

# »Šola materinstva«

(Programske smernice)

Med. s. Neža Jarnovič

Zdravstvene ustanove, kjer so medicinske sestre sistematično začele z zdravstveno vzgojo žena, so s kratkimi tečajji o pravilni prehrani dojenčka že opravile lepo delo. Po poročilih, ki jih imamo, pa vidimo, da so ponekod prav na željo tečajnic samih in iz potrebe, ki jo medicinska sestra občuti pri delu za varstvo matere in otroka, priključili tem tečajem tudi nekaj snovi o negi dojenčka. Zato smo za orientacijo in z namenom, da olajšamo delo, pripravili širši program zdravstvenovzgojnega dela, ki naj bi ga izvajale zdravstvene ustanove kot nekakšno »Solo materinstva«. Pouk v takšnih tečajjih naj bi ženi dal tisto osnovno znanje in sposobnost, ki jo mora ob svojem otroku imeti vsaka mati.

Program, ki ga s tem posredujemo terenu, je sprejemljiv za vsako ustanovo, kjer koli je delo pri varstvu matere in otroka količkaj razvito. Osvojili pa naj bi ga predvsem dispanzerji za žene in otroke, materinski domovi, dečji domovi in pa posvetovalnice, ki so od UNICEF-a (t. j. Mednarodnega sklada Združenih narodov za nujno pomoč otrokom) dobile kot pomoč med drugim materialom tudi zdravstvenovzgojne pripomočke, lutko, šivalni stroj, pribor za demonstracijsko mlečno kuhinjo, a kljub temu nikakor ne morejo začeti s tovrstno dejavnostjo. Vsi učni pripomočki za pouk po tem programu se dobe na oddelku za zdravstveno vzgojo pri Centralnem higienskem zavodu, kot smo objavili že v 1. letošnji številki našega glasila.

Šola materinstva naj zajame snov po vseh štirih točkah programa, in sicer za vsako skupino — za zbrane bodoče matere in za matere, ki imajo že otroke. Žene teh dveh skupin so za ta pouk najbolj motivirane in sprejemljive. Kratko nakazani program o negi dojenčka, o pravilni prehrani dojenčka, o higieni oblačil in oblačenja ter splošna higiensko zdravstvena predavanja omogočajo zdravstveni ustanovi, da zdravstveno vzgoji in prosvetli matere, ki bodo s svojim pravilnim znanjem največja opora naši zdravstveni službi na terenu.

## Program šole materinstva

Program te šole je:

1. nega dojenčka;
2. pravilna prehrana dojenčka;
3. higiena oblačil in oblačenje;
4. splošna higiensko zdravstvena predavanja.

### I. Nega dojenčka

1. Vsem ženam demonstrirati diapozitive o negi dojenčka s predavanjem, ki se nanaša na slike diapozitivov. Ta pouk naj zajame vso skupino žena hkrati.

2. Praktični pouk o negi dojenčka se vrši po vrstnem redu diafilma. Žene za praktični pouk je treba razdeliti v več skupin. Skupina naj šteje 4—6 žena. Vse morajo aktivno sodelovati in tudi praktično izvajati, kar jim pokaže sestra.

Praktični pouk obsega:

a) **demonstriranje vseh predmetov**, ki jih mati potrebuje za nego in prehrano otroka (vsak predmet naj si posebej ogleda in ga prime v roke):

- otrokova oblačila in oprema postelje,
- pribor za kopanje,
- pribor za pripravljane hrane in za hranjenje otroka.

b) **Nega dojenčka** (sestra pokaže, vsaka mati ponovi):

- priprava za kopanje dojenčka, nato kopanje,
- oblačenje dojenčka,
- hranjenje otroka (naravno in umetno),
- priprava otroka za spanje in ureditev postelje.

Učni material:

1. projektor,
2. diafilm — »Nega dojenčka«,
3. lutka — punčka,
4. vsa oblačila za dojenčka — (že izdelana),
5. ves pribor za kopanje dojenčka,
6. ves pribor za pripravljane hrane in za hranjenje dojenčka,
7. postelja s celotno opremo (tudi improvizacije).

## II. Pravilna prehrana dojenčka

Tečaj naj bo kratek in naj zajame žene po skupinah. Tečaj mora ženam posredovati vsaj osnovno znanje o pripravljanju in kuhanju:

- a) mleka,
- b) mlečnih mešanic,
- c) sadnih in zelenjavnih sokov,
- č) zelenjave,
- d) beljakovinske hrane.

Pouk naj se vrši obenem s praktično pripravo in kuhanjem hrane. Zajame naj tudi teoretično razlago in matere aktivno pritegne h kuhanju.

Pedagoške in strokovne napotke za tečaj nudijo skripta »Okvirne smernice za tečaj o zdravi prehrani dojenčka«.

Učni pripomočki:

1. Skripta »Okvirne smernice za tečaj o zdravi prehrani dojenčka«.
2. Inventar, ki ga predvideva seznam v skriptih.
3. Živila, ki jih predvideva seznam v skriptih.
4. Primeren prostor (mlečna ali čajna kuhinja v domu).

## III. Higiena oblačil in oblačenja

Tečaj naj ženam posreduje osnovno znanje o pravilnem oblačenju otroka in žene v nosečnosti. Teoretični del predavanja naj zajame vse žene naenkrat. Predavanje naj poudarja važnost ustreznega kroja, primernega materiala, pra-

vilnega higienskega oblačenja ter higieno obleke in perila. Nadaljnji pouk naj omogoči, da si žene dobijo potrebne kroje za otroka in dobe tudi osnovni pouk, kako naj po kroju sešijejo potrebna oblačila.

Učni pripomočki:

1. mapa krojev s tekstom »Tečaj o higieni oblačil in oblačenja«,
2. šivalni stroj,
3. več škarij,
4. papir za kroje,
5. blago za šivanje, platno, sukanec,
6. vzorci vseh oblačil (že izdelani).

#### IV. Splošna higiensko zdravstvena predavanja

Predavanja naj zajamejo vse žene naenkrat.

Snov predavanj:

1. Zdrava prehrana (s flanelografom).
2. Prva pomoč pri bolnem otroku.
3. Higiena žene (s flanelografom).
4. Kvarne posledice splava in kontracepcija.
5. Splošna higiena — osebna, stanovanjska, komunalna (s filmom »Osebna higiena«).
6. Kako štiti zakon mater v delovnem razmerju.
7. Socialno zdravstvene ustanove za zaščito matere in otroka (posvetovalnica za žene in otroke, dispanzerji, otroške bolnice, zdravilišča, okrevališča, jasli, vrtci, počitniške kolonije, mlečne kuhinje).

Učni pripomočki:

1. flanelograf »Zdrava prehrana«,
2. flanelograf »Higiena žene — nosečnost«,
3. film »Osebna higiena«,
4. letaki o pravilni prehrani dojenčka,
5. razna poučna literatura (knjige, revije itd.), da se matere z njo seznanijo in si jo po možnosti nabavijo oziroma naroče,
6. svinčniki in papir za beležke mater,
7. omare — vitrine za razstavo in shrambo učil.

Ta program pa nikakor ni optimalen. Dispanzerji za žene bodo morali v svoje zdravstvenovzgojno delo vključiti tudi šolo za naravni porod brez bolečin. Njen program pa bomo objavili v prihodnji številki.