

# Laktační poradenství

Při **laktaci** dochází k **vylučování mléka z mléčné žlázy** v období kojení, přičemž v první dny po porodu dochází k vylučování tzv. mleziva. Mlezivo je tekutina, která obsahuje více bílkovin a minerálních látek, méně cukrů a tuků oproti pozdějšímu mateřskému mléku. **Laktace** je **ovlivňována poklesem estrogenů a progesteronů a vylučování hormonu prolaktinu z hypofýzy**. **Intenzita** tvorby prolaktinu je **stimulována kojením**. Po porodu či v šestinedělí mohou nastat problémy spojené s kojením, proto ženy v dané chvíli vyhledávají laktační poradkyni.

## Kdo je laktační poradkyně

**Laktační poradkyně** je **osoba proškolená Laktační ligou v oblasti kojení** a účastní se pravidelných tematických konferencí. Může ženě poradit v otázkách vhodných poloh pro kojení či správného přiložení. **Certifikovaný laktační poradce** může být **pouze zdravotník a matky po absolvování kurzů pořádaných Laktačních ligou**. Pomáhá se začátku kojení a je v pohotovosti v případě potřeby.

## Laktační liga

**Laktační liga je nezisková organizace**, která podporuje a ochraňuje kojení. Také vytváří osvětu při kojení a jeho propagaci. Pomáhá našim nemocnicím tím, že je připravuje k získání titulu Baby Friendly Hospital a zároveň dohlíží na dodržování 10 kroků k úspěšnému kojení podle WHO či organizace UNICEF. Také napomáhá k šíření letáků či brožur s tematikou kojení. **Pravidelně školí laktační poradkyně** a iniciuje vznik podpůrných skupin kojících matek a laktačních center.

## Odkazy

### Související články

- Těhotenství
- Porod
- Kojení
- Šestinedělí
- Laktace

### Zdroje

- NUTRIKLUB,. *Laktační poradenství: proč si domů pozvat laktační poradkyni* [online]. Řepová, Andrea, ©2019. Poslední revize 2019, [cit. 2020-09-08]. <<https://www.nutriklub.cz/clanek/laktacni-poradenstvi-proc-si-domu-pozvat-laktacni-poradkyni>>.
- KOJENÍ,. *Seznam laktačních poradkyň* [online]. Klimentová, Lenka, ©2000. Poslední revize 2020, [cit. 2020-09-08]. <<http://www.kojeni.cz/maminkam/poradci/>>.
- PROMAMINKY.CZ,. *Laktační liga a laktační poradkyně* [online]. Pincioglu, Kristýna, ©2016. Poslední revize 2020, [cit. 2020-09-08]. <<https://www.promaminky.cz/clanky/porod-a-sestinedeli-48/laktacni-liga-a-laktacni-poradkyne-357>>.

### Použitá literatura

- HÁJEK, Zdeněk, Evžen ČECH a Karel MARŠÁL, et al. *Porodnictví*. 3. vydání. 2014. ISBN 978-80-247-4529-9.