



Σύλλογος Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος

Βασική διδακτέα ύλη για την εκπαίδευση βοηθών μητρότητας

για τα μέλη του Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος

Δήλωση από την Εκπαιδευτική Επιτροπή

Με μεγάλο ενθουσιασμό ανακαλύπτουμε κάθε χρόνο πως το λειτούργημα της βοηθού μητρότητας καλεί όλο και περισσότερες γυναίκες από διάφορα μέρη της Ελλάδας! Όπως έχει γίνει σε πολλές άλλες χώρες, όπου η προετοιμασία της βοηθού μητρότητας ποικίλλει σε διάρκεια, θεματολογία και προσέγγιση, έτσι και στην Ελλάδα εμφανίζονται σιγά σιγά ευκαιρίες για διάφορες προσεγγίσεις προετοιμασίας και εκπαίδευσης της βοηθού μητρότητας. Η Εκπαιδευτική Επιτροπή, έπειτα από προσεκτική και πολύχρονη μελέτη και σε συνεργασία με δεκάδες εκπαιδευτικά προγράμματα από την Ευρώπη και τις Η.Π.Α., συνέταξε την παρακάτω υποχρεωτική διδακτέα ύλη για τις βοηθούς μητρότητας-μέλη του συλλόγου που δραστηριοποιούνται στην Ελλάδα.

Ο σκοπός μας είναι διττός:

Για την οικογένεια που υπηρετεί η βοηθός μητρότητας-μέλος του συλλόγου:

Η εγκυμοσύνη, ο τοκετός και το πρώτο διάστημα μετά τη γέννα να αποτελέσουν βιώματα τέτοια, ώστε η μητρότητα να είναι μια εμπειρία χαράς, δύναμης, αυτοπεποίθησης και προσωπικής εξέλιξης για κάθε γυναίκα και την οικογένειά της.

Για τη βοηθό μητρότητας που είναι αναγνωρισμένη από τον σύλλογο:

Η εκπαιδευτική διαδικασία να αποτελέσει αφετηρία μιας συνεχιζόμενης εξέλιξης σε προσωπικό και επαγγελματικό επίπεδο, ακολουθώντας τη φιλοσοφία του συλλόγου που δίνει έμφαση περισσότερο στην ποιότητα της παρουσίας της βοηθού μητρότητας παρά στην ποσότητα της γνώσης και δράσης της, όπως επίσης και στην πολυδιάστατη παρά μονομερή προσέγγισή της ως προς τις επιλογές και προτάσεις που μοιράζεται με τις οικογένειες που υποστηρίζει.

Απαιτείται από όλα τα μέλη του Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος που ενδιαφέρονται να αναγνωριστούν ως πιστοποιημένες από τον σύλλογο βοηθοί μητρότητας να καταθέσουν έγγραφα που αποδεικνύουν ότι έχουν καλύψει στην εκπαίδευσή τους την παρακάτω θεματολογία:

ΤΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΗΜΑ ΤΗΣ ΒΟΗΘΟΥ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ

Η παρακάτω βασική διδακτέα ύλη θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει τουλάχιστον 25 ώρες παρακολούθησης

Εισαγωγή στον θεσμό της β.μ.

- Ιστορία των β.μ. στον κόσμο
- Ιστορία των β.μ. στην Ελλάδα
- Δημιουργία του Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος
- Διαφορετικές προσεγγίσεις εκπαίδευσης (ώρες, φορείς, εύρος, πιστοποίηση, κ.ά.)

Ελληνικό σύστημα περιγεννητικής φροντίδας

- Κώδικας δεοντολογίας β.μ.
- Εύρος πρακτικής β.μ.
- Συνήθεις ιεραρχία, ρόλοι επαγγελματιών, συνήθεις διαδικασίες νοσοκομειακού τοκετού
- Ρόλοι, συμμαχίες
- Σχέσεις β.μ. με άλλους επαγγελματίες περιγεννητικής φροντίδας
- Διαφορές φροντίδας/επιλογών (δημόσιος/ιδιωτικός τομέας, επαρχία/μεγαλουπόλεις, τοκετός εντός/εκτός μαιευτηρίου, κ.ά.)
- Λίστα πηγών-παραπομπών

Εργασία ως β.μ.

- Νομικά/φορολογικά θέματα
- Αμοιβές – διαφορετικές επιλογές, υπηρεσίες που καλύπτει η αμοιβή της β.μ.
- Δικτύωση β.μ.-μελών του συλλόγου
- Οδηγίες για Μ.Κ.Δ. (μέσα κοινωνικής δικτύωσης), Μ.Μ.Ε. (μέσα μαζικής ενημέρωσης) για τα μέλη του συλλόγου

Πραγματικότητα επαγγέλματος

- Ξεκίνημα, δικτύωση, χτίσιμο πελατολογίου, ενημερώσεις για τον ρόλο, οργάνωση, διατήρηση αρχείου, συνεργασίες, κάλυψη από συναδέλφους β.μ., κ.ά.
- Διαχείριση χρόνου
- Περιεχόμενα τσάντας β.μ.
- Παγίδες (ανταγωνισμός, Μ.Κ.Δ./Μ.Μ.Ε., εξάντληση, παραμέληση εαυτού/οικογένειας, έκθεση σε τραύμα, ακτιβισμός και εύρος πρακτικής, κ.ά.)
- Ένας μήνας στη ζωή μιας β.μ.

Ρόλος της β.μ. πριν από τον τοκετό

- Προγεννητικές επισκέψεις
 - ο Γιατί
 - ο Πότε/συχνότητα
 - ο Απαραίτητα έντυπα
 - ο Συμφωνητικό συνεργασίας
- Πλάνα τοκετού/λοχείας
- Λήψη ιστορικού (περιεχόμενο, τρόποι λήψης)
- Προσωπική εμπειρία

Ρόλος της β.μ. στον τοκετό & αμέσως μετά

- Επίπεδα υποστήριξης
 - ο Συναισθηματικό, πρακτικό, σωματικό, ενδυνάμωση/ενθάρρυνση, συνεχής παρουσία

- Μη φαρμακευτικές μέθοδοι ανακούφισης (σύντομη αναφορά)
- Ρόλος της β.μ. σε φαρμακευτικό τοκετό
- Πιθανές δυσκολίες στον τοκετό/αλλαγή πλάνου
 - Ρόλος β.μ.
 - Ρόλος άλλων επαγγελματιών
- Τοκετός με καισαρική (προγραμματισμένη με ραντεβού/προγραμματισμένη με αυθόρμητη έναρξη τοκετού/επείγουσα)
- Σχέση με άλλους επαγγελματίες/συγγενείς
- Προσωπική εμπειρία
- Πότε/πώς τελειώνει η υποστήριξη στον τοκετό

Ρόλος της β.μ. μετά τον τοκετό

- Πρώτη επίσκεψη (αν ήταν/αν δεν ήταν παρούσα η β.μ. στον τοκετό)
 - Προσδοκίες-συμφωνητικό
 - Πρωταρχικές ανάγκες Μητέρας Βρέφους
- Συζήτηση για την εμπειρία τοκετού (γιατί, πότε, με ποιους, πώς)
- Πιθανές συναισθηματικές καταστάσεις μητέρας/μελών οικογένειας (σύντομη αναφορά)
- Πλάνο λοχείας/διαχείριση νέας οικογένειας
- Δεσμός/θηλασμός/σίτιση βρέφους
- Λήψη ιστορικού (περιεχόμενο, τρόποι λήψης)
- Συνήθειες προσεγγίσεις σε φλέγοντα θέματα (συγκοίμηση, κουβάλημα μωρού, πιπίλα, πάνες, εμβόλια, κλάμα, μπάνιο, κατοικίδια, κ.ά. - σύντομη αναφορά)
- 'Κλείσιμο' εμπειρίας τοκετού
- Δικτύωση/ομάδες
- Συνεργασίες με άλλες β.μ.
- Συνεργασίες με άλλους επαγγελματίες περιγεννητικής φροντίδας/παραπομπές
- Προσωπική εμπειρία

ΠΕΡΙΓΕΝΝΗΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ

Η παρακάτω βασική διδακτέα ύλη θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει τουλάχιστον 16 ώρες παρακολούθησης

Βασική ανατομία γεννητικού συστήματος και φυσιολογικός έμμηνος κύκλος

Πριν από τη σύλληψη – ψυχολογική και σωματική προετοιμασία

Φυσιολογία εγκυμοσύνης – βέλτιστη φροντίδα

- Ανατομία και φυσιολογία των οργάνων της εγκυμοσύνης
- Ανάπτυξη εμβρύου
- Συνήθειες σωματικές καταστάσεις που συνδέονται με την εγκυμοσύνη λόγω των αλλαγών στην ανατομία και φυσιολογία του σώματος – π.χ. ναυτία, οιδήματα, φλεβίτιδα, πόνοι μέσης, κ.ά.
- Διατροφή, άσκηση, σεξουαλική ζωή, πυελικό έδαφος – επιλογές & προσεγγίσεις
- Ψυχολογία της μητέρας στην εγκυμοσύνη, ψυχολογία του πατέρα
- Επικοινωνία με το μωρό
- Συνήθεις προγεννητικός έλεγχος (σύμφωνα με την Ελληνική Μαιευτική Εταιρία)

- Διαφορετικές προσεγγίσεις στην παρακολούθηση και φροντίδα της εγκυμοσύνης και του τοκετού – π.χ. μαιευτική/ιατρική προσέγγιση, κ.ά.
- Βέλτιστες θέσεις του εμβρύου πριν από τον τοκετό – παράγοντες που επηρεάζουν

Φυσιολογία τοκετού

- Μεταβολές του σώματος για τον τοκετό – πρωτοτόκος/πολυτόκος
- Έναρξη, στάδια-φάσεις τοκετού, ορμόνες που εκκρίνονται στον τοκετό – δράση και σημασία τους
- Πλακούντας & ομφάλιος λώρος – επιλογές
- Θεωρίες για τον πόνο στον τοκετό, μέθοδοι ανακούφισης, μη φαρμακευτικοί/φαρμακευτικοί τρόποι αντιμετώπισης
- Ρόλος συντρόφου
- Συνήθεις δυσκολίες στον τοκετό – π.χ. παράταση κύησης, παρατεινόμενο τοκετός/παρατεινόμενο δεύτερο στάδιο, εμβρυική δυσχέρεια, μη ανεκτός πόνος τοκετού, κ.ά.
- Κλινικές διαδικασίες, συνήθεις παρεμβάσεις, κίνδυνοι και οφέλη τους – π.χ. κολπικές εξετάσεις, έλεγχος ζωτικών σημείων, παρακολούθηση του εμβρύου & καρδιοτοκογραφία, φλεβοκαθετηριασμός, τεχνητή ρήξη θυλακίου, περινεοτομή, άμεση απολίνωση ομφαλίου λώρου, κ.ά.
- Γέννα με καισαρική
 - ο σχετικές/απόλυτες ενδείξεις
 - ο διαδικασία, επιλογές, ήπια καισαρική
 - ο γέννα μετά από καισαρική (VBAC)
- Πλάνο τοκετού – προσεγγίσεις, επιλογές, ρεαλιστικός σχεδιασμός

Φυσιολογικό νεογνό – πρώτη επαφή

- Συνήθεις ιατρικές νεογνολογικές διαδικασίες –π.χ. ανάνηψη νεογνού, Apgar, κ.ά.
- Το ζεύγος ΜητέραςΒρέφους αμέσως μετά τον τοκετό – ανάγκες

Φυσιολογία λοχείας

- Ορισμός περιόδου λοχείας – στενός και ευρύς (6 εβδομάδες έως 3 μήνες)
- Βασικές ανάγκες ΜητέραςΒρέφους
- Καταστάσεις συνειδητότητας νεογνού (π.χ. Brazelton, κ.ά.)
- Διατροφή μητέρας, άσκηση, σωματική φροντίδα – επιλογές
- Συνήθεις σωματικές καταστάσεις που συνδέονται με τη λοχεία (π.χ. αιμορροΐδες, φροντίδα περινέου, σωματικός πόνος, κούραση, κ.ά.)
- Σεξουαλικότητα, γονιμότητα, αντισύλληψη

ΘΗΛΑΣΜΟΣ

Η παρακάτω βασική διδακτέα ύλη θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει τουλάχιστον 12 ώρες παρακολούθησης

- Ιστορία του θηλασμού – συστάσεις των AAP, WHO, UNICEF
- Οι κίνδυνοι του να μην θηλάσουν οι μητέρες το μωρό τους (για το μωρό, τη μητέρα, τον σύντροφο και την κοινωνία)
- Καταστάσεις – αντιλήψεις που εμποδίζουν τον θηλασμό
- Ανατομία στήθους & φυσιολογία του θηλασμού, στάδια γαλουχίας, μηχανισμός παραγωγής γάλακτος, στάδια μητρικού γάλακτος
- Τοποθέτηση μωρού & σύλληψη μαστού: πρακτική εξάσκηση

- Πλάνο για επιτυχή θηλασμό – την πρώτη ώρα μετά τη γέννα, στο μαιευτήριο, στο σπίτι
- Το μωρό παίρνει αρκετό γάλα; (συχνότητα, διάρκεια γευμάτων, ενδείξεις ότι το μωρό πεινάει, ποσοτικές - υποκειμενικές ενδείξεις ότι το γάλα μεταφέρεται, τι να περιμένουμε ανάλογα με την ηλικία του μωρού, φάσεις ταχείας ανάπτυξης)
- Προβλήματα θηλασμού: αναφορά σε συχνά προβλήματα (π.χ. επίπεδες-εισέχουσες-πληγωμένες θηλές, υπερφόρτωση μαστών, μαστίτιδα, απόφραξη πόρων, γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση, βραδεία λήψη βάρους). Πότε παραπέμπουμε σε επαγγελματίες θηλασμού
- Διατροφή της θηλάζουσας μητέρας (διατροφή, δίαιτα, αλκοόλ, κάπνισμα, καφεΐνη, φάρμακα κ.λπ.)
- Άντληση μητρικού γάλακτος (αντλίες, άντληση με το χέρι, αποθήκευση γάλακτος, μασάζ στήθους, συμπίεσεις) – επιστροφή στη δουλειά
- Θηλάζοντας σε δημόσιους χώρους
- Βοηθώντας μητέρες με ιδιαίτερες ανάγκες (δίδυμα, πρόωρα μωρά, άρρωστο μωρό, αποχωρισμός μητέρας μωρού)
- Εύρος πρακτικής βοηθών μητρότητας σε σχέση με τον θηλασμό - σε συνεννόηση με την Εκπαιδευτική Επιτροπή

ΕΠΙΠΛΕΟΝ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΑ ΘΕΜΑΤΑ

Η παρακάτω διδακτέα ύλη θα πρέπει να συμπεριλαμβάνει τουλάχιστον 3 ώρες παρακολούθησης ανά θέμα

Γενικές γνώσεις

- Σχέσεις ζευγαριού, σεξουαλικότητα στην περιγεννητική περίοδο
- Συναισθήματα στην περιγεννητική περίοδο
- Τοκετός εκτός νοσοκομείου, τοκετός στο σπίτι
- Μη φαρμακευτικές μέθοδοι ανακούφισης – επιλογές
- Άλλα

Επάγγελμα της β.μ.

- Διαχείριση οικονομικών, πεποιθήσεις γύρω από τα χρήματα, επιχειρηματικότητα, marketing
- Αυτο-φροντίδα, προσωπική εξέλιξη, δεξιότητες επικοινωνίας

Δύσκολες ή απρόσμενες εξελίξεις

- Περιγεννητική απώλεια (στη διάρκεια της εγκυμοσύνης, τοκετού, λοχείας)
- Επιλόχεια κατάθλιψη
- Ασθένεια μητέρας/βρέφους/στενού συγγενούς στην περιγεννητική περίοδο (ξαφνική /χρόνια)
- Ειδικές ανάγκες/αναπηρία μητέρας ή/και βρέφους
- Δίδυμη κύηση
- Προωρότητα
- Άλλα

Προσωπική εξέλιξη

- Κίνητρα
- Προσδοκίες
- Προσωπικές εμπειρίες μητρότητας
- Αλληλοϋποστήριξη
- Λειτουργικά/μη λειτουργικά στοιχεία χαρακτήρα

- Πεποιθήσεις, αξίες, διαφορές
- Παράγοντες θρησκευτικοί, πολιτικοί, οικονομικοί, φυλετικοί, κοινωνικοί, σεξουαλικοί, υγείας, εκπαίδευσης

Άλλα θέματα

Πιστοποίηση/αναγνώριση β.μ. από τον Σύλλογο Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος

(για β.μ. που έχουν παρακολουθήσει εκπαιδευτικά προγράμματα που δεν είναι αναγνωρισμένα από τον σύλλογο)

- Συμπληρωματικά θέματα από άλλα εκπαιδευτικά προγράμματα
- Διαδικασία πιστοποίησης/αναγνώρισης από τον Σύλλογο Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος
- Επεξηγήσεις διαδικασίας/ερωτήσεις/διευκρινίσεις/ειδικές περιπτώσεις
- Προσωπική εξέλιξη δια βίου

Ισχύουσες διαδικασίες και αναθεωρήσεις

Για τη διασφάλιση της καλύτερης δυνατής ποιότητας υπηρεσιών, διαφάνειας διαδικασιών και παρακολούθησης των τελευταίων κάθε φορά εξελίξεων στον χώρο δραστηριοποίησης των βοηθών μητρότητας σε διεθνές επίπεδο, ο Σύλλογος Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος και η Εκπαιδευτική Επιτροπή διατηρούν το δικαίωμα να αναθεωρούν τακτικά τα παραπάνω κείμενα. Παρακαλούμε να επισκέπτεστε συχνά τον ιστότοπο του συλλόγου ώστε να είστε ενήμερες/οι για τις ισχύουσες διαδικασίες εκπαίδευσης, αναγνώρισης και πιστοποίησης των βοηθών μητρότητας στην Ελλάδα.