

«Կրծքով կերակրման խորհրդատվություն»

2023 թվականից կրկնողաբար Երևան քաղաքում ՀՀ ԱՆ «Ակադեմիկոս Ս. Ավդալբեկյանի անվան առողջապահության ազգային ինստիտուտ» ՓԲԸ կողմից կանցկացվի «Կրծքով կերակրման խորհրդատվություն» թեմայով դասընթաց: Ծրագիրը հաստատվել է ՀՀ առողջապահության նախարարի հրամանով: Թիրախային լսարանը՝ մանկաբույժներ, նեոնատոլոգներ, մանկաբարձ-գինեկոլոգներ, ընտանեկան բժիշկներ, մանկաբարձուհիներ, բուժքույրեր: Մասնակից ավագ բուժաշխատողներին՝ կշնորհվի ՇՄԶ 25 տեսական և 20 գործնական կրեդիտ, միջին բուժաշխատողներին՝ ՇՄԶ 20 տեսական և 16 գործնական կրեդիտ: Լրացուցիչ տեղեկատվության համար զանգահարել 010235310, 091419894, 096506497 հեռախոսահամարներով:

ԾՐԱԳԻՐ

«ԿՐԾՔՈՎ ԿԵՐԱԿՐՄԱՆ ԽՈՐՀՐԴԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆ» ԹԵՄԱՅՈՎ ԴԱՍԸՆԹԱՑԻ

2023 թվականից կրկնողաբար, ք. Երևան (ՀՀ ԱՆ «Ակադեմիկոս Ս. Ավդալբեկյանի անվան առողջապահության ազգային ինստիտուտ» ՓԲԸ, Մոռ և մանկան առողջության պահպանման ԳՀԻ, «Սլավմեդ» ԲԿ)

ՀՀ ԱՆ «Ակադեմիկոս Ս. Ավդալբեկյանի անվան առողջապահության ազգային ինստիտուտ» ՓԲԸ

| Օր 1՝ ՀՀ ԱՆ ԱԱԻ |   |   |
|-----------------|---|---|
| 09:30-10:00     | Դասընթացի բացում, մասնակիցների ներկայացում  | Կարինե Սարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան /<br>Լյուդմիլա Սիմոնյան |
| 10:00-10:30     | Վերապատրաստման դասընթացի նպատակի և օրակարգի ներկայացում   | Կարինե Սարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան /<br>Լյուդմիլա Սիմոնյան |
| 10:30-11:00     | Նախաթեստ  |   |
| 11:00-12:00     | <b>Դասախոսություն</b><br>Երեխաների սնուցման հետ կապված գլոբալ քաղաքականությունը և ազգային ռազմավարությունը:<br>Կրծքով կերակրման խրախուսմանն ուղղված ծրագրային միջոցառումները՝ նախապատմություն և հետագա զարգացումներ | Կարինե Սարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան                         |
| 12:00-13:00     | <b>Դասախոսություն</b>   | Կարինե Սարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան                         |

|                        |   |   |
|------------------------|---|---|
|                        | Երեխաների և կանանց սնուցման իրավիճակը<br>Հայաստանում, ցուցանիշների միտումները, առկա<br>հիմնախնդիրները   |   |
| 13:00-14:00            | Ընդմիջում   |   |
| 14:00-15:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Ինչու՞ է կարևոր կրծքով կերակրումը: Կրծքի կաթի և կրծքով<br>կերակրման առավելությունները  | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան     |
| 15:00-16:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Կրծքով կերակրման անատոմիան և ֆիզիոլոգիան   | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան     |
| 16:00-16:30            | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Կրծքով կերակրումը օգտակար է և՛ մոր, և՛ մանկիկի համար:<br>Թեմատիկ տեսաֆիլմ՝ Ինչպե՞ս կերակրել երեխային: Կրծքով<br>կերակրման կարևորությունը:<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=-gYSohwc8xk">https://www.youtube.com/watch?v=-gYSohwc8xk</a><br>Տեսաֆիլմի դիտում և քննարկում | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան     |
| <b>Օր 2՝ ՀՀ ԱՆ ԱԱԲ</b> |   |   |
| 10:00-11:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Կաթնարտադրության էվոլյուցիան:<br>Թեմատիկ տեսաֆիլմ<br>«Կաթնարտադրություն»<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=jQQjKKGKZk5A">https://www.youtube.com/watch?v=jQQjKKGKZk5A</a>  | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Լյուդմիլա Միմոնյան |
| 11:00-12:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Կրծքով կերակրման երեխայի ռեֆլեքսները, երեխայի<br>ամրակցումը կրծքին   | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Լյուդմիլա Միմոնյան |
| 12:00-13:00            | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Կրծքով կերակրման մեխանիզմը<br><a href="https://www.babycef.am/hy/child-nutrition/breastfeeding-positions">https://www.babycef.am/hy/child-nutrition/breastfeeding-positions</a><br>Տեսաֆիլմի դիտում և քննարկում  | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Լյուդմիլա Միմոնյան |
| 13:00-14:00            | Ընդմիջում   |   |
| 14:00-15:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Նախաձննդյան խորհրդատվության կարևորությունը:<br>Անհատական և խմբակային խորհրդատվություն:<br>Նախապատրաստումը կրծքով կերակրմանը  | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Մարիբեկյան     |
| 15:00-16:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Առողջ սնուցումը հղիության ընթացքում, օրինակելի<br>չափաբաժինները: Ի՞նչ չի կարելի ուտել  | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան     |
| 16:00-16:30            | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>«Ես որոշել եմ կերակրել կրծքով»<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=Mw3xHIC7OAg">https://www.youtube.com/watch?v=Mw3xHIC7OAg</a><br>Թեմատիկ տեսաֆիլմի դիտում և քննարկում  | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան     |
| <b>Օր 3</b>            |   |   |
| 10:00-11:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>ԿԿ խորհրդատվության հմտություններ՝ «Լսել և իմանալ»  | Լյուդմիլա Միմոնյան /<br>Հասմիկ Լալայան    |
| 11:00-12:00            | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Վարժություններ՝ «Լսել և իմանալ»<br>Խմբային աշխատանք՝ առաջադրանք-վարժություններ<br>իրավիճակային տարբեր սցենարներով  | Լյուդմիլա Միմոնյան /<br>Հասմիկ Լալայան    |

|  |  |  |
|--|--|--|
| 12:00-13:00  | <b>Ղասախոսություն</b><br>ԿԿ խորհրդատվության հմտություններ՝ վստահության ձևավորում և աջակցություն  | Լյուդմիլա Միմոնյան /<br>Հասմիկ Լալայան |
| 13:00-14:00  | Ընդմիջում  |  |
| 14:00-15:00  | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Վարժություններ՝ «Վստահության ձևավորում և աջակցություն»<br>Խմբային աշխատանք՝ առաջադրանք-վարժություններ, իրավիճակային խնդիրներ  | Լյուդմիլա Միմոնյան /<br>Հասմիկ Լալայան |
| 15:00-16:00  | <b>Ղասախոսություն</b><br>Կրճրով կերակրող մայրերի առողջ սնուցումը և առանձնահատկությունները, միֆեր լակտոզենների մասին  | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան  |
| 16:00-16:30  | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Թեմատիկ տեսաֆիլմ՝<br>«Կրճրով սնուցում»<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=chkLPs_3V88&amp;t=2s">https://www.youtube.com/watch?v=chkLPs_3V88&amp;t=2s</a>   | Կարինե Մարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան  |
| <b>Օր 4</b><br><b>Մոր և մանկան առողջության պահպանման ԳՀԻ</b> |  |  |
| 09:30-10:30  | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Ծանոթացում ծննդատան ներքին կանոններին, շրջայց մանկաբարձական և նորածնային բաժանմունքներում   | Անահիտ Ասատրյան                        |
| 10:00-11:00  | <b>Ղասախոսություն</b><br>Կրճրին վաղ մոտեցման և մաշկը մաշկին շփման կարևորությունը: Մոր և մանկան համատեղ կեցություն  | Հասմիկ Լալայան /<br>Անահիտ Ասատրյան    |
| 11:00-12:00  | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Ծննդաբերություն, կրճրով առաջին կերակրում<br>Թեմատիկ տեսաֆիլմի դիտում: ԿԿ ծնվելուն հաջորդող 1 ժամվա ընթացքում<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=OhF-qpaaOHQ">https://www.youtube.com/watch?v=OhF-qpaaOHQ</a><br>Տեսաֆիլմի դիտում և քննարկում | Հասմիկ Լալայան /<br>Անահիտ Ասատրյան    |
| 12:00-13:00  | <b>Ղասախոսություն</b><br>Կաթնախեժ, ինչու՞ է այն կարևոր մանկան կյանքի առաջին օրերին: Ինչպե՞ս օգնել մորը կրճրով կերակրման վաղ շրջանում: Հաճախ տրվող հարցեր. քննարկում  | Հասմիկ Լալայան /<br>Անահիտ Ասատրյան    |
| 13:00-14:00  | Ընդմիջում  |  |
| 14:00-15:00  | <b>Ղասախոսություն</b><br>Կրճրով կերակրման դիտարկում. նորածնի ամրակցումը և ԿԿ դիրքերը;<br>Թեմատիկ տեսաֆիլմ. ԿԿ դիրքերը<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=T2gI3-RJ_14">https://www.youtube.com/watch?v=T2gI3-RJ_14</a>   | Հասմիկ Լալայան /<br>Անահիտ Ասատրյան    |
| 15:00-16:00  | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Կրճրով կերակրման գնահատում: Մխալ և ճիշտ կերակրման նշանները: Վարժանք սլայդներով՝ ամրակցում և մարմնի դիրք Կլինիկական պրակտիկա՝ գնահատում տեղերում, գնահատման անհատական թերթիկների լրացում, քննարկում լսարանում  | Հասմիկ Լալայան /<br>Անահիտ Ասատրյան    |

|                         |   |                                       |
|-------------------------|---|---------------------------------------|
| 16:00-17:00             | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Համայն. ծանոթացում մանկանը բարեկամ 10 քայլերին՝ մոր և մանկան կենտրոնի օրինակով   | Անահիտ Ասատրյան /<br>Հասմիկ Լալայան   |
| <b>Օր 5՝ ՀՀ ԱՆ ԱԱԻ</b>  |   |                                       |
| 10:00-11:00             | <b>Դասախոսություն</b><br>Կրճրով կերակրման դժվարություններ, լաց, հրաժարում կրճրից  | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Սարիբեկյան |
| 11:00-12:00             | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Թեմատիկ տեսաֆիլմ՝ կրճրով սխալ կերակրման հետևանքները, ճաքեր<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=1-mvh5-JktE">https://www.youtube.com/watch?v=1-mvh5-JktE</a>  | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Սարիբեկյան |
| 11:00-12:00             | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Կրճրով կերակրվելուց հրաժարման հնարավոր պատճառները:<br>Թեմատիկ տեսաֆիլմեր<br>✓ Հրաժարում կրճրով կերակրումից<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=svWpQ3aABqY&amp;t=12s">https://www.youtube.com/watch?v=svWpQ3aABqY&amp;t=12s</a><br>✓ Կաթնադուլ /ի՞նչ անել, երբ փոքրիկը հրաժարվում է կաթից<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=3RCQJ1T34No">https://www.youtube.com/watch?v=3RCQJ1T34No</a> | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Սարիբեկյան |
| 12:00-13:00             | <b>Դասախոսություն</b><br>Անբավարար կաթնարտադրություն, փաստացի և հավանական նշաններ: Կաթնարտադրության վերականգնում /ռեյակտացիա  | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Սարիբեկյան |
| 13:00-14:00             | Ընդմիջում   |                                       |
| 14:00-15:00             | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Կրճրով կերակրման դժվարություններ վարժություններ՝ իրավիճակային սցենարներ: Առանձին դեպքերի ներկայացում, քննարկում  | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Սարիբեկյան |
| 15:00-16:30             | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Խորհրդատվական հմտություններ և գործնական աշխատանք աջակցություն մայրիկներին՝ կրճրով կերակրման դժվարությունների դեպքում:<br>Խմբային աշխատանք՝ իրավիճակային տարբեր սցենարներով դերային խաղարկում   | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Սարիբեկյան |
| <b>Օր 6՝ Սլավմեդ ԲԿ</b> |   |                                       |
| 09:30-10:30             | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Ծանոթացում ծննդատան ներքին կանոններին, շրջայց նորածնային բաժանմունքում   | Հասմիկ Լալայան                        |
| 10:00-11:00             | <b>Դասախոսություն</b><br>Կրճրով սնուցումը լրացնելու կամ կրճրի կաթը չօգտագործելու բժշկական ցուցումները, հիվանդ նորածինների կրճրով կերակրումը   | Հասմիկ Լալայան /<br>Արփինե Վանցյան    |
| 11:00-12:00             | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Թեմատիկ տեսաֆիլմ.<br>առողջական խնդիրներ ունեցող նորածինների կրճրով կերակրման սկզբունքները<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=GuS8ArhRZ9I&amp;t=158s">https://www.youtube.com/watch?v=GuS8ArhRZ9I&amp;t=158s</a><br>Տեսաֆիլմի դիտում և քննարկում   | Հասմիկ Լալայան /<br>Արփինե Վանցյան    |

|                        |  |   |
|------------------------|--|---|
| 12:00-13:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Կերակրման այլընտրանքային եղանակներ:<br>Անհաս և զույգ նորածինների կերակրում  | Հասմիկ Լալայան /<br>Արփինե Վանցյան      |
| 13:00-14:00            | Ընդմիջում  |   |
| 14:00-15:00            | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Անհաս և զույգ նորածինների խնամք և կերակրում:<br>Կլինիկական պրակտիկա.<br>մասնակցություն համայնին, առանձին դեպքերի դիտարկում,<br>հաջորդիվ քննարկամար  | Հասմիկ Լալայան /<br>Արփինե Վանցյան      |
| 15:00-16:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Կրծքագեղձի վիճակներ: Կրծքով կերակրման հետ կապված<br>առավել հաճախ հանդիպող մայրական խնդիրներ   | Հասմիկ Լալայան /<br>Արփինե Վանցյան      |
| 16:00-16:30            | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>✓ Վարժանք՝ պլայդներով:<br>✓ Վարժություններ՝ տարբեր իրավիճակային<br>սցենարներով  | Հասմիկ Լալայան /<br>Արփինե Վանցյան      |
| <b>Օր 7՝ ՀՀ ԱՆ ԱԱԻ</b> |  |   |
| 10:00-11:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Կրծքով կերակրումը արտակարգ իրավիճակի<br>պայմաններում: ԿՈՎԻԴ-ը և կրծքով սնուցումը  | Կարինե Սարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան   |
| 11:00-12:00            | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Տասնչորս առասպել կրծքով կերակրման մասին<br><a href="http://www.babycef.am/hy/child-nutrition/breastfeeding-14-myths?term=11">http://www.babycef.am/hy/child-nutrition/breastfeeding-14-myths?term=11</a><br>Նյութի ընթերցում, քննարկում   | Կարինե Սարիբեկյան /<br>Հասմիկ Լալայան   |
| 12:00-12:30            | <b>Դասախոսություն</b><br>Ինչպե՞ս և ե՞րբ կթել կուրծքը: Ինչպե՞ս խթանել<br>օքսիտոցինային ռեֆլեքսը   | Լյուդմիլա Միմոնյանց /<br>Հասմիկ Լալայան |
| 12:30-13:00            | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Ինչպե՞ս կթել կուրծքը և մանկանը կերակրել կթած կաթով<br>Թեմատիկ տեսաֆիլմ. Կուրծքը կթելու և կթած կաթը<br>պահելու կանոնները...<br><a href="https://www.youtube.com/watch?v=z4Nwu3y5UCg&amp;t=67s">https://www.youtube.com/watch?v=z4Nwu3y5UCg&amp;t=67s</a><br>Տեսաֆիլմի դիտում և քննարկում | Լյուդմիլա Միմոնյանց /<br>Հասմիկ Լալայան |
| 13:00-14:00            | Ընդմիջում  |   |
| 14:00-15:00            | <b>Դասախոսություն</b><br>Կրծքով սնուցման պատմություն: Ինչպե՞ս այն կազմել   | Լյուդմիլա Միմոնյանց /<br>Հասմիկ Լալայան |
| 15:00-15:30            | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Հետծննդյան վախեր, ինչպե՞ս հաղթահարել:<br><a href="https://apilak.eu/am/articles/article12/#article">https://apilak.eu/am/articles/article12/#article</a><br>Նյութի ընթերցում, քննարկում   | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Սարիբեկյան   |
| 15:30-16:30            | <b>Դասախոսություն</b><br>«Մանկանը բարեկամ» ԱՀԿ-ՅՈՒՆԻՍԵՖ գլոբալ<br>նախաձեռնության 10 քայլերը  | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Սարիբեկյան   |
| <b>Օր 8՝ ՀՀ ԱՆ ԱԱԻ</b> |  |   |
| 10:00-10:30            | <b>Դասախոսություն</b>  | Հասմիկ Լալայան /<br>Կարինե Սարիբեկյան   |

|             |   |                                    |
|-------------|---|------------------------------------|
|             | Արհեստական կաթնախառնուրդների մարքեթինգի միջազգային օրենագիրքը   |                                    |
| 10:30-11:00 | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Կաթնախառնուրդի գովազդի ձևերը, անուղղակի գովազդ: Տարբեր իրավիճակների խաղարկում                                  | Հասմիկ Լալայան / Կարինե Սարիբեկյան |
| 11:00-12:00 | <b>Դասախոսություն</b><br>ՀՀ օրենքը «Կրծքով կերակրման խրախուսման և մանկական կաթնախառնուրդների վաճառահանման մասին»                            | Կարինե Սարիբեկյան / Հասմիկ Լալայան |
| 12:00-13:00 | <b>Դասախոսություն</b><br>ԿԿ հակացուցումներ. Ե՞րբ և ինչպե՞ս կարելի է տրամադրել կաթնախառնուրդներ (ՀՀ ենթաօրենսդրական և ՀՀ ԱՆ նորմատիվ ակտերը) | Կարինե Սարիբեկյան / Հասմիկ Լալայան |
| 13:00-13:30 | <b>Գործնական աշխատանք</b><br>Ազգային օրենսդրության խախտումների դեպքերի ներկայացում և քննարկում  | Հասմիկ Լալայան / Կարինե Սարիբեկյան |
| 13:30-14:30 | Ընդմիջում   |                                    |
| 14:30-15:00 | Հետթեստավորում  |                                    |
| 15:00-15:30 | Հետթեստավորման արդյունքների քննարկում   |                                    |
| 15:30-16:00 | Դասընթացի ամփոփում, փակում  |                                    |

Թիրախային լսարան՝ մանկաբույժներ, նեոնատոլոգներ, մանկաբարձ-գինեկոլոգներ, ընտանեկան բժիշկներ, մանկաբարձուհիներ, բուժքույրեր:

Մասնակիցների ակնկալվող թվաքանակ՝ 12-16 հոգի: