

אדריאנה שוחט - מועצת החלב
ADRIANA@IS-D-B.CO.IL



קידום המודעות לחלב ולמוצריו בקרב אנשי רפואה הומנית

אכילת מוצרי חלב כבר אינה דבר המובן מאליו, כמו בעבר. גם ההתקפות התקשורתיות על ענף החלב הולכות וגוברות. מועצת החלב החליטה להתמודד עם התופעה ויצאה לקרב על הגברת התודעה לחשיבותם של מוצרי החלב לבריאות האדם. **אדריאנה שוחט** מרכזת את הפעילות של המועצה מול קהיליית הרופאים, הדיאטניות ואחיות טיפות חלב



ברושור לטיפות חלב

מוצרי חלב הם מזון בסיסי וחיוני של בני האדם מאז ימי קדם. בישראל, מוצרי חלב היו במשך שנים, המרכיב העיקרי והציר המרכזי של ארוחת הבוקר וארוחת הערב. בשנים האחרונות, בשל השינויים בהרגלי התזונה ובמרכיבי התפריט, מקומם של מוצרי החלב, כבר לא מובן מאליו. אנשים פחות מקפידים, ביומיום, על אכילת ארוחת הבוקר ובתפריט ארוחת הערב נכנסו מזונות נוספים אשר דוחקים את מוצרי החלב. בנוסף לכל אלה, הפריחה של הרפואה האלטרנטיבית, הביאה לדיון את הלגיטימיות שבמוצרי חלב והשאלה האם מוצרי חלב

אנשים פחות מקפידים, ביומיום, על אכילת ארוחת הבוקר ובתפריט ארוחת הערב נכנסו מזונות נוספים אשר דוחקים את מוצרי החלב

בריאים וחיוניים, או לחילופין, גורמים נזק ויש להימנע מצריכתם. דיון נגד החלב עולה כל הזמן במסגרות שונות, אפילו בקרב רופאים, למרות שאין לטענות אלה כל ביסוס מדעי.

עיקר הטענות כנגד החלב בשנים האחרונות הן: חלב גורם לאלרגיה, רוב האוכלוסייה סובלת מאי סבילות ללקטוז, גורם לכאבי בטן, גורם לליחה ואסטמה, הסיכון שבחלב אינו נספג בגוף, חלב מתאים רק לתינוקות, אינו מסייע לצבירת מסת עצם, הסינים אינם אוכלים מוצרי חלב והם בריאים, חלב מונע ספיגת ברזל, גורם להשמנה, מכיל הורמונים, תרופות שונות וחומרי הדברה. לכל הטענות שצוינו, יש למדע תשובה, אך המידע אינו מגיע לציבור כי הוא אינו אטרקטיבי מספיק.

מועצת החלב לקחה על עצמה את המשימה ואת האתגר להפריך את המיתוסים של הרפואה האלטרנטיבית, לשפר את העמדות ואת התדמית, להחזיר את הכבוד למוצרי החלב ולהשיבם לתפריט של עם ישראל.

“הבלוג של יוסי” הקרב על האינטרנט

בתקופה האחרונה גברה מאוד המלחמה נגד החלב ברשתות האינטרנט. נשמעות טענות נגד החלב כמוצר מזון, נגד הרפתנים- יצרני החלב ונגד תעשיית החלב. החומר המופק נעשה מקצועי יותר ומושך את העין ובכך הוא מצליח לחדור לדור הצעיר שהוא הצרכן הגדול של חלב ומוצריו.

מועצת החלב הקימה צוות ונערכת באותם כלים. היא פנתה לאנשי מקצוע בתחום רפואת הילדים ותזונת האדם.

גם אני נעניתי לפניית המועצה לפתוח “בלוג אישי”, שבו אכתוב בקצרה ובאופן שוטף על מה שקורה בענף שלנו ובכך לסייע בהדפאת הטענות נגד עבודת הרפתנים ולשפר את תדמיתו של החלב.

הבלוג יופיע באתרים - קפה דה-מרקר, תפוז וישראלב.לוג.

<http://israbloq.nana10.co.il/blogread.asp?blog=628797>

[http://www.tapuz.co.il/blog/userBlog.asp?](http://www.tapuz.co.il/blog/userBlog.asp?FolderName=yossimalul47)

FolderName=yossimalul47

<http://yossi1947.cafe.themarker.com>

אתם מוזמנים לעקוב אחר הכתיבה באתרים ולסייע בשני אופנים:

- להגיב על התגובות באתר - טובקבקים שמשמיעים, יקבלו מכם תגובה מיידית ובכך ניצור מסה קריטית של אהדה לרעיון.
- לכתוב לי על מה שקורה אצלכם בתחום רווחת בעלי חיים, שמירת הסביבה ועוד נושאים שמעלים את קרנה של הרפת בעיני הציבור. אני אערוך את החומר ואביא אותו לקוראים.

להתראות בבלוג - יוסי מכול

- מתקיימות סדנאות ביסול עם מוצרי חלב על ידי שף רופא ודיאטנית בכירה, בשיתוף עם “הדסה אופטימל”.
- המועצה נותנת חסויות לכנסים מדעיים של הארגונים ומביאה מרצים מהשורה הראשונה, במטרה להעביר את המסרים בצורה האובייקטיבית ביותר.
- מופק מגוון רב של חומרי הסברה לקהל המקצועי ולקהל הרחב, בנושאים שונים הקשורים למוצרי חלב, שנותנים מענה לטענות כנגד החלב ומוצריו ובמקביל, מדגישים את התועלת התזונתית של מוצרי חלב.
- דוגמאות של חומרי הסברה: חוברת מדעית על ספיגת סידן, חוברת מדעית על ההבדלים שבין אלרגיה לאי סבילות, ערכת עלונים לטיפות חלב, לוח שנה עם מידע אודות מוצרי חלב ועוד.

מבדיקות שנערכו בשטח עולה כי הפעילות של המועצה מוערכת בקרב אנשי המקצוע ומתחילה לשאת פרי. הרוב המוחלט של הדיאטניות ממליצות בחום על תזונה הכוללת, לפחות 3 מנות של מוצרי חלב.

רופאים, לרוב, אינם מפסיקים מתן של מוצרי חלב בזמן שלשול או צינון - ממליצים על כלכלה רגילה כולל מוצרי חלב, הם מודעים יותר לחשיבות שבתזונה מאוזנת הכוללת, גם מוצרי חלב ומכירים את ההמלצות של ארגוני הבריאות. ■



כנס דיאטניות

דרך הפעולה הנבחרת הייתה באמצעות תכנית חינוכית ארוכת טווח (המושמת בהצלחה במספר מדינות בעולם) המציגה, באופן מדעי ועקיב, עובדות על היתרונות התזונתיים שבצריכת מוצרי חלב, הנזק מאי צריכתם, ומעודדת אכילה של לפחות שלוש מנות מוצרי חלב ביום - 3 ביום”.

רופאים, דיאטניות ואחיות טיפות חלב, הינם מובילי דעה בכל הקשור לתזונה, בעיקר בקרב משפחות צעירות. במסגרת עבודתם, הם נותנים המלצות תזונתיות ומתמודדים עם מבול של שאלות הקשורות לחלב ולמוצריו. הפעילות מתמקדת ברופאי ילדים ובאחיות טיפות חלב. המועצה מספקת להם מידע מדעי מדויק ועדכני וכלים שבהם הם משתמשים, בבואם לתת תשובות לשאלות הקשורות למוצרי חלב בכל מעגל החיים של בני האדם ובמצבי רגישות שונים.

המועצה יצרה קשרי עבודה ושיתופי פעולה עם ארגוני רופאים, דיאטניות, אחיות טיפות חלב ומשרד הבריאות. יחד איתם מסבירים אודות החשיבות שבצריכת מוצרי חלב, מוציאים ניירות והנחיות הקשורות לתזונה המשפחה וכן נותנים מענה לפניית של התקשורת.

הפנייה לאנשי רפואה ומדע שונה מהותית מהפנייה לציבור הרחב וכוללת:

- מפגשים פנים מול פנים, באמצעות העברת פרסומים מדעיים ומידע שנשלח ישירות לרופאים ובהפקת חומר הסברה לחלוקה למטופלים.
- מתקיימים מפגשים עם רופאים ועם הצוות הרפואי בבתי חולים ובמרפאות בקהילה, במסגרת ישיבות הצוות המתקיימות אחת לשבוע במחלקות.



גלויה לאחיות טיפת חלב