Град Нови Сад
Градска управа за здравство

И З В Е Ш Т А Ј

О РЕАЛИЗАЦИЈИ ПРОГРАМА ПРОНАТАЛИТЕТНЕ ПОПУЛАЦИОНЕ ПОЛИТИКЕ ЗА 2025. ГОДИНУ

Правилником о начину и поступку доделе средстава из буџета Града Новог Сада за програме и пројекте из области здравства ("Службени лист Града Новог Сада", бр. 9/12, 3/14, 27/14, 9/19, 40/21 и 15/24), предвиђени су програми и пројекти које реализују стручна саветодавна радна тела Градоначелника Града Новог Сада, међу којима је и Програм пронаталитетне популационе политике.

Програм пронаталитетне популационе политике реализује Градски одбор за пронаталитетну популациону политику путем пројеката који имају за циљ усвајање потребних знања из области заштите и унапређења репродуктивног здравља, као и подстицање примене развојно примереног и одговорног понашања и изградњу одговорног односа према планирању породице.

На предлог Градског одбора, Градоначелник је донео Програм пронаталитетне популационе политике за 2025. годину ("Службени лист Града Новог Сада", број 15/25).

Средства за реализацију пројеката пронаталитетне популационе политике обезбеђена су Одлуком о буџету Града Новог Сада за 2025. годину, у укупном износу од 5.000.000,00 динара.

У складу са Правилником о начину и поступку доделе средстава из буџета Града Новог Сада за програме и пројекте из области здравства, Градски одбор за пронаталитетну популациону политику је, након добијања сагласности Градоначелника Града Новог Сада расписао Јавни конкурс за доделу средстава из буџета Града Новог Сада за реализацију пројеката пронаталитетне популационе политике за 2025. годину, који је објављен у „Службеном листу Града Новог Сада“ и на званичној интернет презентацији Града Новог Сада.

Јавним конкурсом је утврђено да су пројекти пронаталитетне популационе политике који ће се финансирати из буџета Града Новог Сада у 2025. години:

1) пројекти едукације младих о репродуктивном здрављу

Пројекти едукације младих имају за циљ усвајање здравих стилова живота, очување здравља и правилан развој младих путем изградње позитивних ставова према породици и рађању, њихово информисање о променама које се дешавају у пубертету у циљу едукације о безбедном сексуалном понашању и заштити репродуктивног здравља, као и мотивисање младих за одговорно и безбедно сексуално понашање.

2) пројекти заштите репродуктивног здравља

Пројекти заштите репродуктивног здравља имају за циљ очување, унапређење и заштиту репродуктивног здравља жена у репродуктивном периоду како би се свакој трудници, породиљи и новорођенчету обезбедио највиши могући степен здравствене заштите и очување, унапређење и заштиту репродуктивног и сексуалног здравља младих.

Право учешћа на Јавном конкурсу имале су здравствене установе чији је оснивач Република Србија или Аутономна Покрајина Војводина и чије је седиште на територији Града Новог Сада.

Поступак Јавног конкурса, у складу са Правилником, спровео је Градски одбор за пронаталитетну популациону политику и у току 2025. године реализовано је 12 пројеката.

1) У циљу унапређења репродуктивног здравља младих кроз подизање нивоа знања о ХПВ инфекцији и ризицима о сексуално преносивим инфекцијама, Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је пројекат „Знањем до унапређења репродуктивног здравља адолесцената 2025.“.

Основни циљ пројекта био је пружање правовремених и тачних информација младима о кључним аспектима репродуктивног здравља. Едукација је обухватила следеће теме:

- Грађа и функција репродуктивних органа,
- Улога емоција у развоју и односима,
- Најчешћи поремећаји репродуктивног здравља код младих (нежељена трудноћа и полно преносиве инфекције), и
- Методе превенције и очувања здравља.

Пројекат је успешно спроведен кроз серију радионица у основним и средњим школама на територији Града Новог Сада

Основне школе: 50 радионица којима је обухваћено 600 ученика седмих и осмих разреда.

Средње школе: 30 радионица са 200 ученика првих разреда.

У пројекту је учествовало укупно девет образовних установа:

Основне школе:

- ✓ „Васа Стајић“,
- ✓ „Иван Гундулић“,
- ✓ „Иво Андрић“ (Будисава),
- ✓ „Десанка Максимовић“,
- ✓ „Јован Дучић“ и
- ✓ „Душан Радовић“

Средње школе:

- ✓ Школа за дизајн „Богдан Шупут“,
- ✓ ЕТШ „Михајло Пупин“, и
- ✓ Средња балетска школа

Пројекат је кроз укупно 80 радионица омогућио да 800 младих стекне неопходно знање и вештине за одговорно понашање и заштиту сопственог репродуктивног здравља у критичном периоду адолесценције.

За реализацију овог пројекта из буџета Града Новог Сада издвојено је и укупно утрошено 303.210,00 динара.

2) У циљу унапређења репродуктивног здравља ученика четвртих разреда основних школа и подизања нивоа знања о пубертету, Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је Пројекат „Шта знам о пубертету 2025“. Пројекат је фокусиран на припрему ученика за предстојеће физиолошке и емоционалне промене. Кроз предавања и радионице, обрађене су кључне теме:

- Телесне промене: Разумевање процеса сазревања под утицајем хормона (тестостерон код дечака; естроген и прогестерон код девојчица) и улога хипофизе.
- Физички развој: Појава секундарних полних карактеристика, нагли пораст телесне висине, промене у саставу ткива и развој мишићног и кардиоваскуларног система.
- Емоционално сазревање: Психолошке промене које прате улазак у пубертет.

Одржано је укупно 80 радионица и едуковано је 1000 ученика четвртих разреда основних школа. Ученици су кроз стручна објашњења добили јасну слику о томе зашто и како се њихово тело мења. Посебан акценат стављен је на то да пубертет код девојчица типично почиње између 8. и 14. године, а код дечака између 10. и 14. године, те да је реч о природном процесу развоја снаге, издржљивости и емоционалне зрелости.

Пројекат је реализован на територији Града Новог Сада и околине у следећим школама:

- ✓ ОШ „Михајло Пупин“ (Ветерник)
- ✓ ОШ „Васа Стајић“
- ✓ ОШ „Иван Гундулић“
- ✓ ОШ „Соња Маринковић“
- ✓ ОШ „Јожеф Атила“
- ✓ ОШ „Мирослав Антић“ (Футог)
- ✓ ОШ „Јован Јовановић Змај“
- ✓ ОШ „Петефи Шандор“
- ✓ ОШ „Иво Андрић“ (Будисава)
- ✓ ОШ „Жарко Зрењанин“

За реализацију овог пројекта из буџета Града Новог Сада издвојено је и укупно утрошено 303.305,00 динара.

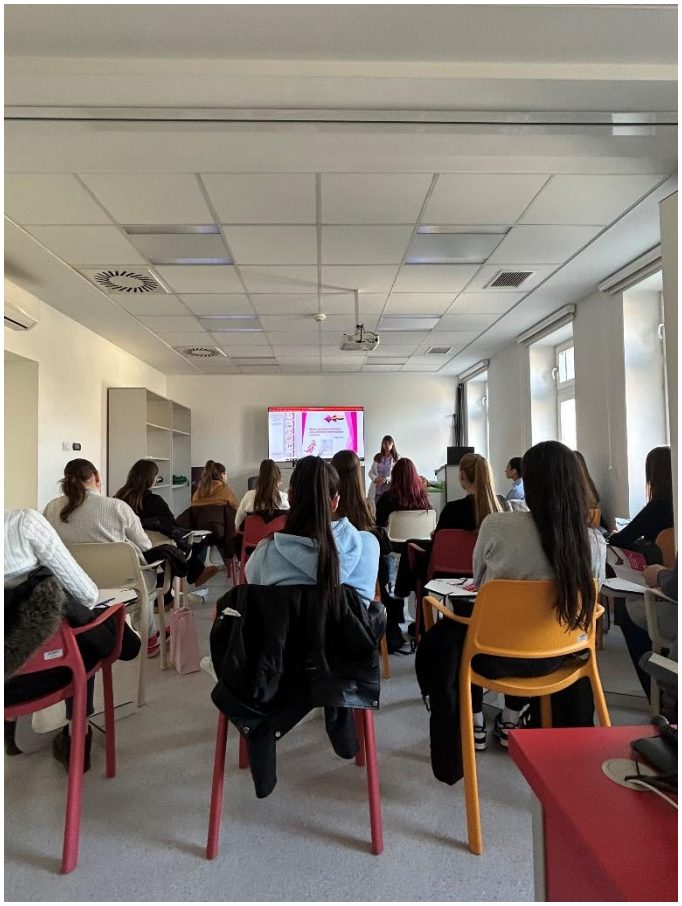
3) Пројекат„Превенција малолетничке трудноће 2025. године“ Дома здравља „Нови Сад“ Нови Сад је покренут као одговор на забрињавајућу статистику која Србију сврстава у сам врх европске листе по броју малолетничких трудноћа и абортуса. С обзиром на то да је скоро сваки трећи адолесцент у Србији сексуално активан до 19. године, едукација о репродуктивном здрављу постављена је као приоритет за очување здравља популације. Спроведено је 12 интерактивних радионица у просторијама Градског центра за унапређење репродуктивног здравља са фокусом на:

- ✓ Информисање о последицама раног ступања у сексуалне односе.
- ✓ Стицање знања о методама заштите од нежељене трудноће.
- ✓ Превенцију полно преносивих болести.

Едукацијом су обухваћене адолесценткиње старости од 15 до 18 година, конкретно ученице средњих медицинских школа „7. април“ и „Доситеј Обрадовић“ (смерови: медицинска сестра-техничар, гинеколошко-акушерска сестра, педијатријска сестра и физиотерапеутски техничар

Пројекат је медијски промовисан путем објаве на сајту установе и друштвених мрежа и медија. За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада, издвојено је и укупно утрошено 176.330,00 динара.

https://dzns.rs/prevencija-maloletnicke-trudnoce/



4) У циљу очувања репродуктивног здравља и подизања нивоа знања о лечењу неплодности, Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је Пројекат „Онлајн платформа – Питања и одговори о неплодности и донацији репродуктивног материјала 2025.“.

Пројектне активности су обухватале индивидуалне онлајн консултације са паровима који су дуже од једне године покушавали да остваре трудноћу, као и сви парови који су имали дилеме, недоумице, питања и предрасуде о донацији репродуктивног материјала. Формирана је мејл адреса (sterilitetkonsultacija@gmail.com) преко које су парови били у могућности да закажу консултације која се даље спроводила путем ZOOM платформе, Skype налога и Vibera.

На крају консултација вршена је евалуација успешности путем анкетног упитника, а добијени подаци су даље статистички обрађени и анализирани.

Укупно је одржано 154 консултације са 256 учесника. За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада, издвојено је и укупно утрошено 366.465,00 динара.

Инстаграм страница: @domzdravljans





5) У циљу очувања репродуктивног здравља код корисница рехабилитационих центара које су на лечењу од ПАС, Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је Пројекат „Рано откривање карционома грлића материце код корисница рехабилитационих центара за лечење болести зависности од психоактивних супстанци“.

Пројектне активности су обухватале посете рехабилитационих центара и позив њихових корисница на преглед.

Добијени су следећи резултати:

- ✓ 10 пацијенткиња се јавило на преглед, од којих већина није годинама била на гинеколошком прегледу
- ✓ 17 пацијенткиња је обучено за самопреглед дојки
- ✓ 70% прегледаних жена имало је неки вид инфекције гинеколошких органа.
- ✓ Ниједна пацијенткиња није имала суспектан ПАПА брис,
- ✓ 2 пацијенткиње су имале бенигне промене на гениталијама (миом, полип ендометријума),
- ✓ 1 пацијенткиња је упућена на даљу дијагностику у болничку установу.
- ✓ 3 пацијенткиње су хепатитис Ц позитивне.
- ✓ Већина пацијенткиња са доказаном инфекцијом гениталних органа се јавила на препоручену контролу

За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада, издвојено је и укупно утрошено 109.994,00 динара.

https://dzns.rs/rano-otkrivanje-karcinoma-grlica-materice-kod-korisnica-rehabilitacionih-centara-za-lecenje-bolesti-zavisnosti-od-psihoaktivnih-supstanci/#cyr

–

Рано откривање карцинома грлића материце код корисница рехабилитационих...

← Назад на Вести

Вести | 15.12.2025.

У оквиру Пронаталитетне популационе политике за 2025. годину, уз подршку Градске управе за здравство Града Новог Сада, Дом здравља Нови Сад је у периоду од јуна до новембра месеца 2025. године реализовао пројекат Рано откривање карцинома грлића материце код корисница рехабилитационих центара за лечење болести зависности од психоактивних супстанци.

Сам назив пројекта говори о циљној групи жена на који је исти био усмерен. Планираним посетама рехабилитационих центара циљ је био упознати се са њиховим корисницама, затим указати на значај редовних прегледа, који су касније спровођени у амбуланти Лиман.

Свакој жени која је дошла на преглед урађен је бимануелни гинеколошки преглед, узет вагинални секрет на бактерије и гљивице и ПАПА брис (скрининг тест за рано откривање карцинома грлића), такође колпоскопски, микроскопски преглед грлића.

Додатно су извршени палпаторни прегледи дојки, уз обуку пацијенткиња за правилан самопреглед дојки, док су оне у годинама за скрининг преглед дојки упућене на мамографију. Поред консултација у вези са гинеколошким питањима, разговарало се и о потреби обављања других превентивних прегледа у циљу раног откривања хроничних незаразних болести.

Кориснице психоактивних супстанци су маргинализоване од друштва, често без сталне адресе, посла, примања, те су у здравственом систему препознате само да основу зависности, али се у погледу других прегледа најчешће превентивних ни не контролишу. Лечење зависника се обавља у званичним психијатријским установама, али и у склопу неких верских и хуманитарних организација.

Постоје докази да злоупотреба психоактивних супстанци може да изазове различите врсте карцинома. Сматра се да је и карцином грлића материце учесталији код ове групе жена, али се пре свега доводи у везу са учесталом проституцијом, незаштићеним односима, удруженим полним болестима и ХИВ инфекцијом, лошим општим имуним стањем организма, употребом дувана, те општом небригом о здрављу.

Насупрот планираном већем броју, током пројекта свега десет жена се одазвало превентивним прегледима. Присутне жене углавном нису биле заинтересоване за сарадњу, биле су подозриве и нису разумеле сврху и значај превентивних гинеколошких прегледа. Пацијенткиње су биле старости од 29 до 46 година, свих десет су биле контроласане и последњих пар година.

Већину корисника рехабилитационих центара чинили су мушкарци. Било је присутно мало жена на лечењу, које углавном нису истрајавале у програму и чешће су напуштале лечење. Најчешће су одустајале из породичних разлога, због законски нерешених проблема у вези са децом, због партнера који их нису подржавали, али могуће је и због мања мотивације.

Карцином грлића материце је код жена други по учесталости карцинома после карцинома дојке, а четврти од свих карцинома. Сваке године у Србији се открије нових 1500 жена са овом болешћу, а око трећина ових жена изгуби живот у борби против карцинома.

Иако постоји скрининг тест за рано откривање те болести, у нашој земљи и даље није заживео организовани преглед жена, те се на преглед углавном јављају само жене које имају изражену свест о своме здрављу.

6) У циљу смањења ризика од настанка оралних обољења код трудница, Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је Пројекат „Календар оралног здравља труднице 2025.“.

Циљ овог пројекта јесте унапређење оралног здравља жена које су у другом стању, утврђивање фактора ризика за настанак обољења, као и спровођење едукације о значају одржавања редовне и правилне оралне хигијене. Поред тога, трудницe су едуковане о некариогеној исхрани (храна која изазива квар зуба), лошим навикама које утичу на орално здравље, редовним посетама код стоматолога, као и препорукама за одржавање оралне хигијене код новорођенчета.

У склопу пројекта одржано је укупно 40 радионица за 400 трудница и родитеља деце узраста од 0 до 7 година у просторијама Центра за унапређење репродуктивног здравља Дома здравља Нови Сад, у објекту Алмашка у оквиру Школе за труднице.

За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада, издвојено је и укупно утрошено 514.110,00 динара.





7) У циљу едукације становништва о финеколошко-акушерским темама, Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је Пројекат „Мој гинеколог“. Како су дигитални канали део наше свакодневнице, свака особа проводи велики део свог времена на телефону и стога је било замишљено да Пројектне активности укључују креирање садржаја за инстаграм страницу @mojginekologns као едукативни пројекат за сексуално и репродуктивно здравље жена и младих. Идеја је да буде „сигурно место“ за тачне информације без табуа.

Страница је едукативни пројекат Дом здравља Нови Сад и служи за:

•едукацију о гинекологији

•сексуалном и репродуктивном здрављу

•разбијање митова и табуа

•пружање тачних, стручних информација младима и женама

Садржај праве гинеколози, лекари опште праксе и радиолози, а циљ је да информације буду једноставне и доступне преко Инстаграма.

Током 2025. године фокус странице је био на:

✓ теми менструације и циклуса

✓ првом гинеколошком прегледу (како се припремити, смањење страха)

✓ сексуалном здрављу и инфекцији

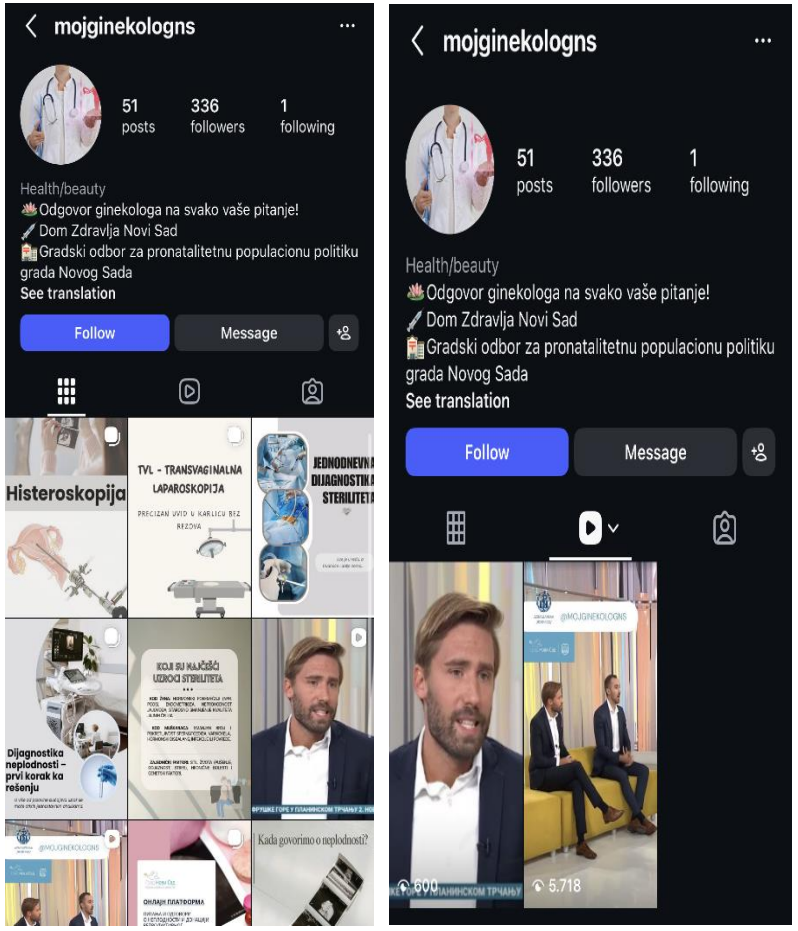
✓ контрацепцији и плодности

✓ трудноћи и фертилитету

✓ разбијању митова о гинекологији, и

✓ емоционалним аспектима (страх, нелагодност, стигма)

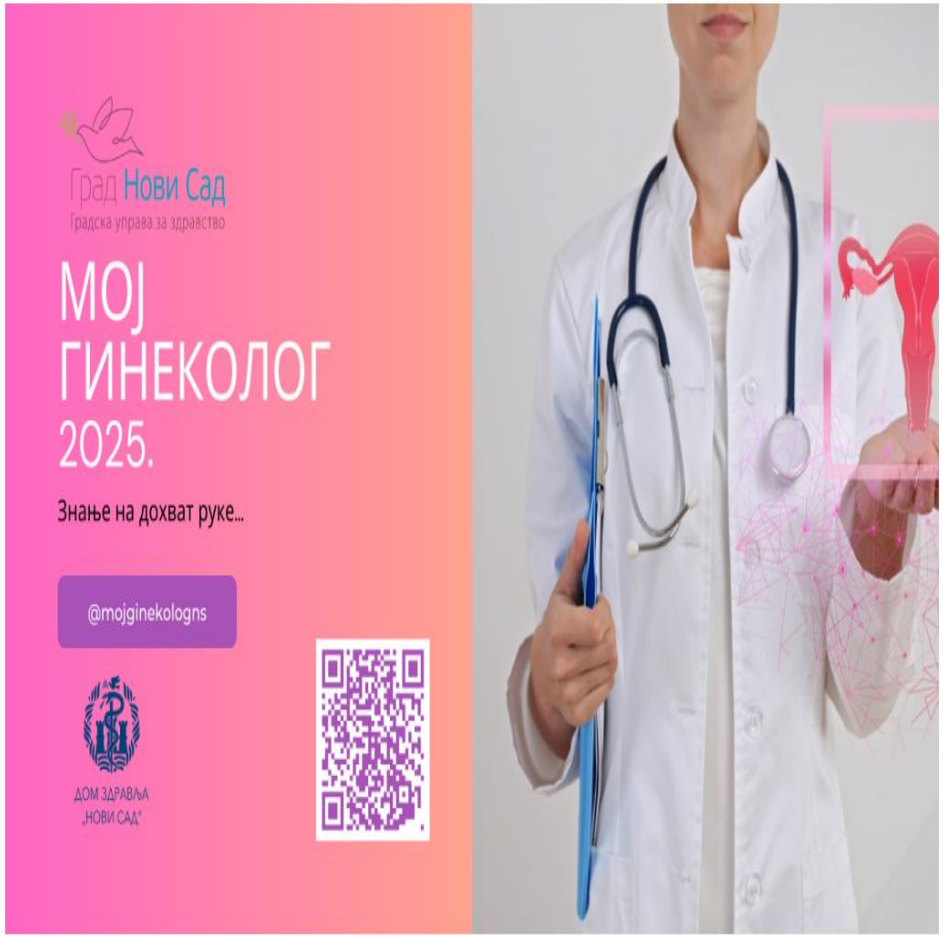
Профил је замишљен и као место где жене могу анонимно постављати питања. За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада, издвојено је и укупно утрошено 312.660,00 динара.



Инстаграм страница: @mojginekologns

Dom zdravlja „Novi Sad“ otvorio Instagram stranicu za sva pitanja o seksualnom i reproduktivnom zdravlju
danas.rs





https://dzns.rs/moj-ginekolog-stranice-za-mlade/

8) У циљу информисања Ромкиња о здравственој заштити и раном откривању карцинома грлића материце, дојке и СПИ, Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је Пројекат „Превентивни гинеколошки прегледи и очување здравља из ромске популације на територији града Новог Сада за 2025. годину“. Планирано је 5 посета ромским насељима Велики рит и Бангладеш. Међутим, пошто жене из насеља нису биле заинтересоване за предавања и окупљања, здравствена едукација је спроведена је и „од прага до прага“ по кућама у горе наведеним ромским насељима. Предавања су обухватала следеће теме: значај очувања здравља жене; значај планирања породице, значај превентивних прегледа за откривање карционома дојке и карцинома грлића материце; како и кад се врши самопреглед дојки; како препознати ране симптоме гинеколошке болести. Здравствена едукација није одржана јер жене из насеља нису биле заинтересоване за предавања и окупљања,

Од постигнутих циљева пројекта, носиоци истичу:

- ✓ Да је прегледано је 111 жена различитог узраста, најчеће жене у репродуктивном добу од 15-69 година. Највећи број жена су биле младе жене у генеративном добу, а мали број жена је био у старијој доби.
- ✓ Две малолетне труднице су имале неповољни исход трудноће, једна је родила мртво дете у термину, а друга је родила у термину али је умрло након две недеље од порођаја.
- ✓ Код 9 жена су уочене промене на репродуктивним органима које захтевају или даље праћење или даљу дијагностику (полене брадавице, миоми, цисте, полипи), и
- ✓ 6 жена је упућено на даљу дијагностику и лечење у друге здравствене установе

Пројекат је медијски промовисан објавама на друштвеним мрежама установе. За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада, издвојено је и укупно утрошено 249.410,00 динара.







9) Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је Пројекат „Едукација за пружање прве помоћи код одојчади и мале деце у ромској популацији 2025.“. Циљ пројекта био је да становнике ромских насеља едукују како да реагују у кризним ситуацијама и да препознају када је детету потребна хитна медицинска помоћ и како да пруже неопходну помоћ док тим хитне помоћи не стигне.

Едукација је обухватала пружање помоћи у случају:

- ✓ тровања,
- ✓ гушења,
- ✓ опекотина,
- ✓ дехидратације,
- ✓ повраћања,
- ✓ осипа,
- ✓ повишене температуре,
- ✓ падова,
- ✓ алергијских реакција, и
- ✓ фебрилних конвулзија.

Акценат је на едукацији родитеља, будућих родитеља и осталих чланова породице да науче шта им је потребно од прибора за прву помоћ у кућним условима. У склопу пројекта одржано је 10 радионица за 200 особа ромске националности из насеља Велики Рит. Пројекат је медијски промовисан путем објава на друштвеним мрежама и сајта установе. За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада, издвојено је и укупно утрошено 182.550,00динара.

10) У циљу едукације будућих родитеља о техникама пружања прве помоћи детету и подизању нивоа знања о могућностима повређивања, Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је Пројекат „Едукација за прву помоћ код одојчади и мале деце 2025.“.

У склопу пројекта одржано је 14 предавања у виду радионица, за 300 трудница у осмом и деветом месецу трудноће и за њихове партнере. Основни циљ пројекта био је да родитељи препознају када је детету потребна хитна медицинска помоћ и како да реагују у кризним ситуацијама. Теме радионице биле су: пружање прве помоћи у случају тровања, гушења, опекотина, дехидратације, повраћања, осипа, повишене телесне температуре, падова, алергијских реакција, фебрилних конвулзија, а биће обухваћена и сва остала хитна стања код одојчади. Пројекат је медијски промовисан путем објава на друштвеним мрежама и сајту установе. За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада, издвојено је и укупно утрошено 210.860,00 динара.





11) У циљу унапређења здравља и усвајања здравих стилова живота младих особа са инвалидитетом и родитеља особа са инвалидитетом, Дом здравља „Нови Сад“ Нови Сад реализовао је Пројекат „Превентивни гинеколошки прегледи и очување здравља жена са инвалидитетом на територији града Новог Сада за 2025. годину“. Примарни циљ био је пружање адекватне гинеколошке заштите, едукација и рано откривање болести код жена са инвалидитетом на територији Града Новог Сада. Посебан фокус стављен је на кориснице Дома у Ветернику, чланице Удружења оболелих од дистрофије и Удружења за подршку особама са Даун синдромом. Пројекат је омогућио приступ здравственој заштити тешко доступним групама, ефикасно идентификовао здравствене проблеме код значајног броја жена и подигао свест о важности превентиве.

Планирани резултати пројекта:

- Комплетни гинеколошки прегледи-бимануелни преглед, узимање брисева (бактерије, гљивице, ПАПА тест), колпоскопију и палпаторни преглед дојки.
- Организована су предавања о самопрегледу дојки и здравим стиловима живота.
- Саветовање о планирању породице и контрацепцији.

Постигнути циљеви:

- ✓ 94 жене са различитим облицима инвалидитета је прегледано
- ✓ 24 случаја инфекција вагине или грлића материце.
- ✓ 18 промена на гинеколошким органима (испадање органа, упале)
- ✓ 4 суспектна ПАПА бриса.
- ✓ 10 пацијенткиња је упућено на даљу дијагностику и болничко лечење, и
- ✓ Откривена је једна трудноћа.

Свакој жени дат је савет за даље планирање породице, и препоручена је контрацепција ако је тражила савет. Пројекат је успешно реализован уз висок степен посвећености, с обзиром на то да прегледи ових особа захтевају додатно време и помоћ више лица (пратилаца, преводилаца за знаковни језик, медицинског особља). Такође, пројекат је медијски пропраћен и дељен на друштвеним мрежама. За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада, издвојено је и укупно утрошено 187.805,00 динара.

12) У циљу повећања нивоа свести и знања о значају дојења, Институт за јавно здравље Војводине реализовао је Пројекат „Недеља подршке дојењу у 2025. години – Дојење без компликација: безбедно, блиско, безболно“. Активности су биле усмерене на едукацију, здравствену заштиту и подизање свести јавности.

Пројекат је обухватио широк спектар корисника:

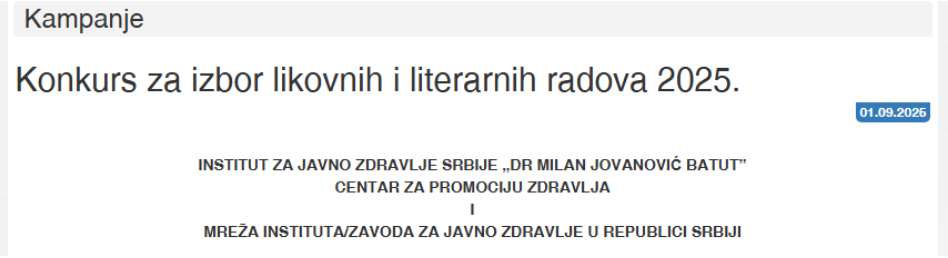
- Труднице, породиље и жене у репродуктивном периоду.
- Ученике Медицинске школе „7. април“.
- Здравствене раднике (медицинске сестре и техничаре).
- Децу предшколског и основношколског узраста.

Постигнути циљеви:

- ✓ Одржана је стручна едукација за 33 ученика четврте године Медицинске школе „7. април“ на тему дојења без компликација. Ови ученици су оспособљени за даљи рад са пацијенткињама.
- ✓ Организован је акредитовани семинар за медицинске сестре из примарне здравствене заштите. Квалитет едукације потврђен је изузетно високом просечном оценом полазника (4,89).
- ✓ Спроведен је ликовни конкурс „Мајчино млеко – за здравију планету“ на који је стигло 105 радова из вртића и школа. Додељено је 12 награда, а организована је и седмодневна изложба у Новосадском дечјем културном центру.
- ✓ Посебно су награђене мајке које су искључиво дојиле своју децу првих 6 месеци и наставиле дојење до прве године живота. Ова манифестација одржана је у Дому здравља „Нови Сад“.
- ✓ Израђени су едукативни плакати и агитке са QR кодовима који воде до додатних информација о правилном и безболном дојењу.

Пројекат је остварио снажну институционалну сарадњу између Института за јавно здравље Војводине, Дома здравља „Нови Сад“, Дечје болнице и Клинике за гинекологију и акушерство (Бетанија). Кампања је била широко испраћена у медијима (РТВ, Радио Нови Сад) и на друштвеним мрежама. За реализацију овог пројекта, из буџета Града Новог Сада укупно је утрошено 213.091,68 динара.

https://izjzv.org.rs/?lng=lat&cir=&link=3-18-4461.



Маститис

је упала дојке која се јавља најчешће током дојења. Узрокована је бактеријском инфекцијом, али и зачепљењем млечних канала.

Карактеришу га:

локално црвенило и оток дојке, бол и осетљивост на додир, повишена телесна температура и општа слабост.

Како спречити маститис:

- Редовно и потпуно пражњење дојки
  - дојење на захтев бебе или редовно цеђење млека.
- Правилан положај и хватање дојке
  - смањује ризик од зачепљења млечних канала.
- Често мењање положаја за подој
  - омогућава пражњење свих делова дојке.
- Превентивно реаговање на знаке зачепљења или упале - топли облози, нежно масирање и консултација са патронажном сестром или лекаром.
- Добар одмор и адекватна исхрана
  - подржавају имуни систем и лактацију.



Дојење је природан и непроцењив процес који треба очувати у својој изворности, како би и даље представљало најбољи начин за почетак живота сваког детета. **Изаберите дојење као најбољи начин исхране Вашег детета.** Ма колико породица била имућна, исхрана вештачким млеком не може достићи квалитет мајчиног млека које добија дете из најсиромашнијег дома. Природа је одредила најбољи начин исхране бебе. Сваки изазов је решив уз праву стручну подршку.



Овде можете преузети QR кôдове за ову агитку и плакат.

Референце:
СЗО https://www.who.int/health-topics/breastfeeding#tab=tab_2
УНИЦЕФ https://www.unicef.org/serbia/teme/dojenje

ИНСТИТУТ ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ ВОЈВОДИНЕ

Град Нови Сад
Градска управа за здравство

3.1

ПОДРШКА КОЈА ОСНАЖУЈЕ И ЗНАЊЕ КОЈЕ ВОДИ КА БЕЗБЕДНОМ, БЛИСКОМ И БЕЗБОЛНОМ ДОЈЕЊУ



У времену изазова и дилема ова агитка има за циљ да нагласи суштину снаге и блискости које дојење доноси мајци и детету, као и важност здравих избора за будућност наше деце.

За безбедно, блиско и испуњено искуство дојења, стварамо нежан почетак мајчинства уз праве информације и охрабрење.

Рагаде

су болна оштећења коже брадавице које настају најчешће услед неправилног хвата бебе за дојку. Карактеришу их црвенило, осетљивост, пецкање, оштра или пробадајућа бол током подоја, а понекад и појава ситног крварења.



- Правилан положај и правилно хватање дојке је најважнији корак. Беба треба да обухвати не само брадавицу већ и већи део ареоле.
- Често дојење – избегавајте сувише дуге паузе, јер препуњене дојке отежавају правилно хватање.
- Промена положаја за подој – смањује притисак на исти део брадавице.
- Избегавати прање дојки сапунима који суше кожу – довољно је туширање чистом водом.
- Пажљиво скидање бебе са дојке – прстом прекинути вакуум, не повлачити дојку нагло.
- Оставити неколико капи мајчиног млека да се осуше на брадавици после подоја – природно делује заштитно и регенеративно.

Препуњеност дојки, бол у дојкама због застоја млека и одбијање дојке од стране бебе

Ово су стања која могу да доведу до бола, осетљивости и отока дојки. Због тога беба понекад може да одбија да сиса, јер јој је теже да правилно обухвати дојку или јој млеко пребрзо надолази.

Препоруке за дојиље су:

- Топли облози пре подоја, блага масажа дојки чим се осети оток или благо затезање у дојци, као и промена положаја бебе током дојења могу предупредити благе компликације.
- Ношење грудњака удобног кроја који не стеже и гардеробе од природних материјала, и избегавање физичког притиска на дојке



Цуцле се не препоручују, мајка поседује све за бебине потребе. Дојење треба да се спроводи у мирном простору, удобном положају и за мајку и за бебу.

Стрпљење и упорност су кључни фактори за дојење, јер упрао сни помажу мами да лакше превазиђе почетне изазове и успостави стабилно дојење.

Основна нега дојке

Туширање целог тела са топлом водом и благим средствима за одржавање хигијене тела довољно је да се спроводи једном дневно. Не препоручује се коришћење сапуна и гелова за тело који имају јаке мирисе, јер и то може да промени природан мирис коже на грудима и да бебу збуни или одврати од сисања.

Руке обавезно опрати пре почетка дојења, затим дојке опрати млаком водом и пребрисати чистим пешкиром. Могу да се користе чисти туфери од газе за пребрисавање, када се спроводи хигијена дојки. Тада се један употребљени туфер баца.

Након дојења дојке опрати млаком водом без сапуна и гелова и оставити да се осуше природним путем на ваздуху.

Свакодневно премазати брадавице и ареоле капљицама свог млека. Мајчино млеко садржи материје које стерилишу, хране, влаже и лече кожу.



ПРЕГЛЕД ПРЕНЕТИХ СРЕДСТАВА ЗА РЕАЛИЗАЦИЈУ ПРОЈЕКАТА ПРОГРАМА ПРОНАТАЛИТЕТНЕ ПОПУЛАЦИОНЕ ПОЛИТИКЕ ЗА 2025. ГОДИНУ

	ЗДРАВСТВЕНА УСТАНОВА	НАЗИВ ПРОЈЕКТА	ИЗНОС СРЕДСТАВА ИЗ БУЏЕТА ГРАДА
1.	Институт за јавно здравље Војводине	„Недеља подршке дојењу у 2025. години – Дојење без компликација: безбедно, блиско, безболно“	350.240,00
2.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Шта знам о пубертету 2025“	300.305,00
3.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Знањем до унапређења репродуктивног здравља адолесцената 2025.“	303.210,00
4.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Превентивни гинеколошки прегледи и очување здравља жена са инвалидитетом на територији Града Новог Сада за 2025. годину“	187.805,00
5.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Календар оралног здравља трудница 2025.“	514.110,00
6.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Превентивни гинеколошки прегледи и очување здравља Ромкиња на територији Града Новог Сада за 2025. годину“	249.410,00
7.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Рано откривање карцинома грлића материце код корисница рехабилитационих центара за лечење болести зависности од психоактивних супстанци“	109.994,00

8.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Превенција малолетничке трудноће 2025. године“	176.330,00
9.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Едукација за пружање прве помоћи код одојчади и мале деце у ромској популацији 2025. године“	182.550,00
10.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Едукација за прву помоћ код одојчади и мале деце 2025. године“	210.860,00
11.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Онлајн платформа - питања и одговори о неплодности и донацији репродуктивног материјала 2025.“	366.465,00
12.	Дом здравља "Нови Сад" Нови Сад	„Мој гинеколог“	312.660,00
	УКУПНО		**3.263.939,00**

ПРЕДСЕДНИК

MSc Соња Радаковић