

15.09.2019 Rīga / Riga

**Profesionālās pilveides kurss: Aktualitātes zīdīšanā ar Maiju Bolmani RN, BA, BSN, IBCLC  
Professional Development Course: Resend Trends In Breastfeeding with Maya Bolman RN, BA, BSN, IBCLC**

**Programma / Program**

**9.00 – 9.30**

**Reģistrācija / Registration**

**9.30 – 11.00**

**Krūts masāža, atbalstot zīdīšanu**

Sāpes krūtīs ir viena no biežākajām komplikācijām zīdīšanā. Stāze, ko izraisapirmais piena pieplūdums, mastīts un piena sastrēgumi izraisa sāpes, kas kļūst par īslaicīgu vai pilnīgu zīdīšanas pārtraukšanas iemeslu. Terapeitiska Krūšu Masāža laktācijas laikā (TBML, ang.) ir viens no veidiem, kā ātri atvieglot un izbeigt šīs sāpes. Terapeitiska Krūts Masāža uzlabo limfas cirkulāciju un atceci un maiga piena atslaukšana ar rokām palīdz atbrīvoties no sastrēgumiem. Lektore pastāsīs, kā krūšu masāža tiek izmantota dažādās kultūrās, lai atvieglotu akūtas sāpes, pārskatīs arī limfātiskās sistēmas, oksitocīna un sāpju kontroles teorijas lomu. Tāpat runās par piena vadu nosprostojumu, krūtsgalu traumu ārstēšanu un pašreizējiem pētījumiem šajā jomā.

***The Art of Breast Massage in Supporting Breastfeeding***

*Breast pain is a major cause of weaning. Milk stasis, which occurs in engorgement, mastitis and plugged ducts is a common cause of pain that may lead to the temporary or permanent cessation of breastfeeding. Therapeutic Breast Massage in Lactation (TBML) is one clinical tool to help resolve breast pain quickly. The presenter will describe how breast massage is used in different cultures to relieve acute breast pain while also reviewing role of lymphatic system, oxytocin and pain control theory. Therapeutic Breast Massage in Lactation principles include mobilization of fluid with massage toward the axillae to facilitate lymph circulation and alternating gentle massage and hand expression to facilitate milk removal. The presenter will discuss nipple blebs and milk blisters, available treatments and current research.*

**11.00 – 11.15 Kafijas pauze / Coffee Break**

**11.15 – 12.45**

**Terapeitiskā krūts masāža laktācijas laikā (TBML): pētījumi un problēmsituāciju apskats**

Jaunāko pētījumu un aktualitāšu apskats TBML izmantošanā. Pētījumi pierāda, ka krūts masāža sniedz klīniski nozīmīgus uzlabojumus sāpju mazināšanā mammām ar piena sastrēgumiem, mastītu un limfas stāzi krūtīs. Arī vecāki, kas apguvuši šo masāžu, atzīst to par noderīgu un turpina izmantot šo tehniku pēc vajadzības zīdīšanas laikā. Apskatīsim video par problēmsituācijām un TBML tehniku, kas var kļūt par nozīmīgu palīdzības metodi mastīta, piena sastrēgumu un stāzes ārstēšanā.

***HAND-ling the Pain. Therapeutic Breast Massage in Lactation: Research and Case Reviews***

*The latest research findings on the role of Therapeutic Breast Massage in Lactation (TBML) will be presented. When treating mothers for engorgement, plugged ducts, or mastitis research supports the role for TBML in providing immediate clinically significant improvement in pain, engorgement severity, and plugged duct severity. Parents find this treatment helpful and continue to use the tech*

*niques as needed while breastfeeding. Multiple video cases of TBML use during treatment for engorgement, plugged ducts, and mastitis will be demonstrated. These hands-on techniques may provide a complementary treatment strategy.*

## **12.45 – 13.45 Pusdienas / Lunch**

### **13.45 – 14.45**

#### **Aktuālākās tēmas no ASV Zīdīšanas konsultantu asociācijas (USLCA) 2019. gada konferences**

Tas būs 2019. gada maijā notikušās Amerikas Savienoto valstu Zīdīšanas Konsultantu Asociācijas nacionālās konferences apskats. Šīs konferences notiek regulāri divas reizes gadā un piedāvā augstas kvalitātes izglītību, fokusējoties uz klīniskiem, funkcionāliem, kulturāliem un sociāliem aspektiem zīdīšanas un laktācijas jomā. Šajā prezentācijā tiks aplūkotas desmit svarīgākās konferences tēmas: dažādi profesionālie palīg līdzekļi - krūšu uzgaļi un kremi, efektīva piena pumpju lietošana, jaundzimušo mutes dobuma izvērtēšana, mēles un virslūpas saitītes, zīdīšanas konsultantu un citu profesionāļu konsultāciju efektivitāte, jaundzimušo barošanas neskaidrības un ieteikumi, priekšlaikus dzimušo bērniņu zīdīšana, nepietiekams piena daudzums un ētiskie apsvērumi, palielināta piena plūsma un tas, cik daudz mēs vispār zinām par pārsteidzošajām cilvēku krūtīm.

#### **Highlights from 2019 USLCA conference: “New Horizons in Clinical Lactation”**

*This is a biannual national conference of United States Lactation Consultants Association that took place in May 2019. The conference provides high-quality education focusing on clinical, functional, cultural and social aspects of lactation practice. The presentation will highlight ten hot topics from the conference: different professional tools as nipple shields and creams, infant oral evaluation, effective use of pumps, consult efficiency for lactation care providers, breastfeeding and ties, infant feeding confusions and preferences, assisting with breastfeeding late preterm babies, insufficient milk production and ethical considerations, overactive let down and how much we really know about amazing human breast.*

## **14.45 – 15.00 Kafijas pauze / Coffee Break**

### **15.00 – 16.00**

#### **No teorijas līdz praksei: IBCLC (Starptautiskā Zīdīšanas Konsultantu sertifikācija) loma dažādās vidēs**

IBCLC var darboties dažādi – stacionāra vidē, krūšu veselības klīnikās, pediatru un ģimenes ārstu praksēs, privātās zīdīšanas konsultantu praksēs. IBCLC ir atslēga uz multidisciplināru komandu - kā veselības aprūpes speciālisti šie konsultanti spēlē nozīmīgu lomu pacientu aprūpē, izglītošanā, atbalstīšanā. Lektore padalīsies ar savu pieredzi, strādājot Mazulim Draudzīgā slimnīcā, pediatru un zīdīšanas klīnikā, privātpraksē.

#### **From research to practice: The role of IBCLC in different settings**

*IBCLC can integrate in multiple settings—inpatient units, breastfeeding medicine clinics, pediatric offices, and private lactation consultant practices. IBCLC are key members of the multidisciplinary team; as healthcare professionals we play an important role as clinical providers, educators, and advocates for breastfeeding families. The presenter will share her experiences of working in a Baby Friendly maternity hospital, pediatric and breastfeeding medicine clinics, and private practice. Multiple case scenarios will be discussed.*

Prezentācijas angļu valodā ar sinhronu tulkošanu latviešu valodā. Presented in English with simultaneous translation into Latvian.