

TEIDEAL: – INSCNE AGUS TÁL – AN GÁ ATÁ AG MNÁ IN ÉIRINN LE CUIDIÚ AGUS TACAÍOCHT SONRACH RIALTAIS

SUIMIÚ

Tar éis gur chaill Éirinn a cultúr tál (breastfeeding culture), le idir 70 agus 100 bliain anuas, tá ceann de na rátaí tál (breastfeeding) is ísle sa domhan againn sa tír seo. Tá costas an-ard ar na droch-rátaí sin. Fulaingimid uilig dá bharr. Ó thaobh airgid, ó thaobh sláinte. Agus ó thaobh sásamh agus pléisiúr coirp agus meanmna do Mhná na hÉireann. Sampla amháin den dóigh ar cheannaigh mná na hÉireann cultúr an bhuidéil go daor, is ea an ráta ard ailse brollaigh a fhuilainn mná sa tír seo. Tá géar-ghá ag máithreacha in Éirinn le **cuidiú agus le tacaíocht suntasach rialtais** le cuidiú linn ár gcultúr folláin, nádúrtha tál a athréimiú. Beimid ag iarraidh a bheith cosúil leis na mná san Ioruaidh agus sa tSualainn. Tugann 98-99% de mhná Scandínavia cíoch (breast) dá naíonáin (infants). Sin an t-aidhm fad-théarmach a ba mhaith linn in Éirinn. Mar a dúirt Keith Hansen, Global Vice President, World Bank 2015,

“Breastfeeding may be the single most effective investment a country can make in any sector for any reason!”

INSCNE AGUS TÁL - AIGHNEACHT DON TIONÓL SAORÁNACH, 6ú MÁRTA 2020

TÁ AN DOICIMÉAD SEO DHÁ-THEANGACH. Tá an chéad chuid i nGaeilge agus an chuid dheireanach i mBéarla

FOCLÓIRÍN/GLOSSARYanseo nó ag an deireadh.

AN GNÉ DE STAIDÉAR INSCNE A BHFUIL SHAINÉOLAS AGAM AIR

Tá gné amháin de staidéar inscne a bhfuil saineolas agam air. Ba mhaith liom an gné tábhachtach seo a chur ar shúile an Tionóil agus a n-aird a dhíriú air. Is é an gné sin an riachtanas suntasach atá ag **máithreacha tál (breastfeeding mothers)** in Éirinn le **heolas** suas chun dáta, cruinn, beacht, agus le **tacaíocht** leis an dúshlán a bhaineann le leanbh a thál i sochaí a bhfuil a chultúr tál (breastfeeding culture) cailte aige, le 70-100 bliain nó mar sin.

Táim ag déanamh staidéir ar an réimse eolais seo le breis agus dachad bliain. Tá cúlra acadúil agam, a thugann na scileanna dom le heolas a mheas go criticiúil, agus a úsáid le daoine eile a chur ar an eolas, faoi thorthaí taighde acadúil, agus na himpleachtaí do shaol laethúil gnáth-dhaoine. Scríobh mé altanna gairide gach seachtain, ar feadh tuairim is deich mbliana, ar ghnéithe den ábhar seo, d’iris áitiúil, a raibh scaipeadh 6,000 teaghlach aige in iarthar Cho. Bhaile Atha Cliath, tuaisceart Cho. Chill Dara, agus oirdheisceart Cho. Na Mí. D’fhreastail mé ar go leor cruinnithe míosúil de chuid La Leche League Leamhcáin, Chill Droichid, agus Chaisleán Cnucha, thar fiche bliain, nó mar sin. Do hoileadh mé mar “Leader” le La Leche League International (LLL). Bhunaigh mé grúpa LLL Chill Droichid, agus stiúraigh mé é ar feadh 5 bliana. Chuidigh mé go foirmiúil/oifigiúil, le go leor leor máithreacha agus naíonáin, le linn na gcúig mbliana sin, mar “Leader” aitheanta/accredited. Agus roimhis sin, agus ó shin i leith, go neamh-fhoirmeálta. Snámh in aghaidh easa, cuid den am, agus an cultúr a tháinig i réim in Éirinn, le céad bliain, ó chaill muid ár gcultúr náisiúnta tál. Bíonn an culúr beathú saorga (artificial feeding) ag brú isteach ar mháithreacha ó gach taobh. D’fhreastail mé ar go leor Comhdhála Tuismitheoireachta bliantúil La Leche League na hÉireann, agus déanaim freastal orthu i gcónaí, le coinneáil suas leis an eolas, an taighde is nuaí, agus an tuiscint is eolaí ar chúrsaí tál. Beidh mé ag freastal ar an Chomhdháil i mbliana, i Loch Garman, ar an 7ú agus an 8ú de Mhárta, 2020. Bíonn leithéidí ollúna ollscoile ar na cainteoirí oilte a thugann cuid de na cainteanna. Is í an Lactation Consultant agus údar roinnt

leabhar Nancy Mohrbacher, as na Stáit Aontaithe Keynote Speaker na bliana seo. Beidh cupla céad tuismitheoirí, agus cupla scór banaltraí, mná chabhartha, agus proifisiúnaithe sláinte eile i láthair, agus gheobhaidh siadsan CERPS as freastal ar chuid de na léachtanna/seisiúin/presentations. Tá aitheantas oifigiúil ag La Leche League International, ó 1986, ón World Health Association, agus ó UNICEF, mar “the world’s foremost authority on breastfeeding.” Is le fíricí (facts), agus ní le tuairimí, atá mé ag déileáil, sa pháipéar seo.

CÉN FÁTH A BHFUIL AN CUIDIÚ SIN AG TEASTÁIL Ó MHÁITHREACHA, AGUS ÓNA LUCHT TACAÍOCHTA?

Nuair a chaill Éirinn a cultúr táil, idir 70 agus 100 bliain ó shin, (ní thar oíche a chaill muid é), bhí an-droch-éifeacht aige ar shláinte máithreacha agus naíonáin, agus ar shláinte an phobail i gcoitinne. Tá impleachtaí an-mhór, an-fhorleathan, an-domhain, agus an-leanúnach ag an fhíric sin. Níl an t-eolas sin ach ag fíor-bheagán de phobal na tíre. Ní thuigeann formhor an phobail, ná formhór ár gcuid proifisiúnaithe sláinte, an rud luachmhar atá cailte againn. Ní thuigeann siad an méid a chosnaíonn sé, ní amháin ar mháithreacha agus ar pháistí, ach fiú ar cháin-íocóirí. Féach na figiúirí in “*The Politics of Breastfeeding*” le Gabrielle Palmer. Tháinig cultúr mínádúrtha saorga cothú linbh i réim, de réir a chéile, in Éirinn, le linn an ama sin. Níl an t-eolas ná na scileanna ag máithreacha anois, (ná ní raibh le cupla scór bliain) faoi chothú nádúrtha a naíonán ag a mbrollach, mar go bhfuil sé ligthe i ndearamad agus an buidéal tagtha i réim sa tír. Agus sin suas le trí ghlúin ó shin. Nó níos mó, fiú. Tá go leor teaghlaigh in Éirinn atá ar an chúigiú glúin de chothú saorga/artificial. Ní hiad máithreacha amháin, ná a máithreacha féin, a chaill an cultúr sin. Chaill dochtúirí agus banaltraí é. Chaill mná chabhartha é, agus go leor eile de na proifisiúnaithe a dhéanann freastal ar mhná torracha, mar shampla neonatologists agus paediatricians. Agus, thar aon dream eile, tá an t-eolas agus na scileanna cailte, anois, ag na sean-mháithreacha, na haintíní, agus na mná eile a thugann cuidiú agus tacaíocht, comhairele agus ugach do mháithreacha úra, sa bhaile, sa chomharsanacht, agus sa phobal. Tháinig mí-eolas agus pisreoga sa bhealach fosta, cuid acu sean go maith, agus cuid acu níos lú na céad bliain ar an fhód. Agus rudaí ar nós “rún” na nDeartháireacha Chamberlen sa Fhrainc, an *obstetric forceps*. Gan trácht ar dhá ghluaiseacht ollmhór, a mhill an cultúr nádúrtha, traidisiúnta táil. Is é an chéad cheann an “*medicalisation of childbirth*”, a thug máithreacha go dtí dochtúirí agus oispidéil le clann a bhreith. An dara hAthrú Mór, sin teacht i réim an bhuidéil, agus an “bhainne” saorga (“formula”) do naíonáin. Thosaigh an t-athrú sin roimh dheireadh an 19ú céad. Foilsíodh alt le gairid san Irish Times faoin ghearán leitheadach a bhí ag dochtúirí faoi seo in oispidéal an Rotunda san 19ú céad Chonaic na dochtúirí an dochar millteanach a bhí an “bainne” saorga (breastmilk substitutes) ag déanamh do mháithreacha agus do pháistí. Ach fiú an t-am sin, ní raibh mórán a bhí siad ábalta a dhéanamh faoi. Fiú céad bliain eile, tá aineolas, mí-eolas, mí-thuisint, séanadh, agus easpa eolais leitheadach, fiú i measc na speisialtóirí a thugann aire do mháithreacha agus do naíonáin. Is beag nár dhíothaigh an dá rud sin cothú nádúrtha naíonán, agus cumhacht máithreacha agus mná chabhartha ag cuidiú le máithreacha, le saolú agus beathú naíonán. Inniu féin, tá ceann de na rátaí cothú nádúrtha is ísle sa domhan againn in Éirinn. [Tá an Bhreatain fiú níos ísle.] Bhí ár gcultúr cothú linbh cailte againn, agus tá fós, cé go bhfuil daoine iontacha ag obair go cruá ag iarraidh an “t-Athrú Creidimh” a thiontú thart, agus ár gcultúr nádúrtha a athréimiú. Tuilleadh faoi sin thíos.

TIONCHAR INSCENE AR AN ATHRÚ MÓR

Tá sé seo tuigte, agus níl, le fada an lá. Níor tuigeadh, go fóill, dáiríre, an t-eolas, an taithí, na scileanna, agus an tuisint a bhí ag mná a thug cíoch do pháistí, ó ghlúin go glúin, nuair a bhí cultúr nádúrtha an táil faoi fhloc, agus faoi bhláth in Éirinn. Níor tuigeadh, go fóill, an méid a cailleadh, nuair a cailleadh an cultúr sin. Is **ag na mná** a chothaigh a bpáistí a bhí an saibhreas eolais, scileanna, etc. Níor thug mórán daoine, seachas na dochtúirí sin sa Rotunda, tábhacht an chultúir a bhí á chailleadh. Go dtí go raibh sé ró-mhall é a tharrtháil. Bhí finscéalta agus teoiricí craiceáilte gan dealramh an-fhairsing, leis an Athrú Mór. Tá cuid acu a gcreideann daoine go diongbhála iontu inniu féin! Chuir na finscéalta agus na “hairteagail creidimh” sin na táirngí deireanacha i gcónaí ar

gcultúir táil. Agus is maith atá ‘s ag na mná atá ag obair go deonach le cuidiú leis an mionlach beag ban a bhí fós ag iarraidh a naíonáin a chothú go nádúrtha, le trí scór bliain anuas, é. Bhí a mhodh féin, a loighic féin, a nósanna féin, agus go leor rudaí úra eile, ag dul leis an Athrú Mór. Agus ba dúshlán do-sháraithe é ag go leor de na dochtúirí, banaltraí, mná chabhartha, agus teaghlaigh agus cairde na máithreacha na deacrachtaí úra seo a shárú. Is tragóid é atá imithe faoi thost, faoi choim, faoi rún, agus Agus is **mar gur mná a choinnigh beo é le idir 3 agus 4 mhiliún bliain é, a tharla sin. Ní raibh sé ar chumas na bhfear an tragóid seo a chosc. Bhí an buidéal níos tréine ná iad! Agus an cultúr úr a d’fhás leis.**

DÁ MBEADH ‘S AG NA MNÁ AGUS NA FIR CHOMH SIMPLÍ IS A BHEADH SÉ NAÍONÁN A BHEATHÚ, DÁ MBEADH AN MUINÍN, AN T-EOLAS, AN TUISCINT, AGUS AN TACAÍOCHT ACU

ACH BHÍ NÁMHAID EILE ACU NÁMHAID DHORCHA, MÍMHORÁLTA, AR CHUMA LEIS BEATHA NO SLÁINTE NAÍONÁN NA MÁITHREACHA. BA É AN NÁMHAID SIN, THAR AON RUD EILE, AN MARGADH ÚR A BHÍ ANN ANOIS DO *BREASTMILK SUBSTITUTES* Tá gearr-chuntas ag an údar Gabrielle Palmer, ina leabhar beag “*Why Breastfeeding Matters*”. Tá cuntas níos iomláine aici sa bhunleabhar “*The Politics of Breastfeeding – When Breasts Are Bad for Business.*” Tá an leabhar seo chomh scanrúil, agus chuir sé oiread sin feirge orm é a léamh, nach dtiocfadh liom é a chríochnú ar feadh na mblianta. Scannal i ndiaidh scannail, bréaga i ndiaidh bréaga, náire i ndiaidh náire, samhnas i ndiaidh samhnaís, gur deacair an droch-scéal seo uilig a shlogadh. Tuilleadh faoin dá leabhar seo, agus faoi Gabrielle Palmer, thíos.

“An t-ATHRÚ CREIDIMH”*

Sin an cur síos a rinne duine éigin ar an Athrú Suntasach ins an dóigh a gcothaítear naíonáin nua bheirthe, don chéad bhliain nó dhó, a tharla le linn an chéid seo caite, in Iarthar domhan. Tugaim “An t-Athrú Creidimh” air, go magúil. Ach ní haon scéal grinn é. Ach a dhearg-mhalairt. An “tAthrú Creidimh”, sa chéad seo chaite, leanann sé ar aghaidh, gan ach fíor-bheagán athrú, ó sin. Ní cuimhin liom cá bhfaca mé an ráiteas sin, ná cé dúirt é, ach is cinnte go bhfuil fírinne áirithe ag baint leis. Mar a dúirt mé thuas tá impleachtaí an-mhór agus an-trom-chúiseach ar fad ag baint leis. Tá impleachtaí ann sna réimsí seo a leanas: polaitíocht, cúrsaí sóisialta agus cultúrtha, cúrsaí pearsanta, agus thar aon rud eile, cúrsaí sláinte.

*An t-Athrú Creidimh a thugtar, i dtéacsleabhair staire Gaeilge ar an Reformation.

CÉ GO BHFUIL NEART EOLAIS AGUS TACAÍOCHT AR FÁIL DO MHÁITHREACHA, NÍ LOIRGÍONN A BHFORMHÓR É ÓN DREAM IS FEARR A d TIG LEO CUIDIÚ LEO, MAR NACH DTUIGEANN SIAD AN GÁ, NA BUNTÁISTÍ, AGUS AN FHÁILTE A CHUIRFEAR ROMPU

Tá máithreacha ag brath anois ar eolas a chuartú iad féin. Ní hé amháin go gcaithfidh siad an t-eolas agus na scileanna sin a chuartú iad féin, ach caithfidh siad é a lorg ón mhionlach beag bídeach ban (is mná a bhformhór) a bhfuil an saibhreas sin acu. Thiocfadh le turas fada bóthair a bheith i gceist. Fuair mé féin glaoch ó Washington uair amháin. Agus fuair mé glaoch o shagart ag iarraidh cuidiú dá bhean tí! Níl formhór ár ndochtúirí ábalta cuidiú le máithreacha. Gach seans go gcuirfidh an fhiric sin a sáith iontais ar mo léitheoirí. Léiríonn torthaí staidéir a rinne an eagraíocht *World Breastfeeding Trends Initiative* gur sin fírinne an scéil, ar an droch-uair. Bhí aicmí éagsúla a chuidíonn le máithreacha faoi scrúdú sa staidéar sin. Féach thíos *Wbi*.

AN CREIDEAMH ATA AG MÁITHREACHA GO DTABHARFAR GACH CUIDIÚ AGUS GACH EOLAS DÓIBH SAN IONAD MÁITHREACHAIS, NUAIR A SAOLÓFAR A LEANBH. Tá go leor máithreacha ann agus sin an rud a chreideann siad. Da mba mar sin atá, ní bheadh aon ghá leis an Aighneacht seo uaimse. Ach, ar an drochuair, is fada o bheith fíor é. A mhalairt ar fad, dáiríre. Agus ní thuigeann ach fíor-bheagán sa tír, gur mar sin atá. Agus nach ar aon duine ná grúpa atá an locht.

CÉN DÓIGH AR THARLA AN DROCH-STAID SEO?

Bheadh sé chomh dícheíllí ag duine ceist a chur cén doigh ar tharla go bhfuil oiread othair ag fanacht ar leaba in oispidéal na hÉireann, nó ar choinní! Is scéal an-bhrónach é, agus an dochar uilig atá ag tarlú dá bharr, ach tá a scéal seo i bhfad ró-fhada le haithris anseo. Go hachomair, is mar nár cuireadh oiliúint chruinn, ar na dochtúirí, agus ar na proifisiúnaithe sláinte eile a thugann aire do mháithreacha agus dá naíonáin. Tá gnéithe eile ar nós cumhacht na noll-chomhlachtaí a chuireann “breastmilk substitutes” ar an margadh, agus an mhargáil mí-ionraice, neamh-eiticiúil a bhrúnn na táirgí sin fiú ar dhochtúirí agus ar oispidéil máithreachais. Tuilleadh faoi seo thíos. An réimse eolais is mó ar gá oiliúint cuí a chur ar dhochtúirí, etc., is é sin an dóigh a n-oibríonn diúl agus tál. Agus **nach n-oibríonn!** Tá mí-eolas i réim go láidir sna hoispidéil, d’ainneoin dícheall na ndaoine atá ag iarraidh eolas beacht, cruinn, eolaíoch a chur ina áit. Is snámh in aghaidh easa é! Cé go bhfuil an scéal ag bisiú beagáinín, **tá go leor proifisiúnaithe sláinte aineolach faoin réimse eolais sin uilig.** Bíonn ar go leor máithreacha dul i muinín dochtúirí, banaltraí, agus proifisiúnaithe sláinte eile. An deacracht is mó faoi seo, ná nach bhfuil an taithí, an oiliúint, an tuiscint, ná na scileanna, ag a bhformhór le cuidiú le máithreacha. Agus níos measa fós, **ní thuigeann máithreacha sin.** Ná **ní thuigeann na proifisiúnaithe sláinte nach dtuigeann siad.** Agus go bhfuil siad fíor-aineolach ar na cúrsaí seo. Ní hionann ar chor ar bith an t-eolas ná na scileanna atá riachtanach do phroifisiúnaithe atá ag cuidiú le máthair tál, agus na cinn atá riachtanach don mhórlach mór de mháithreacha in Éirinn, ar leis an bhuidéal atá siad ag cothú a naíonán. Go bhfios dom, níl ach tír amháin a bhfuil cuntas sách iomlán foilsithe faoi, ó thaobh cailliúint a gcultúr tál, agus teacht i réim an bhuidéil. Is í an tír sin An Astráil. Is é an cuntas sin, leabhar breá Maureen Minchin, *Breastfeeding Matters*

NÍ THUIGEANN NA PROIFISIÚNAITHE SLÁINTE NACH DTIG LEO CUIDIÚ LE MÁITHREACHA LEIS AN “HOW TO”

Agus **ní thuigeann siad nach dtuigeann siad.** Cé go bhfuil cúrsaí ag feabhsú, go fada, fadálach, léirigh taighde a rinne an eagraíocht *World Breastfeeding Trends Initiative* (WBi) an fhír sin go suntasach roinnt blianta ó shin. Féach thíos “*World Breastfeeding Trends*”. Buíochas do Dhia, agus buíochas go speisialta do La Leche League International, tá eolas agus oiliúint níos fearr á thabhairt do phroifisiúnaithe le blianta beaga anuas. Tá céimeanna an-phraicticiúla glactha ag an World Health Organisation agus ag UNICEF (i dteannta a chéile go minic) le cúrsaí oiliúna a chur ar fáil le feabhas a chur ar an oiliúint do dhochtúirí, do mhná cabhartha, agus do phroifisiúnaithe sláinte eile. Féach thíos.

TAIGHDE AN “WORLD BREASTFEEDING TRENDS INITIATIVE” AGUS AN T-AINEOLAS SCANRÚIL A LÉIRÍONN SÉ I MEASC DOCHTÚIRÍ AGUS PROIFISIÚNAITHE SLÁINTE EILE

DÁ MHÉID EOLAIS AGUS OILIÚNA ATÁ AG DUINE, NÁ AG GRÚPA, NÍ LEOR É. TÁ RUDAÍ EILE I BHFAD NÍOS TÁBHACHTAI NÁ EOLAS, SA CHÁS SEO

Cineáltas, ugach, croí mór maith, gríosú, scileanna pearsanta daonna, agus am, thar aon rud eile, tá na rudaí seo i bhfad níos tábhachtaí ná eolas – dá thábhachtaí é. Ní hé nach bhfuil na cáilíochtaí seo ag proifisiúnaithe sláinte. Ach tá an t-am ag na cuiditheoirí deonacha le bheith ansin le máithreacha, agus le cuidiú agus tacaíocht **leanúnach** a thabhairt dóibh. Mura bhfuil eolas, féinmhuinín, creideamh, agus muinín ina cumas féin ag an mháthair, ní thabharfaidh an t-eolas uilig sa domhan an cumas di a bheith “*Breastfeeding in a Bottlefeeding Society*” (téama comhdhála proifisiúnaithe sláinte i bPáirc an Chrócaigh, roinnt blianta ó shin.) Dá mhéid eolais atá ag na proifisiúnaithe ar an taighde, ar na staitisticí, ar an eolas acadúil, na buntáistí, etc., is rud eile ar fad cíoch a thabhairt do leanbh. Tá cothú saorga linbh le buidéal chomh difriúil sin ón chothú nádúrtha, go fisiciúil, go cultúrtha, agus go speisialta ó thaobh an ghréasán teaghlaigh, cairde, agus cuiditheoirí (proifisiúnta

agus deonach) a bhaineann le cothú saorga, gur dúshlán an-mhór don mháthair an rogha nádúrtha a dhéanamh, agus leanstan uirthi leis, d’ainneoin na ndeacrachtaí móra (the biologically normal versus the culturally normal). Ní hé go bhfuil sé deacair go fisiciúil, leanbh a bheathú ar an chioch. Is é an áit a bhfuil na deacrachtaí ná sa chultúr “úr” (le 70-100 bliain) beathú saorga leanbh, san eolas, san mhí-eolas, sna gnéithe go léir den chultúr sin ar bréaga iad, san dúshlán mór atá ann do mháthair úr, agus athair úr, aghaidh a thabhairt ar an chultúr sin, leo féin féin, gan eolas ceart, gan tuiscint ceart, gan cuidiú ná tacaíocht cheart, agus gan féinmhuinín láidir, agus go leor cáilíochtaí eile. Déanann na gnéithe seo uilig *undermining* ar an chumas nádúrtha, ar an dúil nádúrtha, agus ar an cheart nádúrtha ata ag tuismitheoiri úra an rogha nádúrtha a dhéanamh, as sult agus sásamh a bhaint as an chinneadh sin, agus as eispéireas sásúil, pléisiúrtha a bheith acu agus iad ina bhun. Ní thuigeann a muintir, a gcuiditheoirí – idir phroifisiúnaithe, gaolta, cairde, comharsana, agus cuiditheoiri deonacha ar nós La Leche League Leaders..... go bhfuil a dtuiscint, a gcuid aineolais, etc. etc. ag baint óna muinín, a gcumas, a sástacht, a ndúil, a sásamh, a n-éifeacht, agus a “success”. Tá léargas (an-bheag) de chomh mór is a chuireann cailliúint ár gcultúr táil isteach ar mháithreacha agus ar aithreacha úra, sa chéad mhír eile.

AN CULTÚR AGUS AN NÁIRE

Tá sé aisteach go bhfuil dhá bhrí leis an fhocal “náire “ sa Ghaeilge atá contrártha ar fad lena chéile. Ciallaíonn “náire” shame, modesty, shy, Ciallaíonn an focal náireach shy, modest, timid, Agus ciallaíonn “mí-náireach” shameless. “Field day” do na síceolaithe!

In aon phlé faoi chailliúint ár gcultúr táil, agus teacht i réim don chultúr saorga, mí-nádúrtha a tháinig ina áit, caithfear cotadh/“embarrassment” a lua go speisialta.

CÓRAS NA n-OISPIDÉAL MÁITHREACHAIS – BÁS AN CHULTÚIR TÁIL

Is scéal i bhfad ró-fhada an scéal seo le haithris anseo. [Léigh leabhar Maureen Minchin, agus beidh tuairim mhaith agat.] Ach tá sé an-tábhachtach go dtuigfimis an dochar millteanach ata déanta ag oispidéil máithreachais, ag dochtúiri, banaltraí, mná chabhartha, don chultúr táil a bhí againn, agus don cheann atáimid ag iarraidh a athréimniú. Ní d’aon-ghnó a rinne aone duine acu sin scrios ar gach seans a bhí ag formhór ár máithreacha tál go sásúil, go héifeachtach, agus go pléisiúrtha. An réimeas nósanna, agus go háirithe an réimeas creidimh, a tháinig in áit an sean-chultúr táil, bhí sé bunaithe ar aineolas agus ar mhi-eolas forleathan faoin dóigh a n-oibríonn an tál. Mar shampla, dá mhinicí agus dá fhaide a cuirtear an leanbh ar an gcíoch, is ea is mó bainne a bheas ag an mháthair. Sin dearg-chontráracht na tuisceana a bhí – agus atá – i réim tar éis an “Athrú Creidimh”. Is é diúl an linbh a chuireann an soláthar bainne ar fáil.

AN T-ATHRÉIMIÚ FADA FADÁLACH

Tá an t-eolas cruinn, ceart, beacht, ag teacht chun cinn, de réir a chéile. Tá grúpai beaga againn atá ar an eolas le dachad nó le seachtó bliain, tá sé pianmhar oiread sin máithreacha, a bhí ag iarraidh a naíonáin a chothú iad féin, ach nár éirigh leo. Rinne muid ár ndícheall, go deonach, cuidiú le máithreacha thart orainn, agus d’éirigh linn i gcásanna áirithe. **d’ainneoin an chórais**, agus d’ainneoin an “Athrú Creidimh”. Is cuis mhor díomá agus bróin dúinn nár éirigh linn leis na máithreacha uilig ar chcuigh muid leo. Bhí an oiread sin aineolais, mí-eolais, nósanna agus creidimh contráilte in uachtar i ré an Athrú Creidimh, gur dheacair fiú le buíon suntasach, oilte, íochta, an t-Athrú Creidimh a thiontú thart, gan trácht ar ghrúpa beag scaipthe de chuiditheoiri deonacha. Na máithreacha bochta, ní raibh an t-eolas, an tuiscint, an muinín, an scíl comhairleoireachta, ar fáil dóibh. Ní ní raibh a fhios acu go raibh sé ar fáil dóibh – ach é a iarraidh ar na daoine ceart. Thar aon rud eile – agus is é an gné is tábhachtaí agus is mó tionchair é – ní raibh cultúr táil thart ar na máithreacha. Ní amháin sin, ach bhí brú i gcoinne cultúr táil thart orthu, sa bhaile, lena muintir agus a gcomharsana féin, sa chóras “sláinte”, sa phobal i gcoitinne, agus i meoin, i dtaithí, agus in eolas na muintire uilig. Ba chonstaic do-sháraithe é sin fiú do mháithreacha a bhí ag iarraidh a naíonain a thál iad féin. Mar a tchífidimid thíos, bhí constaic mhór eile a bhí an-chumhachtach, an-mhaoinithe, a raibh (agus a bhfuil) sochar mór airgid ag brath air, a bhí (agus atá

fíor-chumhachtach, go polaitiúil, agus go heacnamaíoch) agus thar aon rud eile, a bhi (agus atá) beagnach dofheicthe, faoi cheilt, agus bréagach, mar atá go leor den mhargaíocht. Ní amháin sin, ach bhí (agus tá) sé ag infheistiú le margadóirí aggressive, tiománta do shochar (agus do shochar thar aon rud eile, fiú thar shláinte agus fiú beatha máithreacha agus páisti) a rinne (agus a dhéanann) infheistíocht throm san Athrú Creidimh ar mhaithe le sochar airgid, agus ní ar mhaithe le haon rud eile. Is beag de phobal na tíre a bhfuil aon eolas ná aon tuiscint acu faoin droch-obair seo, fiú agus é thart orainn gach lá, i ngach baile in Eirinn, i ngach oispidéal máithreachais seachas na trí cinn atá “*Baby-Friendly*” (as naoi gcinn déag), agus i mbeagnach gach coirnéal d’ár Seirbhísí “Sláinte”.

NA DEACRACHTAÍ

Tá cúiseanna stairiúla suntasacha, a d’fhág an tír gan a shean-chultúr táil, agus cultúr saorga an-difriúil ar fad ina áit, nach bhfuil eolas ná taithí ag formhór ár máithreacha air, go háirithe agus iad ag fás aníos sa bhaile, agus ina bpobal féin. Ní thosaíonn ach 51% de mháithreacha in Éirinn, ar a leanbh a oiliúint ar an gcíoch faoi láthair. Éiríonn formhór an 51% sin as an chothú nádúrtha tar éis cupla lá, cupla seachtain, nó cupla mí. Molann an Eagraíocht Domhanda Sláinte (W.H.O.) go gcothófaí naíonáin ar an bhrollach “into the second year and beyond”. Sin an rud a mholann na heagrais sláinte leanaí is mó le rá sa domhan fosta. Mar shampla, an American Academy Of Pediatrics (AAP). Tá go leor máithreacha – agus aithreacha – in Eirinn nach bhfaca ariamh naíonán á c/hothú ar an gcíoch. Gan trácht ar a bheith cleachtaithe le cothú nádúrtha. Tá go leor daoine in Éirinn – a bhformhór – nach bhfaca a máthair, a sean-mháthair, ná a sinseanmháthair ag cothú linbh go nádúrtha. B’fhéidir, go bhfaca siad bean an-bhocht á dhéanamh, ar chorr-phíosa tuairiscíochta ó na tíortha is boichte sa domhan. Creideann formhór mhuintir na hÉireann gurb é an rud nádúrtha naíonáin a chothú le buidéal. Níl ‘s acu gur ar an gcíoch a cothaítear formhór naíonáin an domhain. Agus gur mar sin a bhí sé le idir 3 agus 4 mhíilliún bliain. Ní thuigeann siad gurb iad na pobail i dtíortha ina labhartar Béarla is mó a chothaíonn a naíonáin go saorga. Agus ní thuigeann siad an chailleanas mhillteanach sin dóibh féin, dá naíonáin, agus don tír uilig.

CÚISEANNA EILE

Ní hé amháin nach bhfuil an t-eolas agus na scileanna cuí ach ag buíon beag bídeach, a thugann cuidiú do mhná ar bhonn deonach. Ach níl an tuiscint sin, ná an t-eolas sin ach ag fíor-bheagán sa tír. Agus ní thuigeann na daoine a mbeadh sé nádúrtha ag máithreacha cuidiú a iarraidh orthu, nach bhuil siad eolach ná sciliúil sa dóigh atá ag teastáil ó mháithreacha. Is cuma cé mhéid eolais atá ag dochtúir nó ag banaltra faoi na buntáistí a bhaineann le tál, ní haon mhaith an t-eolas sin do bhean atá ag iarraidh eolais faoi **cén dóigh** lena leanbh a thál go sásúil, agus go sásta. Tá mí-eolas fairsing, agus aineolas, agus easpa eolais, faoi cén dóigh a n-oibríonn tál. Ná ní thuigeann siad nach ionann rud a bheith nádúrtha, agus é a bheith *intuitive* ná a bheith furasta nó simplí. Cuireann a lán máithreacha bochta an milleán orthu féin nuair nach n-éiríonn leo a naíonán a chothú go nádúrtha, agus go sásúil. Na máithreacha nár roghnaigh cothú nádúrtha ar an chéad dul síos, is minic iad cráite le brón, le díomá, le féin-mhilleán, féin-lochtú, agus le “ciontacht”. Mura bhfuil an t-eolas agus an tuiscint ag máithreacha faoi cén dóigh le dul i mbun an táil, ná fhios acu cén áit le cuidiú a lorg, is ar éigean atá aon locht, milleán, ná ciontacht ag baint leo. Easpa oideachais, easpa taithí, easpa tuisceana, sin na rudaí a dhéanann spior spear den tál d’oiread sin máithreacha. Caithfear na rudai sin a chur ar fáil do mháithreacha. Is gá tacaíocht láidir ón Stát. Ní amháin go bhfuil dualgas ar an Stát máithreacha a chur ar an eolas, agus an tacaíocht atá riachtanach a chur ar fáil dóibh, agus dá lucht cúnaimh agus tacaíochta. Tá dualgas tromchúiseach eile ar an Stát i leith margadóirí mhí-mhorálta, mar atá ar siúl le cóngarach do chéad bliain (!). Sea, céad bliain. Thosaigh an comhlacht ollmhór ██████████ ag margadóirí a gcuid “*breastmilk substitutes*” chomh luath leis na 1930í. Ní hiontas go bhfuil máithreacha curtha ar strae! Ní margadóirí ionraice, macánta, eiticíúil a bhí ar siúl ag ██████████ ó na 1930í i leith. Tá gnéithe den scéal scannalach, gránna, luaite ag Gabrielle Palmer ina leabhar “*The Politics of Breastfeeding – When Breasts Are Bad For Business*”. Agus sa leagan gairid den leabhar, an leabhrín “*Why Breastfeeding Matters*”, a d’fhoilsigh Pinter & Martin i Londain i 2016.

FEARG, FEARG, FEARG

Bí ag caint ar pholaitíocht salach, bréagach, gránna, marfach! Is rí-dheacair a thabhairt le fios, go háirithe i bpáipéar gairid mar seo, faoin slad, faoin sléacht, faoin droch-shláinte, agus faoi na beathaí go léir – na milliúin acu – ar fud na cruinne, ata millte, nó múchta, ag an mhargaíocht marfach seo. D’ainneoin Cód Idirnáisiúnta “*The International Code Of Marketing of Breastmilk Substitutes*” a bheith dlithiúil leis na deiceanna blianta, tá sé á shíor-bhriseadh ag oll-chomhlachtaí ar nós ██████████, ██████████, agus tuilleadh nach iad. Tá cuntas ar an scannal uafásach seo, atá ag leanstan anois ó na 1930í ag Gabrielle Palmer ina dhá leabhar thuasluaite. Tá tuairiscí ar fáil ó UNICEF agus an World Health Organisation a dhamnaíonn ollchomhlachtaí, go speisialta ██████████, agus rialtaisí áirithe faoina ndroch-iompar, a neamairt, a ndroch-obair ag cur daoine ar mhí-eolas agus ar mhi-threoir le beagnach 100 bliain anois. Ar feadh roinnt mhaith blianta bhí an figiúr scanrúil de dhá mhilliún naíonán a bhí ag fáil bháis, suas le 10 mbliana nó mar sin, de bharr “*the aggressive and unethical marketing of breastmilk substitutes*”. Agus sin do dhaoine fíorbhocht, sna tíortha is boichte ar domhan, áit nach acmhainn airgid don phobal páistí a chothú go saorga. Agus ar ndóigh, ní insíonn na hollchomhlachtaí dá gcuid custaiméirí bochta faoin dochar uafásach a dhéanann sé dóibh féin agus dá naíonán an stuif seo a thabhairt dóibh. Is cúis feirge mhillteanach an scannal uilig. Tá briseadh an Chóid ag tarlú i dtíortha saibhre cosúil le hÉirinn agus Stáit Aontaithe Mheiriceá fosta. Agus naíonáin ag fáil bháis dá bharr. Agus droch-shláinte ag a máithreacha dá bharr. Agus droch-shláinte ag na naíonáin nach maraíonn sé, lena saol.

NÍ THUIGEANN ACH FÍOR-BHEAGÁN DAOINE (MNÁ IS MÓ) CAD IAD NA RIACHTANAISÍ SEO ATÁ AG MÁITHREACHA

Na mná a thugann an cuidiú seo do mháithreacha, is go deonach a dhéanann siad é. Tá teora leis an méid ama a thig leo a chaitheamh le máithreacha. Ar na máithreacha a chuidíonn mar seo le máithreacha eile, tá Leaders na heagraíochta deonach La Leche League, comhairleoirí “*Chuidiú*”, the Irish National Breastfeeding Trust, agus Comhairleoirí Táil cáiliúthe qualified Lactation Consultants). Féach thíos.

NÍ THUIGEANN ACH FÍOR-BHEAGÁN DEN LUCHT PROIFISIÚNTA AR CHEART DÓIBH BHEITH ÁBALTA CUIDIÚ, NACH BHFUIL AN T-EOLAS NÁ NA SCILEANNA ACU

Ní tinneas an tál, ach rud fíor-fholláin, sláintiúil, luachmhar don tír uilig. Tá oiliúint áirithe ar dhochtúirí agus lucht leighis agus banaltrachta eile faoi na buntáistí a bhaineann le tál (cuid an-bheag díobh). Ach níl aon oiliúint ná cáilíochtaí, ná tuiscint ag a bhformhór faoi cén dóigh le cuidiú le máithreacha le leanbh a chothú go nádúrtha ar a mbrollach. Féach BTi thíos.

NÍ AMHÁIN NACH BHFUIL NA PROIFISIÚNAITHE EOLACH NÁ SCILIÚIL, AGUS NACH DTUIGEANN SIAD NACH BHFUIL, ACH TÁ GO LEOR TUAIRIMÍ MÍ-CHEART ACU, AR MIOTAIS CUID ACU, A CHUIREANN MÁITHREACHA AR MHÍ-THREOIR

Tá cuntaisí an-mhaith air seo sna leabhair *The Politics of Breastfeeding, Why Breastfeeding Matters, The Womanly Art of Breastfeeding, The Attachment Parenting Book, Breastfeeding & Child Spacing – The Ecology of Natural Mothering, Breastfeeding Matters - Breastfeeding – A Guide for the Medical Profession* agus tuilleadh. Tá eolas sna leabhair sin faoi cén dóigh a n-oibríonn an tál, cén mí-eolas atá coitianta, cén dóigh a dtig le máthair tál go sásúil, go héifeachtach, agus go pléisiúrtha (breastfeeding is meant to be pleasurable). Rinne an eagraíocht *World Breastfeeding Trends* (féach Wti) [SEICEÁIL] staidéar ar an deacracht móra seo. Tá graf sa tuairisc a chuir siad ar fáil, a thaispeáineann gur ag na cuiditheoirí deonacha (cosúil le LLL Leaders agus comhairleoirí táil le “*Cuidiú*” (Irish National Childbirth Trust) agus a leithéid eile, atá an t-eolas agus na scileanna is fearr sa réimse seo. Is díol iontais agus díol díomá agus feirge é gur ag dochtúirí atá an t-eolas agus na scileanna is lú, le cuidiú le máithreacha. Ní hiontas go bhfuil na leibhéil táil in Éirinn agus sa Bhreatain (áit a dtearadh an staidéar Wti) ar na cinn is ísle sa

domhan. Tá sé i bhfad, i bhfad níos deacra eolas úr-nua a chur in áit cultúr bunaithe ná an seanrud a leanstan, a bhuanú, agus a fhágáil i réim.

FIGIÚIRÍ TÁIL NA hÉIREANN

Mhéadaigh ar an méid máthar in Éirinn a thug cíoch dá naíonán le fiche bliain nó mar sin. Tá os cionn 50% anois ag toiseacht leis an chíoch. Ach titeann an líon sin go tapaidh. I Meiriceá tugann os cionn 70% de mháithreacha cíoch dá naíonán ag an tús. Sa tSualainn agus san Ioruaidh tugann 98%-99% de mháithreacha cíoch dá naíonán, agus leanann a bhformhór ar aghaidh ar feadh bliana nó níos faide. Go háirithe anois nach gcaithfidh siad a gcuid naíonán a chur faoi chúram an stáit i gcrèche go dtí go mbíonn an leanbh 18mí, sa tSualainn. Ní chuireann formhór máithreacha sa tSualainn anois a gcuid naíonán sna crècheanna stáit go dtí go bhfuil siad 18 mí.

POLASAÍ/FEACHTAS ÚR AN EAGRAIS UK “*BABY-FRIENDLY*” DE CHUID UNICEF i mí Eanáir 2019 d’fhógair “*BABY-FRIENDLY*” UNICEF sa Bhreatain polasaí agus feachtas úr. Is cuid dlúth de pholasaithe UNICEF agus W.H.O. an “*BABY-FRIENDLY INITIATIVE*”, atá leanúnach. Tá clár an “*BABY-FRIENDLY HOSPITAL INITIATIVE*” ina chuid lárnach de. Cuid eile de is ea an “*TEN STEPS TO SUCCESSFUL BREASTFEEDING*”. Níl ach trí cinn de na naoi nIonad máithreachais in Éirinn a bhfuil aitheantas “*BABY-FRIENDLY*” bronnta orthu ag UNICEF mar “Baby-Friendly hospital”. Is ceist an-pholaitiúil cén chúis/na cúiseanna atá leis sin.

CÉN FÁTH A BHFUIL GÁ LEIS AN CHLÁR “*BABY-FRIENDLY*”?

Tá go leor gnéithe difriúla den fhadhb ann. Is féidir é a chur mar seo. Níl a fhios ag formhór na máithreacha cén dóigh le cíoch a thabhairt do leanbh. Níl a fhios ag na proifisiúaithe a thugann aire dóibh cén dóigh le cíoch a thabhairt do leanbh. Go háirithe na fir. Ní cuid riachtanach dá n-oiliúint é. Ní cuid ar bith de é. [Seachas roinnt eolais faoi chomh maith is tá sé don leabh.] Tá aineolas suntasach i gceist. Agus mí-eolas forleathan sean-phréamhaithe. Gach feirmeoir a thug buidéal do uan nó do ghamhain, tá’s aige nó aici go bhfuil difir an-mhór idir sin agus cothú nádúrtha ón mháthair.

DOCHTÚIRÍ, BANALTRAÍ, ETC.

Tá téacsleabhar an-mhaith scríofa ag an Dochtúir Ruth Lawrence:

DÚSHLÁN ATÁ I BHFAD NÍOS MÓ NA AN AINEOLAS IS EA AN **MÍ-EOLAS**

De bharr go bhfuil an mí-eolas atá ag formhór na ndochtúirí agus na mbanaltraí go fairsing leitheadach ar fud na tíre, go bhfuil sé sean-phréamhaithe anois le suas le 100 bliain, tá sé i bhfad níos deacra an mí-eolas sin a cheartú agus a athrú, ná eolas úr, nua, a thabhairt dóibh. Tá creideamh agus nósanna an chultúir mí-nádúrtha, saorga cothú le buidéal chomh sean-bhunaithe sin inár gcultúr, ó chaill muid ár gcultúr folláin, nádúrtha táil, gur fíor-dheacair é a athrú. Leanann sé as sin, go bhfuil sé fíor-dheacair na nósanna nua sin a dhí-bhunú, a dhí-phréamhú, a athrú, agus a stad ag brú droch-nósanna ar mháithreacha. Ach níl sé dodhéanta. Rinne Vietnam é. B’fhiú don rialtas a sampla a leanúint. Tá sábháil mór airgid don Roinn Sláinte i gceist. Is gá intinn an phobail a athrú, go háirithe intinn ban. Is gá an doigh a smaoiníonn daoine, go háirithe máithreacha, ar chothú naíonán a athrú ar mhórán dóigheanna.

AN NORM DON DUINE

Formhór mhuintir na hÉireann, níl aon taithí acu ar bheathú nádúrtha leanbh. Níl’s acu sin. Ní thuigeann siad é. Agus ní chreideann siad é. Is dúshlán mór an smaoineamh sin a athrú ó bhonn. Bhí fógra ar an teilifís (RTÉ) na blianta ó shin do ?Telecom? Bhi athair le feiceáil ag éirí i lár na hoíche le buidéal bainne a thabhairt dá bhabai. Bhi raic faoi. Ach an rud a b’iontai liomsa faoi ná seo: nuair a labhair iriseoir leis an aisteoir óg a rinne páirt an athar, bhí iontas air. D’fhiafraigh sé cén doigh eile a mbeathófá babaí? Ní raibh ‘fhios ag an fhear bocht go raibh a leithéid de rud ann agus tál? Ní chuirfeadh sé iontas orm go bhfuil a leithéid in Éirinn go fóill.

“BREASTFEEDING TRENDS INITIATIVE (Bti)

You can google the website. One graph/figure [??] on the training (or lack of it) of health professionals and volunteer breastfeeding helpers, such as La Leche League Leaders, as well as breastfeeding professionals such as Lactation Consultants.

IS MAMACH É AN DUINE – NA MNÁ AR A LAGHAD!

Baineann an cine daonna le grúpa na primates de na mamaigh/mammals. Chuir mac mo dheartháir, nuair a bhí se ina leaidin og, agus é ag amharc ar chláir David Attenborough: “Dad, when is your mating season?” Táimid an-aineolach faoi na rudai ata nádúrtha ag mamaigh, ná fiú ag *primates*. Is é an dóigh a gcothaíonn *homo sapiens*, nó ar a laghad *mulier sapiens* (an bhean daonna) a leanbh nua-bheirthe. Nó, ar a laghad, ba ea, ar feadh 3-4 milliún bliain. Ar fud na cruinne inniu féin, is mionlach le mháithreacha daonna an domhain a chothaíonn a naoínán le buidéal.

NA CÚISEANNA STAIRIÚLA DTÁINIG AN BUIDÉAL I RÉIM SNA TÍORTHA SAIBHRE

Is leabhar mór fada an scéal seo. Agus ní aon chúis amháin atá leis. Is scéal i bhfad ro-fhada, agus ro-chasta é le hinsint anseo. Ach is féidir a bheith cinnte gur toabh istigh den 70 bliain deireanach nó mar sin a td’athraigh formhór mháithreacha na hEireann ón bhrollach go dtí an buidéal.

AN NDÉANANN SÉ DIFRÍOCHT?

Déanann sé difríocht ollmhor.

CÉN CHÚIS ATÁ LEIS AN AINEOLAS, AN MÍ-EOLAS, AGUS AN EASPA SCILEANNA SEO?

MO THAITHÍ

Ó bhí mé 27 nó 28, thosaigh mé ag foghlaim faoin ábhar seo. Thosaigh mé nuair a thug mo chara mór, Máire Ní Almhain, iasacht leabhar iontach Jean Liedloff “*The Continuum Concept*” ar iasacht dom. Tá sé ráite go poiblí ag agm an Irish Jung Society, ag a n-uachtarán Jassbinder Garnermann, gur cheart do gach duine é a léamh. Bliain nó dhó ina dhiaidh sin, thug sí leabhar iontach eile dom, leabhar Sheila Kippley “*Breastfeeding & Child Spacing – The Ecology of Natural Mothering*”. Bhí an dá leabhar sin i gcló ar feadh 40 bliain, agus tá “*The Continuum Concept*” i gcló i gcónaí.

INSCNE

Tá dearmad bunúsach á dhéanamh le 30-50 bliain i leith inscne. Agus is é an botún sin go n-áirítear cothomaíocht idir a bheith fireann agus a bheith baineann (atá ceart) agus gur ionann a bheith fireann agus a bheith baineann. Gur mar a chéile iad (rud nach bhfuil ceart). Agus gur *cheart* gur mar a chéile a bheith baineann agus a bheith fireann (rud nach bhfuil fíor ná ceart).

CÍOCHA – GNÉ INSCNE AN-TÁBHACHTACH

Sa dán álainn le Seán Ó Ríordáin, file mór Gaeilge na 20ú aoise, ina bhfuil béim ar leith ar an fhocal gile (whiteness, brightness), labhrann sé faoi áilleacht rudai geala a ghealann agus a mhaisíonn an saol, ina measc:

“*gile bainne ag sreang-sileadh as na cíocha*”

ÁLAINN, ÁBHARTHA, ÁDHÚIL AGUS

Tá impleachtaí oll-mhóra leis an míthuiscint ollmhór sin. Is léir go mbíonn broinn ag mná, agus go mbeireann siad páistí. Déanann an míthuiscint seo dearmad faoi caidé tharlaíonn tar éis na breithe. Tá dhá chích ar mhná. Dá mhéid a thugann sí cíoch dá clann, agus dá fhaide, is ea is fearr sláinte na máthar agus sláinte an linbh, ar a feadh a saoil uilig.

EOLAS CEILTE, AINEOLAS FORLEATHAN

Níl an t-eolas sin ag formhór mhuintir na hÉireann. Ag polaiteoirí, ag lucht polasaí, ag múinteoirí, ag dochtúirí, ag banaltraí, ag neonatologists, ag obstetricians, ná ag formhór na health professionals a thugann aire do mháithreacha agus naíonáin sna chéad laethanta. Níl an t-eolas, ná an cuidiú agus an tacaíocht is gá, ar fáil ag formhór ár máithreacha, le leas a bhaint as an tuiscint sin.

MÁITHREACHA TÁIL – A NGÁ LE HEOLAS, LE CUIDIÚ, AGUS LE TACAÍOCHT

Is eol dóibh siúd a dhéanann staidéar ar na cúrsaí sin, gur gá go leor cúnaimh a bheith ar fáil ag máithreacha le linn a dtoirchis, agus chomh luath is a bheirtear an leanbh. Is eol dóibh, chomh maith, go bhfuil gá ag formhór ár máithreacha, le cuidiú, le comhairle eolach, le tacaíocht leanúnach, seasmhach, má tá siad le taitneamh agus sult a bhaint as eispéireas agus le gaol sásúil táil a bheith acu. Níl na rudaí seo ar fáil ag formhór ár máithreacha. *Tá táil nádúrtha. Ach níl sé normálta sa sochaí s’againn.* Agus sin le breis is céad bliain i dteaghlaigh áirithe. Tá ár gcultúr táil caillte againn le idir 50 agus 100 bliain. Tá gá le feachtas trom-chúiseach eolais agus tacaíochta, le go mbeidh ár máithreacha ábalta a naíonáin a chothú go nádúrtha, agus sin go sásúil, go pléisiúrtha (mar a shocraigh Dia), agus go héifeachtach...../successfully.

COMHDHÁIL PHÁIRC AN CHRÓCAIGH: “BREASTFEEDING IN A BOTTLE FEEDING SOCIETY”

Mar nach health care professional mé, ní bhfuair mé cuireadh chuig an chomhdháil tábhachtach seo. Bhí comhdháil i bPáirc an Chrócaigh roinnt blianta ó shin agus an téama aige: “*Breastfeeding In a Bottle-Feeding Society*”. Ba do lucht proifisiúnta amháin é, dochtúirí, banaltraí agus mná chabhartha, etc. Is ar éigin a bhí aon tuairisciú ar an chomhdháil, agus is annamh a luaitear é ó shin.

NÍL AN T-AIRGEAD AG NA HEAGRAÍOCHTAÍ DEONACHA, ná na hacmhainní riachtanacha eile. IS FAOIN RIALTAS ATÁ SÉ RIACHTANAISÍ MÁITHREACHA DEN GHNÉ SEO DÁ N-INSNE A CHOMHLÍONADH. TÁ DUALGAS AR AN RIALTAS ATHRÉIMNIÚ IOMLÁN, A DHÉANAMH AR ÁR GCULTÚR NÁDÚRTHA TÁIL. NÍ LEOR A BHEITH AG BRATH AR EAGRAISÍ DEONACHA, CÉ GUR MAITH ANN IAD. NÍL SÉ CÓIR NÁ CEART GO LEANFADH RIALTAISI ORTHU AG SÉANADH A GCEARTA NÁDÚRTHA AR MHNÁ SA RÉIMSE TÁBHACHTACH SEO DÁ SAOL, AGUS DE SHAOL A NÁIONÁN. IS CAILLTEANAS TROMCHÚISEACH D’ÁR SOCHAÍ UILIG GAN CULTÚR FOLLÁIN BEATHÚ AGUS MUIRNIÚ ÁR NAÍONÁN A ATHRÉIMIÚ AGUS A CHUR AR FÁIL DÚINN UILIG LENA BHUNTÁISTÍ SUNTASACHA, MÓRÁN ACU A MHAIREANN FAD SAOIL AN LINBH AGUS A MHÁTHAR.

Tá grúpaí éagsúla deonach ag iarraidh an t-eolas, an cuidiú, agus an tacaíocht atá de dhith ar mháithreacha lena naíonáin a chothú go nádúrtha, le leath-chéad bliain nó mar sin. Thosaigh an eagraíocht idirnáisiúnta *La Leche League International* (breastfeeding information and support) in Éirinn i 1966, deich mbliana tar éis a bhunaithe i Stáit Aontaithe Mheiriceá (1956). Tá céad “Leader” LLL in Éirinn anois, agus 4,000 ar fud an domhain. Sa bhliain 1986 bhronnadh an World Health Organisation agus UNICEF aitheantas oifigiúil ar LLL D’áithin siad iad mar “the world’s foremost breastfeeding authority”. Níl an t-eolas sin ag formhór na health professionals sa domhan. Fiú na health professionals is mó a bhíonn ag obair le máithreacha ag saolú a gclainne, ná á mbeathú.

BRISEADH CHÓD IDIRNÁISIÚNTA DO MHARGAÍOCHT SUBSTITUTES ??IONADAÍTHE// BHAINNE CÍCHE

An chúis is mó atá leis an aineolas, agus leis an bhearna mhór in oiliúint na health professionals sin, ná margaíocht agressive unethical substitutes do bhainne cíche. Agus sin d’ainneoin dícheall na Náisiún Aontaithe, agus go leor grúpaí deonacha. I measc lucht an eolais, bhí cáil ar an Seanadóir Ted Kennedy as dianscrúdú a chur ar chuid de na corporáidí is mó sa domhan, [REDACTED], os comhair coiste de chuid UNICEF. Is é an chúis ar glaodh ar an chorporáid seo le go bhfiosrófaí a gcuid mí-ghníomhartha, ná go raibh siad ag briseadh an litir agus an spiorad taobh thiar den

International Code for the Marketing of Breastmilk Substitutes. Ní uair amháin a bhí [REDACTED] “sa chúirt” ach dhá uair.

OLLCHUMHACHT NA GCORPORÁIDÍ OLLMHÓRA

Tá cumhacht chomh mór sin ag corporáidí ollmhóra le *aggressive and unethical marketing* a dhéanamh, gur deacair ag rialtaisí coinsiasacha iad a throid. Bíonn buiséid ollmhór ag na comhlachtaí sin, agus thig leo níos mó airgid a chaitheamh ag margáiocht a gcuid táirgí marfacha ná thig le mórán rialtaisí a chaitheamh ar oideachas, oilúint, etc. a chuirfeadh ina gcoinne.

“THE BABY KILLERS” [REDACTED], [REDACTED], [REDACTED], AGUS NA 823,000 PÁISTÍ FAOI CHÚIG BLIANA A FHAIGHEANN BÁS GACH BLIAIN DE BHARR NÁR TUGADH CÍOCH DÓIBH

An lánúin jJelliffe & Jelliffe, bhí siad ar na chéad taighdeoirí a chonaic chomh marfach is atá margáiocht [REDACTED], [REDACTED] agus comhlachtaí nach iad, ag brú “breastmilk substitutes” ar mhná nach bhfuil fios a mhalairte acu. Agus ar health professionals ditto. Is féidir suimiú gonta a léamh faoin scéal uafásach seo i leabhar Gabrielle Palmer *The Politics of Breastfeeding – When Breasts Are Bad for Business*, agus an leagan ciorraithe de a d’fhoilsigh Pinter & Martin sa UK: “*Why The Politics of Breastfeeding Matters*”. Bhí 2,000,00 páiste ar fud an domhain ag fáil bháis *gach bliain* go dtí tuairim is deich mbliana ó shin, mar nach dtug a máthair cíoch dóibh. Buiochas do Dhia, le mór-iarrachtaí UNICEF agus W.H.O. tá an líon titthe anois go dtí 823,000 páiste faoi chúig bliana gach bliain. Mar a dúirt Sr. Stanislaus (Stan) Kennedy le gairid: “*The Market Has No Conscience.*”

NÍ LEIS AN DOMHAN BOCHT AMHÁIN A BHAINNEANN AN CHEIST SEO

Faigheann os cionn 900 babaí bás gach bliain i Stáit Aontaithe Mheiriceá gach bliain anois, mar nár thug a máthair cíoch dóibh. Páistí nach dtugtar bainne cíche dóibh sa domhan bocht, tá baol 25% go bhfaighidh siad bás go hóg dá bharr. Páistí sa Bhreatain nach dtugtar cíoch dóibh, tá baol 10% go bhfaighidh siad bás go hóg dá bharr. Tá méadú suntasach, chomh maith, ar bhaol báis na máthar, mura dtugann sí cíoch dá leanbh. Mar shampla, tá baol níos mó go bhfaighidh sí bás níos óige ó cheann amháin, nó níos mó, de na cúiseanna seo a leanas: ailse brollaigh, ailse broinne, taom croí, anaemia, osteoporosis, agus go leor leor eile.

NÍ AR MHÁITHREACHA ATÁ AN LOCHT

Tá sé fíor-thábhachtach nach gcuirtear an locht ar mháithreacha. Ní orthu atá an locht. Ní haon mhaith a bheith ag caitheamh ama, dua, agus fuinnimh ag cur locht. Is ag iarraidh réitigh a ba cheart dúinn a bheith. Ag díriú ar cén dóigh ar gá eolas, cuidiú agus tacaíocht a thabhairt do mháithreacha. Tá gach máthair ar a dícheall ag iarraidh an rud is fearr a dhéanamh dá leanbh.

BOYCOTT [REDACTED]

Ba cheart do gach saoránach a bhfuil oideachas uirthi/air iad féin a chur ar an eolas faoi seo, agus bheith dílis don boycott.

IS DÚSHLÁN MÓR ÁR GCULTÚR TÁIL A ATHRÉIMIÚ

Mar a d’aontaigh an comhdháil sin i bPáirc an Chrócaigh, gan amhras, tá dúshlán mór romhainn. Taa na figiúirí ag bisiú. Tugann os cionn 50% de mháithreacha cíoch dá naíonáin nuabheirthe in Eirinn anois, don chéad uair le 50-70 bliain.

MOLTAÍ W.H.O./UNICEF

Sa bhliain 1992, rinne W.H.O. agus UNICEF lánseáil ar phoject mór úr. Is é an t-ainm a bhí ar an project: *The Joint Breastfeeding Initiative.*

BÉARLA AS SEO AMACH

BREAST MILK SUBSTITUTES CAUSE HEALTH DAMAGE TO BABIES & TO MOTHERS

The quickest way to learn about just how much damage is to read Gabrielle Palmer's two books, starting with "*Why Breastfeeding Matters*", which is a shortened version of *The Politics of Breastfeeding – Why Breasts Are Bad for Business*. As the wonderful Sr. Stanislaus Kennedy said: "*The market has no conscience.*"

BREASTFEEDING CARRIES NO CARBON FOOTPRINT

Enough said!!!!!!!!!!

HOW BREASTFEEDING EMPOWERS WOMEN

For the first six months, or so, the only food, or fluid a baby needs is his mother's milk. Indeed The World Health Organisation and UNICEF, in their *Joint Breastfeeding Initiative* are at pains to recommend "*exclusive breastfeeding*" (no other food, fluid, or artificial suckling (bottles, teats, dummies) for the first six months. This is because science shows it is the optimal way to feed a baby, and to protect his immune system. After that they recommend full unrestricted breastfeeding "*into the second year and beyond*". These two Key Recommendations were adopted by all the world's foremost paediatric authorities, for example the American Academy of Pediatrics. It is very empowering for a woman to know that her baby's complete nutrition in the first six months comes/came solely from her own body. She can take great pride in being the sole provider of his complete and sole nutrition, the optimal baby milk, the optimal baby food. She alone can take the credit for growing her baby, protecting him from infection, and giving him the best possible food and fluid. As well as the best immune protection, through exclusively breastfeeding him for those crucial months. Not only does baby thrive on exclusive breastfeeding for the first six months, with optimal nutrition, hydration, immune function, and so much more, mother also enjoys many significant health benefits, by giving her baby her milk, exclusively in those crucial first six months. Many of the ways mothers benefit continue lifelong.

For six months, when exclusively breastfeeding, UNICEF is on record that no other method of family planning is required. In fact they state that breastfeeding spaces more babies worldwide, than all other methods combined. This is quoted by a former UNICEF worker, Gabrielle Palmer, author of the powerful books referred to above.

After six months, mothers trained in very accurate methods of family planning, such as the sympto-thermal method, can use breastfeeding in conjunction with the Lactation Amenorrhoea Method (LAM) through which they can recognise the returning symptoms of imminent resumption of menstruation and ovulation, at no cost, and without any hardware. See Sheila Kippley. In my own case, this happened after my first baby, when he reached eleven and a half months, after my second baby at twenty three and a half months, and after my third at 18 months. With optimal breastfeeding, the average return of ovulation/fertility/menstruation is at 14 months. See Sheila Kippley. These facts are a wonderful boon, particularly to poor women worldwide, who could not afford artificial methods of family planning, even if they wanted to use them. It is very good for women to have this knowledge about their body.

OPTIMAL BREASTFEEDING PROTECTS BABIES OPTIMALLY

The UK UNICEF website has recently used the term "*suboptimal breastfeeding*" increasingly. A major aspect of suboptimal breastfeeding is when any substitution is made for breastfeeding. Breastfeeding substitutes (Formula) are increasingly shown to damage both babies' and women's health. Great researchers on this very important subject include Jelliffe & Jelliffe, authors of *The Baby Killers*, and Sue Gerhardt, authority on maternal and infant depression. The research which was monitored by The World Health Organisation & UNICEF and published, at the launch of their *Joint Breastfeeding Initiative*, as the book "*Protecting, Promoting, Supporting Breastfeeding*", shows clearly the major differences between optimal breastfeeding, and suboptimal breastfeeding,

and their implications for mothers' and children's health, many aspects continuing lifelong, for example the reduced risk of obesity.

"AN t-ATHRÚ CREIDIMH"/THE CHANGE OF RELIGION

I use this old historical term to refer to the change from breastfeeding to bottlefeeding in Ireland. This happened mainly during the 20th century. Though not sudden, it was an absolutely seismic shift. There are huge implications for public health, public finance, and many other factors. Most people in Ireland are quite unaware of these implications. And how important it is to restore our breastfeeding culture for the benefit of all our citizens. This is a massive task which requires significant government input. The National Breastfeeding Committee of the Dept. Of Health needs **teeth**.

HOW OPTIMAL BREASTFEEDING PROTECTS WOMEN OPTIMALLY

By breastfeeding as W.H.O./UNICEF recommends, following their extensive monitoring of the scientific research, women are healthier, lifelong. The longer they breastfeed, the greater their protection from illness, disease, and serious conditions. A major study from China showed this dramatically.

LE SUIMIÚ - A WORD FROM THE WORLD BANK ON THE VITAL IMPORTANCE OF BREASTFEEDING

Críochnóidh mé leis an ráiteas seo:

"Breastfeeding may be the single most effective investment a country can make in any sector for any reason."

Keith Hansen, Global Vice President, World Bank 2015.

LEABHARLIOSTA/BIBLIOGRAPHY

Ní thugaim aseo ach an t-údar agus an teideal do gach leabhar. Thig liom bliain foilsithe, agus ainm na bhfoilsitheoirí a chur ar aghaidh chugaibh, ach é a iarraidh.

Biddulph, Steve: *Raising Babies – Why Your Love Is Best/Should Under-Threes Go to Nursery*

Gerhardt, Sue: *Why Love Matters – How Love Grows a Baby's Brain* [DEIMHNIGH]

Jelliffe & Jelliffe: *The Baby Killers*

Kippley, Sheila: *Breastfeeding & Child spacing – The Ecology of Natural Mothering*

La Leche League International: *The Womanly Art of Breastfeeding* (8th edition)

Liedloff, Jean: *The Continuum Concept* (different subtitles in different editions).

Thevenin, Tine: *Mothering & Fathering - The Gender Difference in Child Rearing/Parenting*

[SEICEÁIL TEIDEAL AGUS FOTHEIDEAL

Minchin, Maureen: *Breastfeeding Matters -*

Palmer, Gabrielle: *The Politics of Breastfeeding – When Breasts Are Bad for Business*

Palmer, Gabrielle: *Why Breastfeeding Matters*

TERMS

Optimal breastfeeding/biologically normal breastfeeding: this confers optimal benefits to mother and baby. Some of the benefits continue lifelong. It can be summarised in the two Key Recommendations of the W.H.O./UNICEF *Joint Breastfeeding Initiative*

Suboptimal breastfeeding: This term is increasingly used in the bulletins of the UK UNICEF BABY-FRIENDLY website.

sustainable breastfeeding:

sustainable mothering:

ACMHAINNÍ TÁBHACHTACHA SEACHAS LEABHAIR

COISTE NÁISTIÚNTA TÁIL NA HÉIREANN/NATIONAL BREASTFEEDING COMMITTEE (IRELAND)

Is leis an Roinn Sláinte a bhaineann an Coiste tábhachtach seo. Go háirithe Mary Bird. Tá seirbhís leitheadach, fada, tugtha ag Mary do mháithreacha, go pearsanta, agus go náisiúnta, le dhá scór bliain, ó thaobh táil de. Oibrí sóisialta, sular rugadh a clann. Níorbh fhada di ina grúpa áitiúil de La Leche League (LLL), nuair a fuair sí oiliúint mar “Leader” le LLL. Níorbh fhada arís gur ceapadh í ina Area Leader do Leaders LLL san Eoraip uilig. Ceapadh í ar an Choiste Náisiúnta Táil, agus ar choiste táil UNICEF in Éirinn. Bean chumasach, eolach, ábalta, a bhfuil na heagrais sin uilig go mór faoi chomaoin aici.

BANC BAINNE CÍCHE NA hÉIREANN. IRELAND’S ONLY BREAST MILK BANK SAVES THE LIVES & HEALTH OF VERY SICK BABIES – AN ALL-ISLAND SERVICE

Tá an Breastmilk Bank i gCo. Fhear Manach. Na mná a bhronnann bainne cíche spártha ar an Bhanc seo, agus na marcaigh motorbike a thugann é go dtí babainí in otharlanna ar fud na tíre, is laoch gach marcach acu, a shábháileann beatha agus sláinte naíonán nach mairfeadh dé cheal.

FOIRNE IONAD MÁITHREACHAIS A CHUIREANN I BHFEIDHM AN CLÁR “THE BABY-FRIENDLY HOSPITAL” Ó W.H.O./UNICEF

Sampla an-mhaith de na daoine iontacha seo an fhoireann máithreachais in Oispidéal Ollscoile Luimní. Tar éis an clár Baby-Friendly a chur i bhfeidhm san oispidéal, chuir siad deireadh leis an ghalar marfach *necrotising enteritis (nec)*, a mharaíonn naíonáin nuabheirthe. Agus rinne siad an éacht sin taobh istigh de chupla bliain. Chuala muid an nuacht iontach sin ag Comhdháil La Leche League na hÉireann.

World Breastfeeding Trends Initiative (WTi)

AISTRIÚCHÁN/TRANSLATION OF THIS DOCUMENT

On request I would be happy to supply a translation of this document, as I have seen too much gobbledeegook in Google translations, and even in official translations from Irish, which are often unintelligible. The above requires very accurate and knowledgeable translation, to be meaningful. I would need to be free for a few days to carry out that task, and consequently to be given adequate notice. The subject is too important for inadequate translation.

FOCLÓIRÍN/GLOSSARY

“An t-Athrú Creidimh”/”The Change of Religion”: By this, I mean the seismic change from natural breastfeeding to artificial feeding in Ireland, as in all the Western English-speaking countries. I use this old historical term as it vividly conjures up, in this context, what an enormous change it was, and the enormous consequences for mothers’ and babies’ health, for our country’s finances, for our “Illhealth” system.

Cíoch – breast (the HSE).

Bainne cíche – breast milk

Cáin-íocóirí - tax-payers

Máthair táil – a breastfeeding/nursing mother

Naíonán – infant/baby

Leanbh/páiste - child

Tál – breastfeeding. The word “cothú” is also used, just as “feeding” is, with the specific meaning of breastfeeding. And even the simple phrase “ag tabhairt bainne do ...”

Ag tál bainne – providing milk from the breast; feeding, breastfeeding, suckling (American English: nursing).

Tionól na Saoránach – The Citizens’ Assembly.

DEIREADH
