Sumve	Mwanza	30

Kiambatanisho namba 3

PROTOCOL FOR CARE OF NEWBORNS UNDER 2.2 KG BIRTH WEIGHT

A. Warmth

1. Dry immediately afte birth
2. Dress in hat and blanket
3. If over 1.8 kg., lay baby with mother in bed
4. If under 1.8 kg., place in incubator when warmed

    a) Incubator should be at 88-90 degrees Fahrenheit
    b) Record baby's axillary temp q 3 hour (should be 36-37 degree C)
    c) Record incubator temp q 3 hours

B. Feeding

1. Within 1 hour of birth, insert NG tube 4 or 5 Fr. (Tube should be changed every Monday or prn)

2. Start feeding of Expressed Breast Milk (EBM) or Glucose every 3 hours according to birth weight.

GRAMS	Day	1	2	3	4	10
<800		5	10	15	18	20
800-1200		10	15	20	23	25
1201-1600		15	20	25	30	35
1601-2000		20	28	35	40	50
2001-2400		25	30	40	50	55

3. After day 4, calculate feeding based on 22cc/kg/day, divided into eight feedings.
4. If vomiting occurs, reduce feeding to previous day's level.
5. If vomiting persists, order Blood Slide and notify M.O. on duty
6. Weight baby Monday, Wednesday, and Friday, and record wight in file.
7. When weight reaches 4 pounds 10 ounces, remove NG tube and fully breast feed.

C. Infection

1. Start baby within one hour of birth on:
    a) Ampicillin 62.5 mg IM every 12 hours for 10 days
    b) Gentamicin 5 mg IM every 12 hours for 10 days
2. Baby should only be handled by its own mother (not by visitors or siblings)
3. Avoid putting more than one baby in an incubator.

D. Discharge

1. May be discharged after 2 days of fully breastfeeding without losing weight
2. Rx-Ferosan 1/4 tab daily for 60 days
3. Advise use of bed net to avoid malaria.