

Nhận thức, thực hành nuôi con bằng sữa mẹ và khởi đầu nuôi con bằng sữa mẹ

Đoàn Phương Thúy

Viện Xã hội học

Tóm tắt: Nuôi con bằng sữa mẹ sẽ đảm bảo cho trẻ phát triển tốt cả về thể chất lẫn tinh thần, đồng thời hạn chế được những bệnh nguy hiểm như suy dinh dưỡng, các bệnh về đường tiêu hóa và hô hấp cho trẻ. Vì lợi ích của việc nuôi con bằng sữa mẹ, người mẹ cần hiểu thấu đáo những kiến thức về lợi ích của sữa mẹ, cũng như thực hành đúng cách về khởi đầu nuôi con bằng sữa mẹ hoàn toàn. Bài viết này phân tích nhận thức của các bà mẹ về lợi ích của sữa non, thời gian cho con bú, ăn dặm và thực hành cho con bú ngay sau khi sinh. Kết quả nghiên cứu cho thấy hiện nay đa số các bà mẹ ở mẫu khảo sát đã hiểu đúng về lợi ích của việc trẻ bú sữa mẹ ngay khi sinh, tuy nhiên việc thực hành đúng nuôi con bằng sữa mẹ thì vẫn còn những khoảng trống và còn sự khác biệt giữa các nhóm bà mẹ.

Từ khóa: Trẻ em; Nuôi con bằng sữa mẹ; Thực hành cho con bú ngay sau sinh; Bú mẹ hoàn toàn.

Ngày nhận bài: 24/11/2017; ngày chỉnh sửa: 26/2/2018; ngày duyệt đăng: 3/4/2018.

1. Đặt vấn đề

Nuôi con bằng sữa mẹ (NCBSM), đặc biệt là nuôi con bằng sữa mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu đời theo khuyến cáo của WHO (2003) và việc bổ sung thức ăn dặm bổ sung bên cạnh sữa mẹ một cách hợp lý là các yếu

tổ thiết yếu cho sự phát triển thể chất và tinh thần của trẻ sơ sinh cũng như khả năng miễn dịch với các bệnh trong suốt thời kỳ ấu thơ của trẻ nhỏ. Sữa mẹ cung cấp giá trị dinh dưỡng cần thiết cũng như khả năng miễn dịch đối với căn bệnh tả lị cũng như các bệnh cấp tính khác và cả các giá trị khác liên quan đến tâm lý của trẻ.

Nuôi con bằng sữa mẹ được khẳng định là phương pháp tốt nhất đối với trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ (Hop L.T., và cộng sự, 2000). Đặc biệt trẻ em được nuôi hoàn toàn bằng sữa mẹ sẽ đảm bảo cho trẻ phát triển tốt cả về thể chất lẫn tinh thần, đồng thời hạn chế được những bệnh nguy hiểm như suy dinh dưỡng, các bệnh về đường tiêu hóa và hô hấp. Hơn nữa, về mặt xã hội nuôi con bằng sữa mẹ cũng được xác định là một vấn đề quan trọng của phụ nữ, vì nó tạo quyền năng cho phụ nữ và góp phần vào công bằng giới và có nhiều lợi ích về mặt y học cho sức khỏe của phụ nữ. Tổ chức Y tế Thế giới khuyến cáo rằng nên cho trẻ bú sớm trong vòng 30 phút đến 1 giờ sau sinh và cho trẻ bú mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu, cho trẻ ăn bổ sung từ 6 tháng tuổi kết hợp với bú mẹ đến 24 tháng tuổi (Bộ Y tế, WHO, UNICEF, 2003).

Một số nghiên cứu và các cuộc điều tra khác chỉ ra rằng việc bắt đầu cho con bú muộn sau khi sinh, thời gian nuôi con hoàn toàn bằng sữa mẹ ngắn có liên quan đến tỷ lệ suy dinh dưỡng cao của trẻ em (Bộ Y tế, 2002). Nếu so sánh số liệu Điều tra nhân khẩu học và sức khỏe năm 1997 và 2000 cho thấy xu hướng nuôi con hoàn toàn bằng sữa mẹ bị giảm đi và thay vào đó là cho con ăn bằng các thức ăn bổ sung sớm hơn. Cụ thể tỷ lệ trẻ em dưới 4 tháng tuổi được nuôi hoàn toàn bằng sữa mẹ giảm từ 27% (1997) xuống còn 22% (2002), trong khi đó tỷ lệ trẻ em được ăn các thức ăn bổ sung sữa mẹ lại tăng từ 39% (1997) lên 43% năm 2002 (VNDHS, 2002).

Nhằm tìm hiểu về vấn đề nuôi con bằng sữa mẹ và khởi đầu nuôi con bằng sữa mẹ, bài viết dựa vào các kết quả phỏng vấn 1.203 bà mẹ trong độ tuổi sinh đẻ có con nhỏ (0-5 tuổi) tại ba tỉnh Thái Nguyên, Khánh Hòa và Vĩnh Long trong khuôn khổ “Điều tra Sức khỏe Dân số” được tiến hành bởi Viện Xã hội học, Viện Nghiên cứu Gia đình và Giới và Viện Khoa học xã hội vùng Nam Bộ, phối hợp với Hội đồng Khoa học xã hội Hoa Kỳ tại 03 tỉnh Thái Nguyên, Khánh Hòa và Vĩnh Long năm 2013.

2. Nhận thức và thực hành nuôi con bằng sữa mẹ

2.1. Nhận thức lợi ích của sữa non

Sữa non là loại sữa mẹ đặc biệt, được hình thành từ tuần thứ 14-16 của thai kỳ và được tiết ra từ lúc sinh đến 2-3 ngày sau khi sinh. Trẻ bú sớm sẽ nhận được sữa non là thức ăn phù hợp với bộ máy tiêu hóa của trẻ. Kết

Bảng 1. Nhận thức về lợi ích của sữa non tương quan với độ tuổi và nghề nghiệp của người mẹ (%)

Đặc trưng người mẹ	N	Ý kiến về lợi ích của sữa non (%)				Tổng %
		Có lợi	Có hại	Không vấn đề	Không biết	
Độ tuổi mẹ:						
+ Dưới 25 tuổi	393	83,4	1,3	0,6	14,6	100,0
+ Từ 25 - 30 tuổi	375	84,1	1,6	0,2	14,1	100,0
+ Từ 30 tuổi trở lên	222	81,3	1,8	0,4	16,5	100,0
Nghề nghiệp của mẹ:						
+ Nông nghiệp	512	84,2	1,5	0,3	14,0	100,0
+ Phi nông nghiệp	330	84,2	1,5	0,3	14,0	100,0

Nguồn: Số liệu Điều tra Sức khỏe – Dân số tại Thái Nguyên, Khánh Hòa và Vĩnh Long, 2013

qua khảo sát cho thấy nhận thức của phụ nữ về lợi ích của sữa non là rất tích cực. Hầu hết người được hỏi (83,2%) cho biết họ nhận thức được tầm quan trọng của sữa non là có lợi đối với sức khỏe trẻ sơ sinh. Đây là điều kiện tiên đề làm gia tăng tỷ lệ trẻ sơ sinh được bú mẹ sau sinh.

Không có sự khác biệt đáng kể giữa các nhóm tuổi và nghề nghiệp của người mẹ trong khi xem xét nhận thức của các bà mẹ về lợi ích của sữa non. Bà mẹ ở các nhóm tuổi, nghề nghiệp nông nghiệp và phi nông nghiệp đều cho biết về lợi ích của sữa non với tỷ lệ rất cao (Bảng 1).

Trình độ học vấn của người mẹ có mối tương quan đối với việc hiểu biết về lợi ích của sữa non đối với trẻ sơ sinh. Ở cả ba nhóm tuổi của người mẹ, tỷ lệ hiểu biết về lợi ích của sữa non là khá cao: 85,5% đối với mẹ có trình độ Trung học cơ sở (THCS); 83,2% Phổ thông Trung học trở lên (PTTH) và 80,2% các bà mẹ trình độ Tiểu học (TH). Tuy nhiên, cũng còn một tỷ lệ khá đáng kể các bà mẹ ở cả 3 nhóm trình độ học vấn không có kiến thức về lợi ích của sữa non đối với trẻ sơ sinh. Trong số này tỷ lệ cao nhất là nhóm các bà mẹ có trình độ học vấn Tiểu học (18,2%), tiếp đến là các bà mẹ nhóm học vấn từ THPT trở lên (14,1%) và THCS (13,1%).

2.2. Thời gian cho con bú và ăn dặm

Những năm gần đây, tình trạng sức khỏe và dinh dưỡng của trẻ em trên toàn thế giới đã được quan tâm và cải thiện đáng kể. Quỹ Nhi đồng Liên hợp quốc đã coi việc nuôi con bằng sữa mẹ là một trong bốn biện pháp quan trọng nhất để bảo vệ sức khỏe trẻ em, nó đáp ứng nhu cầu dinh dưỡng của trẻ trong 6 tháng đầu đời (UNICEF, 1994). Mục tiêu của một thế giới phù hợp với trẻ em là trẻ em cần được bú sữa mẹ hoàn toàn trong vòng 6 tháng tuổi và tiếp tục được bú sữa mẹ đồng thời với cho ăn bổ sung

an toàn, phù hợp cho tới ít nhất là 2 tuổi.

Nuôi dưỡng trẻ đúng cách là việc trẻ được ăn bổ sung khi đủ 6 tháng tuổi và không <9 tháng tuổi. Trẻ em từ 6-9 tháng tuổi được coi là nuôi đúng cách nếu vừa được bú sữa vừa được ăn thức ăn bổ sung 2 đến 3 lần một ngày. Kết quả khảo sát cho thấy tỷ lệ nhận biết và bổ sung thức ăn đúng cách cho trẻ em có sự khác nhau giữa các tỉnh được khảo sát. Các bà mẹ được khảo sát tại Thái Nguyên và Vĩnh Long có kiến thức về việc cho con ăn dặm bổ sung đúng cách cao hơn so với các bà mẹ ở Khánh Hòa: 43,0% (đối với Vĩnh Long) và 36,0% (đối với Thái Nguyên) so với 24,3% các bà mẹ ở Khánh Hòa cho trẻ em ăn bổ sung đúng cách.

Việc cho trẻ em ăn thêm sữa ngoài có ý nghĩa nhằm cho trẻ vừa được bú sữa mẹ vừa được ăn bổ sung 2 đến 3 lần một ngày nhằm tăng cường thêm chất dinh dưỡng cho trẻ. Trả lời câu hỏi: “*Chi bắt đầu cho em bé ăn thêm sữa ngoài từ tháng thứ mấy?*”, kết quả khảo sát cho thấy tỷ lệ bà mẹ cho biết thời điểm trẻ từ 1-6 tháng sau sinh được ăn thêm sữa ngoài chiếm cao nhất. Xem xét về độ tuổi người mẹ, nhóm người mẹ từ 25-30 tuổi có tỷ lệ cho rằng trẻ sơ sinh từ 1-6 tháng tuổi ăn thêm sữa ngoài là cao nhất (48,1%), tiếp đến là nhóm <25 tuổi (43,1%). Nhóm mẹ trên 30 tuổi cho trẻ từ 1- 6 tháng tuổi ăn thêm sữa ngoài sau sinh thấp hơn cả (37,2%). Học vấn của người mẹ cũng có mối tương quan với việc cho trẻ sơ sinh ăn thêm sữa ngoài, những bà mẹ có trình độ học vấn cao hơn có tỷ lệ cho trẻ từ 1-6 tháng tuổi ăn thêm sữa ngoài là cao hơn so với các nhóm các bà mẹ khác. 54,9% các bà mẹ được hỏi có trình độ học vấn từ Trung học Phổ thông trở lên cho trẻ từ 1-6 tháng tuổi ăn thêm sữa ngoài, trong khi đó tỷ lệ không cho trẻ sơ sinh từ 1-6 tháng tuổi ăn thêm sữa ngoài cao nhất ở nhóm các bà mẹ học vấn Tiểu học (31,9%). Các bà mẹ làm nghề phi nông nghiệp có tỷ lệ cho trẻ sơ sinh từ 1-6 tháng tuổi ăn thêm sữa ngoài cao hơn các bà mẹ làm nông nghiệp (56,5% so với 36,8%) (Bảng 2).

2.3. Thực hành cho con bú ngay sau khi sinh

Cho trẻ bú sữa mẹ ngay sau khi sinh là một việc làm quan trọng nhằm giảm tỷ lệ tử vong của trẻ sơ sinh, đồng thời tạo tiền đề vững chắc cho sức khỏe và sự phát triển của trẻ. Có thể lượng sữa mẹ lúc đầu rất ít nhưng nếu cho con bú sớm ngay sau sinh sẽ giúp cho người mẹ sản xuất được nhiều sữa hơn. Chính vì vậy, các chuyên gia y tế khuyến cáo việc bú sữa mẹ nên được thực hiện ngay trong vòng 1 giờ sau khi đứa trẻ được sinh ra.

Với câu hỏi về đứa con được sinh ra gần thời điểm điều tra nhất là: “Chi có bao giờ cho cháu bé bú mẹ không?” thì có 99,2% người được hỏi cho biết họ có cho trẻ sơ sinh bú. Tỷ lệ các bà mẹ được hỏi trả lời không cho

Bảng 2. Thời điểm trẻ được ăn thêm sữa ngoài theo tương quan với độ tuổi, học vấn và nghề nghiệp của người mẹ (%)

Đặc điểm người mẹ	N	Thời điểm trẻ được ăn thêm sữa ngoài nhiều nhất (%)					
		Từ 1-6 tháng	6-12 tháng	>12 tháng	Không cho ăn thêm	Vẫn chưa cho ăn thêm	Không nhớ
Nhóm tuổi:							
+ < 25 tuổi	189	43,1	14,6	13,4	17,1	11,8	0,0
+ Từ 25-30 tuổi	198	48,1	11,4	10,7	17,2	11,9	0,7
+ Trên 30 tuổi	90	37,2	12,8	10,3	19,0	19,8	0,8
Học vấn:							
+ Tiểu học	80	27,8	11,5	10,8	31,9	17,0	1,0
+ Trung học Cơ sở	202	44,8	14,0	14,2	15,3	11,3	0,4
+ Trung học PT+	191	54,9	12,9	9,8	8,9	13,5	0,0
Nghề nghiệp:							
+ Nông nghiệp	207	36,8	13,5	11,4	22,7	14,7	0,9
+ Phi nông nghiệp	203	56,5	13,4	11,7	8,9	9,5	0,0

con bú là rất không đáng kể (0,8%). Trong tổng số những người cho con bú sau sinh, thì có 45,0% cho biết họ cho con bú ngay trong vòng 1 giờ sau sinh. Tỷ lệ cho con bú sau >4 ngày đưa trẻ được sinh ra là 2,2%.

Cho trẻ bú sữa mẹ ngay sau khi sinh có phụ thuộc vào phương pháp sinh con. Nghiên cứu này cho thấy phương pháp sinh con có phải mổ đẻ, can thiệp bằng kẹp hay sinh thường có mối tương quan với việc các bà mẹ cho con bú sữa non ngay sau sinh. Cũng có một sự khác biệt giữa những người được hỏi sinh thường hay sinh con có sự can thiệp khi thực hành cho con bú sau sinh. Trong số những người sinh con thường tỷ lệ cho con bú sau sinh <1 giờ là cao nhất (97,3%); tiếp đến là 1-3 giờ (80,1%); 3-24 giờ (82,5%); 24-28 giờ (75,0%) và 48-96 giờ (50,0%). Đối với những bà mẹ phải can thiệp bằng mổ đẻ thì tỷ lệ cho con bú sữa mẹ ngay sau sinh 1 giờ là rất thấp (2,5%), nhưng từ 24-96 giờ thì có 25,0% số bà mẹ cho con bú sữa mẹ sau sinh.

Tỷ lệ sinh phải can thiệp bằng kẹp là thấp nhất, bởi bà mẹ phải trải qua một quá trình “vượt cạn” bằng can thiệp nên sức khỏe rất yếu không thể cho em bé mới sinh bú ngay, thời gian phải hàng tuần sau cơ thể người mẹ mới có thể hồi phục để bắt đầu cho con bú trực tiếp bằng sữa mẹ được. Sau 1-3 giờ sinh nhờ can thiệp bởi phương pháp kẹp có 7,9% các bà mẹ thực hành cho trẻ bú sữa mẹ.

Tỷ lệ người mẹ sau khi sinh cho con bú sữa non cũng có khác nhau ở ba điểm khảo sát. Cao nhất là các bà mẹ ở Khánh Hòa và Thái Nguyên (đều khoảng 64%). Các bà mẹ ở Vĩnh Long có tỷ lệ cho con bú sữa non sau khi sinh 1 giờ thấp hơn đáng kể (51,3%). Các bà mẹ không cho con

Bảng 4. Tỷ lệ trẻ sơ sinh được cho bú mẹ sau khi sinh (%)

Thời gian	Tỷ lệ (%)	N
Trong khoảng 1 giờ sau sinh	45,0	548
Trong 24 giờ	40,6	469
Trong vòng 2 ngày	7,2	88
Trong vòng 3 ngày	4,0	44
Trong vòng 4 ngày	0,8	8
Hơn 4 ngày	2,2	24
Không nhớ/không biết	0,2	2
Tổng	100	1183

Nguồn: Số liệu Điều tra Sức khỏe – Dân số, 2013.

bú sữa non có thể do ảnh hưởng tập quán của người dân Việt Nam quan niệm sữa non là không sạch sẽ hoặc không tốt đối với trẻ sơ sinh.

Không có sự khác biệt giữa việc cho trẻ bú ngay sau sinh với các đặc trưng của người mẹ về nhóm tuổi, học vấn và nghề nghiệp. Tuyệt đại đa số các bà mẹ được hỏi có cho trẻ bú sớm ngay sau sinh cho thấy nhận thức về cho trẻ bú sữa mẹ trong những năm đầu đời của các bà mẹ quan tâm nhằm bảo vệ trẻ khỏi nhiễm bệnh, cung cấp nguồn dinh dưỡng lý tưởng, đồng thời rất kinh tế và an toàn. Tuy nhiên, nhiều bà mẹ đã dừng cho con bú quá sớm và cho trẻ chuyển sang ăn sữa ngoài. Thực tế này có thể làm chậm lại sự phát triển và gây ra suy dinh dưỡng vi chất ở trẻ em; đồng thời cũng không an toàn nếu không có sẵn nước sạch cho trẻ.

3. Kết luận

Kết quả nghiên cứu ghi nhận rằng hiện nay đa số các bà mẹ ở mẫu khảo sát hiểu đúng về lợi ích của sữa mẹ đối với việc cho trẻ bú sữa mẹ ngay khi sinh. Tuy nhiên về thực hành đúng nuôi con bằng sữa mẹ thì vẫn còn những khoảng trống, vẫn còn sự khác biệt về kiến thức và thực hành đúng giữa các nhóm bà mẹ trong nghiên cứu.

Nhận thức của những bà mẹ đã sinh con được hỏi về lợi ích của sữa non cũng như thời gian cho trẻ bú sữa mẹ là rất tích cực. Tuy nhiên có sự khác biệt về kiến thức và thực hành cho trẻ ăn dặm trong tương quan với các bà mẹ được hỏi về nhóm tuổi, học vấn và nghề nghiệp.

Các đặc trưng của bà mẹ như học vấn, nghề nghiệp và độ tuổi cũng có ảnh hưởng trên việc nuôi con bằng sữa mẹ hoàn toàn. Nhóm tuổi mẹ trẻ hơn có nhận thức và thực hành cho con bú sữa mẹ ngay khoảng 1 giờ sau khi sinh với tỷ lệ cao hơn so với nhóm tuổi lớn hơn. Nhưng không có sự

khác biệt đáng kể trong việc cho trẻ bú mẹ ngay sau khi sinh theo đặc trưng của người mẹ. Phải chăng, hiện nay việc cập nhật thông tin về chăm sóc sức khỏe sinh sản nói chung, trong đó có việc nuôi con bằng sữa đã bao phủ đến hầu hết các bà mẹ để vận dụng vào việc chăm sóc con. Trình độ học vấn của phụ nữ ngày càng cao là cơ sở thuận lợi giúp cho các bà mẹ tiếp nhận kiến thức nuôi con bằng sữa mẹ tốt nhất.

Các đặc trưng của bà mẹ như nghề nghiệp, trình độ học vấn, độ tuổi khác nhau có liên quan với thực hành cho trẻ bú mẹ hoàn toàn. Để cải thiện tỷ lệ bú mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu nên tăng cường thêm kỹ năng và nâng cao chất lượng truyền thông, thiết lập đường dây nóng để giúp các bà mẹ giải quyết các vấn đề gặp phải khi chăm sóc bé đặc biệt khi nuôi con bằng sữa mẹ. Vẫn còn một tỷ lệ không nhỏ các bà mẹ chưa cho con bú đúng cách, do đó, khi thực hiện công tác tuyên truyền, cần chú ý nhiều hơn đến nhóm đối tượng này. Cần kết hợp các chương trình nâng cao nhận thức về giới và nuôi dưỡng trẻ nhỏ với chương trình khuyến khích các bà mẹ nuôi con hoàn toàn bằng sữa mẹ trong giai đoạn 4 đến tháng tuổi đầu tiên. Người mẹ thiếu sữa cho con là do họ còn thiếu kiến thức và kỹ năng thực hành cho con bú. Vì vậy, việc lồng ghép truyền thông nâng cao sự tự tin của người mẹ trong các chiến dịch nuôi con bằng sữa mẹ tại các cơ sở y tế là cần thiết, hỗ trợ người mẹ củng cố sự tự tin khi họ gặp phải khó khăn trong việc duy trì nuôi con bằng sữa mẹ. ■

Tài liệu trích dẫn

- Bộ Y tế, WHO, UNICEF. 2003. Khóa học về tham vấn nuôi con bằng sữa mẹ. Hà Nội.
- Bộ Y tế. 2002. Báo cáo tại Hội nghị quốc tế về nuôi dưỡng trẻ nhỏ. Hà Nội, tháng 11/2002.
- Hop L.T., Gross R., Giay T., Sastroaqmibjojob, Schultink W., Lang N.T. 2000. *Premature complementary feeding in association with power growth of Vietnamese children*. J Nutr., 130 (11).
- UNICEF. 1994. Phân tích tình hình phụ nữ và trẻ em. Hà Nội. http://www.unicef.org/Vietnam/vi/media_7152.html.
- Vietnam Demographic and Health Survey (VNDHS). 2002. *Infant feeding*. National Committee for Population, Family and Children, Population and Family Health Project. Hanoi, Sept 2003.