



PROGRAMMAS VADĪTĀJA:	Sandra Lase, zīdīšanas konsultante <i>IBCLC</i>
MĒRĶAUDITORIJA:	zīdīšanas konsultanti, dūlas, PEP mammās, māšu atbalsta grupas un citi interesenti
PROGRAMMAS APJOMS:	45 akadēmiskās stundas (6 dienas)
NORISES DATUMS:	2023.gada 24.aprīlis – 20.maijs
NORISES VIETA:	Attālināti Zoom
DALĪBAS MAKSA:	EUR 120,00
PROGRAMMĀ IESAISTĪTIE DOCĒTĀJI	Dr. Dina Krūze, Dr. Valda Krūmiņa; Klaudija Hēla; Līga Zelmene-Laizāne; Dr. Kateryna Bulavkina

PIETEIKŠANĀS: [RSU Grow portālā](#)

### PROGRAMMA

1.diena	Pirmdiena, 24.aprīlis	
14.30 - 16.00	Starptautiskā pieredze zīdīšanas veicināšanā. Atbalsta grupu organizācija un darbība. Mātes piena aizstājēju aprītes Starptautiskais Kodekss.	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
16.10 - 16.30	Dzemdību ietekme uz zīdīšanas uzsākšanu	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
16.30 - 17.00	Āda, āda kontakts	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
17.15 – 17.30	Zīdīšanas situācija Latvijā	Dr. Valda Krūmiņa
17:30 – 18:30	Mākslīgās ēdināšanas risks bērna un sievietes veselībai	Dr. Valda Krūmiņa
18:30 – 19:15	Zīdīšanas anatomija un fizioloģija	Dr. Valda Krūmiņa
19:15 – 20:00	Mātes piena sastāvs	Dr. Valda Krūmiņa
2.diena	Otrdiena, 25.aprīlis	
12.30 - 14.00	Zīdīšanas problēmu risināšana – sāpīgi un saplaisājuši krūšu gali. Ko darīt, ja bērns nepareizi satver krūti. Plakani vai ievilkti krūšu gali	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
14.15 - 15.15	Mātes piena noslaukšana, uzglabāšana un izmantošana	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
15.15 - 15.45	Zīdīšana un kopā gulēšana	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
16.00 - 17.30	Priekšlaikus dzimušo bērnu zīdīšana. Ķenguru metode	Klaudija Hēla, fizioterapeite
3.diena	Otrdiena, 2.maijs	
14.00 - 15.00	Zīdīšanas problēmu risināšana – pilnas krūtis, piena nosprostojums, mastīts, abscess	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
15.00 - 17.00	Zīdīšanas problēmu risināšana – maz piena. Hiperlaktācija	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
17.15 - 19.15	Zīdīšanas svārs un augums – PVO normas	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
4.diena	Ceturtdiena, 10.maijs	
13.00 – 16.00	Zīdīšanas psiholoģiskie aspekti – kā strādāt ar māti, kā rīkoties krīzes, neizdošanās situācijās, saikne „māte – bērns”	Līga Zelmene-Laizāne, psiholoģe
16.15 – 17.00	Sievietes uzturs grūtniecības un laktācijas periodā	Dr. Kateryna Bulavkina
17.00 – 17.45	Zīdīšana un medikamentu lietošana	Dr. Kateryna Bulavkina
18.00 – 18.45	Kontrindikācijas zīdīšanai	Dr. Kateryna Bulavkina
5.diena	Piektdiena, 19.maijs	
13.00 – 13.45	Laktozes nepanesība	Dr. Kateryna Bulavkina
13.55 – 14.40	Govs piena olbaltuma alerģija	Dr. Kateryna Bulavkina
14.50 – 15.20	Zīdīšana un papildus uztura ieviešana	Dr. Kateryna Bulavkina
15.40 – 16.40	Zīdīšanas problēmu risināšana - bērns atsakās no krūts	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
16.40 – 17.00	Relaktācija	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
17.00 – 17.20	Zīdīšana un darba atsākšana	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
17.30 – 19.00	Zīdīšanas tehnika un vadīšana. Sekmīgas zīdīšanas pamatnoteikumi	Sandra Lase, <i>IBCLC</i>
6.diena	Sestdiena, 20.maijs	
11.00 – 11.45	Bērnu ar īpašām vajadzībām zīdīšana (jaundzimušie ar attīstības defektiem, hipoglikēmija, fototerapija, kolikas)	Dr. Dina Krūze
11.45 – 13.15	Prakse – klausīšanās un izziņāšana, zīdīšanas novērtējums	Dr. D. Krūze, S. Lase, <i>IBCLC</i>
13.30 – 15.00	Zīdīšanas konsultēšana – lomu/situāciju spēles	Dr. D. Krūze, S. Lase, <i>IBCLC</i>
15.00 – 16.00	Novērtēšana	Dr. D. Krūze, S. Lase, <i>IBCLC</i>

Nolūkā nodrošināt personas datu korektu apstrādi, informējam, ka jūsu sniegtie personas dati (vārds, uzvārds, personas kods, e-pasta adrese, telefona numurs, darba vietas nosaukums, specialitāte) ir nepieciešami neformālās izglītības profesionālās pilnveides programmas administrēšanai (piemēram, jūsu apliecības izgatavošanai u. c.).

Reģistrējoties dalībai šajā neformālās izglītības profesionālās pilnveides programmā un piedaloties tās aktivitātēs, jūs apliecināt, ka esat informēts par personas datu apstrādi saskaņā ar augstāk norādīto mērķi.

Ar savām datu subjekta tiesībām varat iepazīties [RSU Privātuma politikas vietnē](#).

Pārzinis: Rīgas Stradiņa Universitāte

Jautājumu gadījumā aicinām sazināties pa e-pastu: [kursi@rsu.lv](mailto:kursi@rsu.lv).