

# Sýnum mjólkandi mæðrum stuðning

**Huld Hafliðadóttir skrifar um brjóstagjöf ungbarna**

Alþjóðlega brjóstagjafavikan er nú í fyrsta skipti fornlega haldin hátíðleg á Íslandi. Þema vikunnar í ár er *Stuðningur við móður: stefnum saman á toppinn* og með þessu slagorði leitast skipuleggjendur brjóstagjafavikunnar og WABA (world alliance for breastfeeding action) eftir auknum stuðningi við mjólkandi mæður. Að umhverfi þeirra bjóði upp á að brjóstgjöf sé eina fæða ungbarna til sex mánaða aldurs og svo með fjölbreyttum og næringarríkum mat til tveggja ára aldurs og jafnvel lengur, eins og Alþjóða heilbrigðisstofnunin (WHO) mælir með.

## Hvers vegna brjóstgjöf?

Pegar dóttir mín fæddist, fyrir rúmum 9 mánuðum, vissi ég sama og ekkert um brjóstgjöf. Ég hafði jú ákveðið með sjálfri mér að hafa barnið á brjósti, en ástæðan var einfaldlega sú að mér virtist það svo mun þægilegra en hita pela með þurrmjólk.

Áður en ég átti barnið hafði ég litla hugmynd um hversu mikilvæg móðurmjólkinn er ungbarni fyrstu dagana, vikunnar, mánuðina, jafnvel árin. Ég vissi ekki að brjóstamjólk innihéldi um 300 efni (mótefni, ensím, hormón, auk vítamína og næringarefna) sniðin að þörfum ungbarnsins og alla þá næringu sem barnið þarf fyrstu 12 mánuðina (til viðmiðunar inniheldur þurrmjólk 30 af þessum efnum).

## Stuðningur og réttar upplýsingar

Pegar kom að því að leggja barnið á brjóst í fyrsta skipti var það bara alls ekki svo auðvelt! Hvað var um að vera? Af hverju byrjaði þessi litla vera ekki bara að sjúga eins og öll nýfædd börn áttu að gera? Hvers vegna hafði enginn látið mig vita að þetta yrði svona mikið bras? Hvers



Huld Hafliðadóttir

vegna hafði enginn sagt mér að þetta tæki svona á andlegu hliðina? Eða hafði einhver sagt mér það? Ég veit það ekki enn í dag og þó svo að einhver hefði sagt mér frá þessu öllu saman áður en barnið kom í heiminn hefði ég ekki skilið það. Einfaldlega vegna þess að ég gat ekki sett mig í spor nýbakaðrar móður, fullrar af nýjum tilfinningum og upplifunum, ásamt öllu því óöryggi sem fylgir því að hefja fyrstu brjóstgjöfina.

Þess vegna tel ég stuðning frá upphafi og til loka brjóstgjöfar mjög mikilvægar. Réttar upplýsingar skipta einnig sköpum. Í dag er vitað meira um brjóstgjöf heldur en fyrir 20 árum, en það virðist, því miður, ganga hægt að koma þeim upplýsingum áleiðis til þeirra sem þurfa þeirra með, þ.e. til nýbakaðra mæðra. Þeir sem næst standa vilja allt gera til að létta undir með nýju móðurinni. Henni eru gefin hin og þessi ráð, sem því miður eiga ekki alltaf við rök að styðjast og gætu auk þess átt lítið skylt við brjóstgjöf. Til dæmis má nefna hinar óteljandi fæðutegundir sem mjólkandi móðir ætti að forðast, til þess að barnið fái síður í magann. En það sem færir virðast vita er að það er í undantekningartilvikum sem mataræði móður hefur áhrif á það hvort barnið „fái í magann“ eða ekki (og þá helst af völdum óþols og/eda ofnæmisvalda eins og kúamjólkur eða jafnvel fisks). Ungbörn fá oft svokallaða vindverki, sem eiga lítið skylt við lauk, kál, krydd eða annað sem móðirin gæti hafa borðað, þar sem fæðan sem hún innbyrðir er brotin niður í örsmáar einingar og aðeins valinn hluti af henni berst í móðurmjólkina. Það er því ekki á óöryggi móðurinnar bættandi að hún þurfi að tipla á tánun yfir því hvað hún megi eða megi ekki borða.

## Gamlar mýtur um brjóstgjöf

Hinar og þessar mýtur lifa því miður enn góðu lífi, þrátt fyrir bættar upplýsingar.

## » Stuðningur við mjólkandi mæður frá upphafi til enda brjóstgjöfar er undirstaða farsællar brjóstgjöfar.

Ein sú stærsta sem ég hef orðið vör við er á þá leið að næringarefni móðurmjólkurinnar hverfi eftir að barnið nær 6 mánaða aldri. Að mjólkinn verði einfaldlega óþörf, jafnvel óholl og að tími sé kominn til að gefa eitthvað annað í staðinn. Eins og um sé að ræða einhverja töfrastund þegar barnið þarf ekki lengur á þeim næringar- og mótefnum að halda sem móðurmjólkinn inniheldur. Að mjólk úr öðru, mun stærra og ólíku spendýri sé jafnvel betri kostur. Þetta gæti ekki verið fjær lagi. Við lifum á tímum upplýsinga og rannsóknir á brjóstamjólk hafa sýnt að næringargildi mjólkurinnar rýrnar ekki eftir því sem barnið eldist. Hins vegar breytist samsetning mjólkurinnar og aðlagast aldri barnsins. Meðallengd brjóstgjöfar í heiminum er 4,2 ár, þrátt fyrir að við Vesturlandabíur drögum meðaltalið ansi langt niður með okkar fremur stuttu brjóstgjöfum, sem léttilega má rekja til nútímavæðingar og tímalýsis. Alþjóða heilbrigðisstofnunin (WHO) mælir með brjóstgjöf einni og sér til 6 mánaða og brjóstgjöf með fjölbreyttri fæðu til 2ja ára aldurs eða lengur.

Stuðningur samfélagsins alls við mjólkandi móður getur skipt sköpum, mjólkandi móðir sem fer út á vinnumarkað eftir barneignarleyfi á ekki að þurfa að hætta brjóstgjöf, mjólkandi móðir á ekki að þurfa að fara afsíðis til að gefa barni sínu bestu fæðu sem völ er á og mjólkandi móðir þarf hvorki á röngum og óviðeigandi upplýsingum né gagnrýni að halda.

*Sýnum mjólkandi mæðrum stuðning frá upphafi til enda.*

Með brjóstgjöfavegju.

Höfundur er móðir og áhugamanneskja um brjóstgjöf.

# Hvar var eldvarnaeftirlitið?

**Páll Torfi Ónundarson skrifar um stjórn efnahagsmála**

Á ÍSLANDI hefur ríkt fölsk velmegun um árabil fyrir tilstilli fjárglæframanna. Afleiðing gerða þeirra hefur nú leitt til efnahagsbruns samfélagsins, almennings ekki síður en glæframanna sjálfra. Orsök kreppunnar á Íslandi er ekki upprunnin í Ameríku heldur er hún sú, að svokallaðir íslenskir bankamenn breyttu innlendum innlánsstofnunum Íslendinga í alþjóðlega braskbanka. Braskbankarnir nýttu sér ódýr skammtalán erlendis og hleyptu gríðarlegu fjármagni inn í landið auk óábyrgis fjárusturs erlendis. Þeir endurlánuðu hluta fjármagnsins almenningi, sem langtímalán, og stundum í erlendri mynt, sem var stórvarasamur gjörningur. Þeir stofnuðu til erlendra skulda, sem eru tífold þjóðarframléiðslan. Bankamannaskulda en ekki þjóðarskulda. Ætluðu þeir nokkurn tíma að standa í skilum? Afleiðing fjármagnsflóðsins varð skortur á öllu verðskyni innanlands. Innstreymi peninganna hleypti upp verði fasteigna og hlutabréfa í hæstu hæðir. Sannkallaður Babelsturn var reistur bóks taflega beint upp í skýin. Að auki stofnuðu braskararnir til skuldbindinga erlendis vegna innlánsreikninga í Englandi og víðar – að því er virðist án viðnandi innlánstrygginga. Ábyrgðarleysið og græðgin réð för og margir hrifust með. Allavega sumir braskaranna seldu kauprétt-



Páll Torfi Ónundarson

## » Hvernig stendur á því að óreiðumönnum var gefinn laus taumur, þrátt fyrir viðvaranir kunnugra og þ.á m. sjálfs seðlabankastjórans

ist það með núverandi aðgerðum þótt sársaukafullar séu. En hvernig gat þetta skeð? Sé ástandinu líkt við eldsvoða af völdum brennuvarga í bönkunum þá hlýtur að verða að svara einnig þeirri spurningu hvort eldvarnaeftirlitið hafi brugðist? Hvernig stendur á því að óreiðumönnum var gefinn laus taumur, þrátt fyrir viðvaranir kunnugra og þ.á m. sjálfs seðlabankastjórans, sem varaði við og þuldi Passíusálminn um ágirndina sem undirrot allra lasta. Voru engar eldvarnir? Var það Fjármálaeftirlitið, sem brást? Var það Alþingi og ríkisstjórn? Þessu verður að svara skjótt og vel. Undan því er engin leið.

Höfundur er yfirlæknir blóðmeinafræðideildar Landspítala og dósent í blóðsjúkdómum við læknaeild HI.

# Sitt er hvað evra og ESB

**Stöndum saman andspænis vandamálinu segir Jón Helgi Egilsson**



Jón Helgi Egilsson

Á ÖGURSTUNDU í íslensku efnahagslífi ákváðu stjórnvöld í Bretlandi að frysta eigur Landsbankans þar í landi. Bretar beittu fyrir sig lögum gegn hryðjuverkum. Líkur eru á að þessi aðgerð hafi átt stóran þátt í að koma stærsta banka Íslands, Kaupþingi, í þrot og auka tjón Íslands mun meira en nauðsynlegt var.

Bretar beittu ákvæðum í lögum gegn hryðjuverkastarfsemi og meðhöndla þar með Íslendinga á þeim sama grunni. Eftir þetta er erft að tala um Breta sem „vinaþjóð“. Í íslensku sögulegu samhengi njóta Bretar sérstöðu meðal þjóða heimsins. Bretland er eina landið sem við höfum slitið stjórnmálasambandi við í átökum. Það var í þorskastríðinu snemma árs 1976. Það er í fyrsta og eina skiptið sem eitt Nató-ríki hefur slitið stjórnmálasambandi við annað Nató-ríki.

Í stærra samhengi og í öllu fárinu um mikilvægi þess að verða hluti af ESB þá hlýtur maður að spyrja sig hvort við óskum þess að vera háð t.d. Bretum sem smáþjóð innan ESB? Er það skynsamlegt að vera háður valdabóði, regluverki og duttlungum

## » Með því að lækka bindiskylduna með vinstri hendinni blés seðlabankastjóri upp verðbólguþál sem hann sagðist svo slökkva með stýrivöxtum hægri handar.

seðlabankastjóri axlar sína ábyrgð kemur í ljós.

## Forvörn gegn öðrum lausafjárforaldri

Íslendingar liggja nú í fletinu með ferleg fráhvarfseinkenni, sama hvort þeir fóru á lausafjárlylri eða forúðst lánin. Ríkið mun með miklum tilkostnaði mýkja lendingu lausafjáríklanna sem eins og allir fíklar ætla aldrei aftur á hausinn. Forvörnina er að finna í AA-bók lausafjáríklilsins „The Austrian Theory of the Trade Cycle“ úr röð austurrísku hagfræðinnar sem fyrir „þynnkuna miklu“ upp úr 1929 spáði fyrir um þynnuáhrif bankakerfis sem margfaldar lausafé.

## Heilbriggt efnahagslíf

Eftir að við venjum okkur af lausafé sem hægt er að margfalda og lærum að vernda verðgildi verðmæta okkar í eðalmálmum og öðru sem ekki er hægt að margfalda í bankakerfinu munum við lífa heilbrigðu (efnahags)lífi.

Höfundur er viðskiptafræðinemi.

# Lausafjármagns fíklarnir

**Jón Þór Ólafsson skrifar um lausafé**

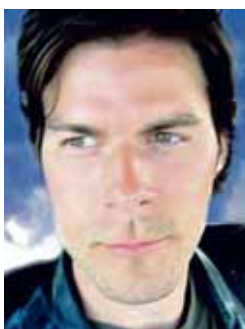
ÁÐUR en amfetamín varð ólöglegt keypti amma mín megrunarpillur sem voru svo hressandi að hún festi ekki svefn í tvær nætur. Næsta dag fleygði hún pillunum og var rúmíöst í tvo daga. Á þessum árum ánetjast margt grunlaust fólk þessum pillum.

## Lausafjárforaldurinn

Í dag höfum við grunlaus ánetjast ódýru lausafé sem sprautaðist inn í efnahagslífið í gegnum viðskiptabankana og blés upp bólu á húsnæðismarkaði. Við vorum grunlaus að þessir peningar myndu margfaldast í bankakerfinu með svokallaðri „bindiskyldureglu“. Seðlabankans og skómmum tíma valda mikilli verðbólgu sem legðist ofan á vexti húsnæðislána með tilheyrandi gjaldþrotum og efnahagshruni. Þetta kennir hagfræði 101.

## Götusalar lausafjárins

Lögfræði 101 segir að fasteignasalar séu lagalega skuldbundnir að skýra kaupendum frá termítum sem munu valda þeim fjárhagstapi, ef þeir vita af vægustunum. Annað er glæpsamlegt svindl. Maður hefði haldið að stjórndendur banka sem selja (lána) lausafé á vöxtum væru lagalega skuldbundnir að skýra kaupendum frá því að verðbólga sem sigldi



Jón Þór Ólafsson

óhjákvæmilega í kjölfar svo mikilla húsnæðislána myndi valda þeim fjárhagstapi, ef þeir vissu af vægustunum. Þeir ættu ekki að framreikna 40 ára lán og láta sem verðbólga muni líklega verða lítil. Á þetta þarf að reyna fyrir dómstólum og verði stjórnendur dæmdir sekir um svindl eiga þeir að dúsa í steininum.

## Hin sýnilega hönd

## lausafjárkreppunnar

Lítið mun breytast með nokkra götusala bak við lás og slá ef ekki er lítið á hver leyfði þeim að margfalda allt þetta lausafé. Lög um seðlabanka leyfa seðlabankastjóra að stýra lágmarksvöxtum og bindiskyldu bankanna. Ef seðlabankastjóri lækkar bindiskylduna leyfir það þóknunum að margfalda lausafé sem á skómmum tíma skilar sér í aukinni verðbólgu. Til að ná verðbólgunni niður getur hann svo hækkað stýrivexti, sem er nákvæmlega það sem hann gerði. Með því að lækka bindiskylduna með vinstri hendinni blés seðlabankastjóri upp verðbólguþál sem hann sagðist svo slökkva með stýrivöxtum hægri handar. Seðlabankastjóri hafði í hendi sér að minnka margföldun lausafjár en lét frekar vinstri höndina margfalda það meira og hægri höndina ekkert vita. Menn eru ábyrgir fyrir fyrirsjálegum afleiðingum gjörða sinna. Hvort

Höfundur er háskólakennari.