

발국이나 상관없이 여성들이 겪을 수 있는 것입니다. 전통적으로 모유수유를 하는 엄마들은 상업 광고와 같이 모유수유를 방해하는 세력으로부터 보호되어야 합니다.

허리케인이 미국 걸프 연안을 강타했을 때 한 모유수유 상담원이 모유수유 정보와 도움이 필요한 집을 잃은 엄마들을 위해 기본적인 정보와 연락할 수 있는 전화 번호를 알리는 공공 서비스 공표를 위해 일했습니다.

아기에게 젖을 먹인다는 것은 사회 전체의 관심사이다.
이는 극복해야 할 일로, 그 성공을 위해 모든 사람들이 해야 할 역할이 있다.
모유수유에 친근한 환경이 되기 위해서는 사회 곳곳에
우호적인 사람들이 있어야 한다. - 네게야 사딕(수단)



아기들이 엄마젖을 먹을때
우리 모두는 승자인 것입니다!

각국이 올림픽 경기에 출전할 최고의 선수들을 내보내듯이 건강한 선수는 인생의 건강한 시작에서부터 배출된다는 것을 기억해야 합니다. 최적의 영유아 섭식이 최적의 성장과 발달의 밑거름이 된다는 것 역시 의문의 여지가 없습니다.

모 유 수 유 지 원을 위한 활동

가운데원: 중심으로서의 여성

- ▶ 모유수유에 대해 배운다.
- ▶ 지원을 요청하고 다른 사람을 지원한다.
- ▶ 임신과 수유 중 건강 및 영양적 요구에 주의를 기울인다.
- ▶ 엄마젖 먹이기에 성공한 여성들과 경험을 나눈다.
- ▶ 엄마들 간의 지지 모임 혹은 기타 유사한 지원 단체에 참여한다.

또 하나의 원: 가족과 사회 네트워크

- ▶ 모유수유모에게 실질적인 도움을 준다: 요리를 하거나 큰 아이들을 돌보거나 집안 일을 돕는다.
- ▶ 문제를 예방하거나 초기에 확인하여 대처하기 위해 모유수유에 대해 배운다.
- ▶ 아기에게 젖을 먹일 수 있는 엄마의 능력을 믿는다.
- ▶ 엄마가 지지 그룹 모임에 참석하거나 수유상담가를 방문할 때 차를 태워 주거나 같이 간다.
- ▶ 대중매체에 편지를 보내어 모유수유에 대해 홍보하고 조제분유에 대한 잘못된 정보를 바로잡는다.

또 하나의 원: 보건의료

- ▶ 모자 기관에 바탕을 둔 수유모 지지 모임을 시작한다.
- ▶ 동료 상담가 혹은 기타 모유수유 훈련 과정에 참여한다.
- ▶ 모든 기관에서 아기에게 친근한 병원 운동을 지원하기 위해 의료 및 정치적 지도력을 적극적으로 요구한다.
- ▶ 자신의 지역 사회 내에서 모유수유 전문가를 찾아 내고 그들과 연락을 취할 최선의 방법을 확인한다.
- ▶ 모유수유 상담과 지지 기술을 의사와 간호사 등 모든 의료인 수련 과정에 포함시킨다.

또 하나의 원: 정부와 입법

- ▶ 정책 입안자들에게 모유수유 지원의 중요성에 대해 이야기를 하거나 편지를 보낸다.
- ▶ 세계보건기구와 유니세프의 모유대체품 판촉에 관한 국제 규약과 세계보건기구의 후속 결의안조항을 실현할 법제화를 촉구한다.
- ▶ 지역 내 모유수유 단체에 참여하고 그 활동을 적극적으로 돕는다.

- ▶ 아기에게 친근한 병원 운동에 관한 정보를 병원과 모자 기관 관리자에게 보낸다.
- ▶ 엄마들이 젖을 먹일 수 있도록 지원하는 사업장에 지방세 혜택을 주도록 진정서를 돌린다.

또 하나의 원: 직장과 고용

- ▶ 사업주로서, 모유수유하는 여성들이 젖을 짜고 혹은 아기에게 젖을 먹일 수 있는 적절한 장소를 마련해 준다.
- ▶ 지역 공동체 단체들과 함께 비공식 작업장 분야의 모유수유 지원을 위해 협력한다.
- ▶ 모유수유자의 양육자로서 모유수유를 지속하기 위해 필요한 사항에 대해 배운다.
- ▶ 가족 구성원으로서, 젖 먹이는 직장 여성의 집안 일손을 덜어 준다.
- ▶ 유급 출산 휴가, 출산 휴가 연장, 그리고 엄마에게 친근한 작업장 지원법의 실현을 돕기 위해 국회의원들에게 서신을 보낸다.

모유수유 지원을 위한 다섯 가지 주요 원칙.

1. 각각의 엄마와 아기의 상황을 개별적이며 독특한 것이다; 모유수유모의 요구에 민감해야 한다.
2. 엄마의 걱정을 알기 위해서 공감하면서 경청한다; 명확하게 하기 위해 질문을 하는 것 외에는 말을 아낀다; 본인 스스로 결정할 수 있을 정도의 정보만을 제공한다.
3. 아기 아빠와 가족들에게 정보를 충분히 제공하여 엄마들이 젖 먹이는 것을 돕도록 한다.
4. 정부, 직장, 사회로 하여금 모든 여성들이 모유수유를 선택하고 자신의 결정을 실천하는 선택권을 온전히 가질 수 있는 분위기를 만들도록 책임을 지운다.
5. 엄마가 성공적으로 모유수유를 할 수 있다는 것을 믿고 본인에게도 그렇게 말해 준다; 또한 엄마가 더 많은 것을 필요로 하는지를 알고 필요한 때 적절히 전문가에게 의뢰한다.

2005년 이노센티 선언은 사회 각계 각층이
“여성들이 엄마로서 그리고 다른 여성들에게 모유수유 지지와
정보를 주는 주체로서 활동할 수 있도록 여성들 자신에게
권한을 부여해야 한다”고 촉구하였습니다.



모유수유가 제대로 이루어지는 세상을 만드는 노력은
무엇이든 가치 있는 일이다. 이는 사소해 보일 수도 있으나
마침내 큰 산을 이룰 것이다.

- 테드 그레이너(미국) 사진 촬영: 조세핀 날루고



번역: 이승훈 감수: 정유미

대한모유수유의사회 모유수유에 관심을 가지고 연구하는 의사들의 단체로, 일반인들에게 모유수유에 대한 올바른 실용적인 정보를 제공하여 잘못된 관행을 고치고, 의료인들에게 모유수유에 대한 최신 의학 지식을 제공하며, 기존의 모유관련 단체들과 협조하여 모유수유 증진활동을 하는 것을 목표로 하여 2005년에 창립되었습니다. 모유상담(6500여건)과 산전모유수유교육, 의료인을 위한 모유수유 심포지움 등을 진행하고 있습니다.

www.bfmed.co.kr e-mail: bfmed@hanmail.net

대한소아청소년과개원의사회 대한소아청소년과개원의사회는 소아청소년의 건강 미래를 책임지는 4000여 소아청소년과 개업 의사들의 단체입니다. www.lovenkid.com Tel. 335 6661

대한산부인과학회 대한산부인과학회는 1947년 5월10일 창립 이래 오늘날까지 60년의 역사를 자랑스럽게 이어오고 있으며 학회 회원이 현재는 6500여 명에 이르렀고 모자보건을 위해 많은 발전을 하고 있습니다.

www.ksog.org e-mail: office@ksog.org Tel. 3445 2262

대한신생아학회 지난 30년간 많은 학문적 발달을 이루어 우리나라 신생아의 생존을 향상에 큰 공헌을 하였습니다. 저출산 시대를 맞아 태어난 아기를 건강하게 키워야 한다는 시대의 소명에 따라 학문 간의 교류를 하고 있습니다.

www.neonatology.or.kr e-mail: ksn1993@empal.com Tel. 576 6890

대한의사협회 1908년 창립된 한국 의사연구회를 모태로 탄생한 대한의사협회는 지난 1세기동안 이 땅의 국민 건강을 수호하고 의학발전에 최선을 다하는 의료계의 종주단체로 국민과 함께 성장해 왔으며, 2008년 협회 창립 100주년을 맞이하여 명실상부한 대한민국의 최고 전문가 단체로 거듭 태어나게 되었습니다.

www.kma.org e-mail: webmaster@kma.org Tel. 794 2474

대한주산의학회 주산학의 연구발전을 도모하고 회원 상호간 및 국내외 학회간의 유대 및 교류를 통하여 우리나라의 임신부와 태아 및 신생아 관리향상을 목적으로 하고 있습니다.

www.perinatol.or.kr e-mail: perinatology@hanmail.net Tel. 575 3431

소비자시민모임 모유권장위원회 1983년부터 모유권장운동 및 분유광고금지, 포장 표시 변경합의, 분유 낮은 가격 공급 금지 합의 등의 활동을 전개하고 있습니다. 국제적으로 IBFAN, WABA와 함께 모유권장을 위해 국내외의 캠페인 및 조사, 교육, 국제워크숍 등을 전개하고 있습니다.

www.cacpk.org e-mail: sobijamoim@hanamil.net Tel. 739 5441

육아방송 육아방송육아방송은 2008년도 방송통신위원회 선정 "공익방송"으로 2004년 개국 이래 국내 유일의 출산, 영유아 전문채널로서 저출산 문제 극복에 기여하고 있는 방송국입니다.

www.ugatv e-mail: ugtv@hanmail.net Tel. 782 0960

**소비자시민모임은 1983년부터
모유권장운동을 전개하고 있습니다.**



소비자시민모임 모유권장 주요 활동

- 1983. 6 한국의 조제분유 판매 실태에 관한 조사를 국제소비자기구, 국제유아식품행동망 (IBFAN)과 공동 실시, 조사보고서 발간. 본격적인 모유권장운동 시작.
- 1983. 9 세계보건기구 (WHO), 국제소비자기구와 공동으로 모유권장사업 실시.
- 1984. 5 세계보건기구, 국제연합아동기금 (UNICEF), 국제소비자기구 후원으로 모유권장을 위한 제도 개선 국제세미나 개최
- 1986. 1 '분유 등 영유아 식품 제도 판매 등에 관한 법률(안)' 공청회 개최
- 1986. 10 국제소비자기구와 함께 병원 등 모유대체식품 국제규약 위반 실태 조사 실시, WHO에 규약 위반내용 보고
- 1987. 8 국제소비자기구와 모유대체식품 국제규약 위반 실태 조사 실시
- 1988. 2 분유 등 영유아 식품 판매 실태 설문조사, 분유 등 영유아 식품 포장 표시 조사. 아기 인공젖꼭지, 우유병 표시 조사
- 1989. 8 분유 등 영유아 식품 판매 실태 설문조사, 국제소비자기구에서 발표
- 1990. 9~10 병원의 모유수유 실태 조사
- 1991. 3 3개 분유회사 (남양유업, 매일유업, 파스퇴르)와 광고 금지와 제품 포장 표시 변경 회의
- 1991.3 3개 분유회사 광고 금지와 제품 포장 표시 변경 합의식
- 1992.6 '아기에게 친근한 병원' 발표
- 1993.2 모유를 권장하는 엄마들의 모임' 발족
- 1994.8 보건사회부, 분유사와 병원에 분유 무료 및 저가 공급 금지 합의식
- 1994.11 우유병, 인공젖꼭지 제품 광고 금지 합의
- 1997.4~7 병원, 분유회사 세계보건기구 (WHO) 규약 준수 여부에 대한 조사
- 1996.6 모유 권장을 위한 유아용 젖병, 젖꼭지 제품의 대중광고 금지에 관한 제조, 판매 회사와의 간담회
- 2004.3 분유 및 이유식의 사카자키균 등 미생물 검사
- 2004.10 IBFAN 국제아시아 전략회의
- 2004.11 제1회 '모유 대체품 판매 규제 국제 규약'의 국제법 제정을 위한 동북아 전문가회의
- 2004.12 자연분만 2004 캠페인
- 2005.7 젖먹이 건강을 위한 모유수유 권장 간담회, 젖먹이 건강 증진법안 마련하여 국회에 상정
- 2005.8.1 BWB 모유 권장 캠페인
- 2005.12 IBFAN Management Meeting
- 2006. 8.1 BWB 모유 권장 캠페인
- 2006.8 모유대체식품 국제규약 감시 캠페인 전개
- 2006.12 모유수유 극동아시아 전략회의 (IBFAN East-Asia Strategy Meeting)
- 2007.8.1 BWB 모유 권장 캠페인
- 2007.10 모유수유를 위한 세계보건기구 국제규약 교육 및 전략회의 (Code Training for Health Care Professionals)

젖먹이는 엄마들 돕기 : 금메달을 향해



Everyone Wins!



Photo by Michele Lavery

40세의 주부 미셸은 철인 3종 경기에 참가하고 싶었기 때문에 젖먹이 아들 짝에게서 젖을 뗄 생각이었습니다. 그러나 출산센터 지원 팀의 도움을 받아 젖을 끊지 않고도 마침내 두 경기에 완주할 수 있었습니다.(미국)

WABA 2008

8월 8일~24일의 2008 올림픽과 8월 1일~7일의 세계모유수유주간(WBW)을 맞아, 세계모유수유연맹(WABA)은 영아 섭식의 최고 기준인 모유수유를 위해 고군분투하고 있는 엄마들을 전폭적으로 지원할 것을 천명합니다. 즉 전 세계 모든 엄마들이 편안하게 첫 6개월 동안 완전모유수유를 하고, 그 이후에도 적절한 이유식과 함께 2년 이상 계속 젖을 먹일 수 있는 환경을 만들고자 합니다.

**아기 인생의 최상의 시작을 위해 엄마에게 지원을!
모유수유와 함께 우리 모두 승리를!**

❖ 목표

- 젖먹이는 엄마를 왜 도와야 하는지 그 필요성과 가치를 홍보해야 합니다.
- 젖먹이는 엄마를 효과적으로 도울 수 있는 최신 정보를 널리 알릴 것입니다.
- 모든 영역에서 젖먹이는 엄마를 도울 수 있는 최적의 환경을 이루도록 힘써 합니다.

❖ 엄마들에게는

- 기쁨과 어려움을 함께 느끼며 주의 깊게 경청해 주는 사람들과,
- 필요할 때 즉시 활용할 수 있는 기본적이고도 근거가 확실한 정보,
- 어려움에 봉착하였을 때 지체 없이 받을 수 있는 숙련되고 실제적인 도움과 그리고
- 우호적인 격려

가 필요하며, 또한 이를 받을 자격이 있습니다.

엄마들에 대한 지원: 필요성

올림픽 선수가 훌륭한 성과를 내려면 가족과 친지, 후원자, 그리고 국가적인 지원이 있어야 합니다. 젖 먹이는 엄마도 마찬가지입니다. 그러나 올림픽 선수나 엄마 모두 어려움에 맞닥뜨리곤 합니다. 엄마들은, 잘못된 정보의 홍수 속에서 옥석을 가려내고, 바쁘게 직장 일을 하면서도 젖 양을 유지하고, 천재지변과 같은 위기 상황에도 굴하지 않고 이겨내는 것, 그리고 가장 근본적으로는, 아기에게 젖을 먹이지 못할지 모른다는, 자신의 능력에 대한 의심을 이겨내는 것입니다. 무엇보다도 자신에 대한 믿음은 올림픽 선수와 엄마의 성공을 위한 핵심 요소입니다.

젖먹이는 엄마에 대한 지원으로는 산부인과나 소아과 진료와 같은 공식적인 것으로부터 용기를 북돋아 주는 다른 엄마들의 따뜻한 말 한 마디와 미소와 같은 일상적인 것들이 있습니다. 전문적으로는 의사와 간호사를 포함한 의료인, 병원 및 출산시설에서 일하는 직원들과 국가 정책들의 도움이 필요하며, 그 외에도 수유상담가나 숙련된 선배 엄마들, 산모 지원단체나 친지들의 일반적인 도움도 필수적입니다.

엄마들에 대한 지원: 효과에 대한 증거

최근 혼합수유를 포함한 모유수유와 완전모유수유 기간에 미친 영향에 대해 14개국에서 시행된 34개의 사례를 포괄적으로 분석한 대규모 연구가 있습니다. 이에 따르면 전문가들과 일반인들의 다양한 형태의 지원이 모유수유 기간을 현저하게 증가시켰으며, 특히 완전모유수유에 엄청난 영향을 준 것으로 나타났습니다.1 특히 세계보건기구와 유니세프에서 시행한 의료기관 직원 교육 덕분에 완전모유수유 기간이 많이 늘어났다고 합니다.

세계보건기구가 개발한 “개발도상국 내 지역사회에 기반한 모유수유 장려 및 지원 전략”2 역시 젖먹이는 엄마들을 돕는 것이 커다란 효과를 보여 주었던 여러 사례에 근거하고 있습니다. Sikorski 등은 10개국에서 진행되었던 20개 모유수유 지원 사례들을 통해3 그러한 지원이 모유수유, 특히 완전모유수유에 가장 중대한 긍정적 영향을 끼쳤다는 것을 확인하였습니다. 일반인들



젖먹이는 엄마들 돕기 : 금메달을 향해

의 상담과 도움이 완전모유수유 기간 향상에 가장 효과적이었으며, 혼합수유를 포함하여 젓먹이는 기간을 전반적으로 증가시키는 데는 전문가들의 역할이 가장 컸던 것으로 나타났습니다.

LINKAGES 프로젝트 보고서4는 병원에서 다음과 같은 것들을 잘 수행하였을 때 완전모유수유율 증가에 미치는 영향에 관한 여러 연구 결과를 제시하고 있습니다.

- 모유수유에 대한 상담을 제공하고 퇴원 시에도 모유수유를 지지하는 퇴원 선물을 주고,
- 병원 직원들에 대한 모유수유 관리 교육을 시행하고
- 퇴원 후 소아과 진료나 가정 방문을 통해 모유수유 문제점을 조기에 발견하여 해결한다.

젖을 먹일 계획이거나 젖을 먹고 있는 엄마들을 돕기 위해 어떤 일이라도 한 적이 있다면 여러분은 모두 금메달 감입니다.

젖을 먹이려는 엄마 지원하기

아기들은 당연히 엄마젖을 먹어야 합니다. 엄마젖을 먹음으로써 아기는 모든 발육 면에서 가능한 최상의 인생을 시작할 수 있습니다. 모유수유를 하지 않으면 개발도상국뿐 아니라 선진국에서도 아기들의 생존과 건강상 위험이 증가되는 것으로 알려져 있습니다. 분유수유를 하게 되면 영아사망률이 증가됩니다. 태어나자마자 가능한 빨리 모유수유를 시작하고, 특히 완전모유수유를 하면, 백만 명 이상의 아기를 구할 수 있습니다.5 완전모유수유를 한 어린이에 비해, 분유를 먹인 아이들은 몸이 약하거나 사망률이 높거나 또는 지능 지수가 낮은 등, 정상적인 발육에 불리합니다.

엄마들과 사회 역시 아기가 엄마 젖을 먹으면 이득이 있습니다. 젖을 전혀 먹인 적이 없거나 짧은 기간 동안만 모유수유를 한 엄마들은 상대적으로 유방암이 더 잘 생깁니다. 모유수유를 하지 않는 엄마들은 월경이 더 빨리 돌아올 수 있는데 이렇게 되면 터울이 더 짧아지고, 엄마와 아기 모두 건강상 부담이 증가될 수 있습니다. 완전모유수유는 가족과 사회, 보건 의료 제도와 환경적인 면에서 경제적 부담을 줄여 줍니다.

모유수유 지원의 중요성 - 모유수유와 함께 우리 모두 승리를!

모유수유는 아기들의 수유에서 당연히 표준으로 생각되어 왔습니다. 여러 문화권에서 금은 아가가치롭게 생각해서 귀중하게 여겨집니다. 만약 어떤 사람이 여러분에게 금 대신 낫쇠를 준다면 어떤 기분이 들까요? 지금 인공적으로 만든 공산품이 엄마 젖을 대체하게 된 상황이 바로 이와 유사합니다.

다섯 개의 색깔 고리가 올림픽, 그리고 운동 선수들과 국가들 간의 네트워크를 상징하는 것처럼 2008년 세계모유수유주간은 5개의 원을 통해 모유수유하는 여성들이 도움과 지지를 받을 수 있는 지원의 여러 가지 측면을 보여

주고 있습니다. 지원의 고리들은 가운데 원을 중심으로 서로 겹쳐지며 상호작용을 통해 서로를 강화하게 됩니다.



가운데 원: 중심으로서의 여성

협력을 공유하고 경험을 나눔으로써 여성들은 지혜를 얻는다.

- 마리앤 스톤-히메네즈(캐나다)

여성들은 여러 방면의 지원을 받을 뿐 아니라 스스로 적극적으로 지원을 획득하기도 하고 또 제공하기도 합니다. 여성은 이 모든 원에서 핵심 역할을 합니다. 바깥 고리로부터의 강력한 지원은 중심에 강력한 힘을 불어넣고, 반대로 이 힘은 다른 원들로 파급됩니다. 여성들이 만들어 운영하고 있는 엄마들 간의 국제적 지원 단체들로 이루어진 강력한 네트워크는 이 개념을 잘 보여주고 있습니다.

인류 역사를 통해 여성들은 여성들 간의 네트워크가 갖는 가치? 새로운 기술을 익히고 즐거운 시간을 함께 나누고 힘든 시기에 서로에게 의지하는 등?를 터득해왔습니다. 전통 사회에서 그 네트워크는 엄마와 할머니, 딸, 그리고 친척 아주머니들로 이루어진, 늘상 만나는 대가족 형태였습니다.

이제 현대 여성의 역할은 가정과 가족의 범위를 훨씬 넘어 비약적으로 넓어졌습니다. 확대된 역할로 인해 네트워크의 필요성은 더욱 커졌으나 안타깝게도, 오늘날 많은 여성들에게는 도움을 청할 네트워크가 없습니다. 인근에 대가족이 모여 사는 것도 아니기 때문에 이제 여성들은 가족이외의 다른 사람들에게 의지하고, 여건이 허락하면, 전화나 인터넷 등 새로운 기술을 이용할 수 밖에 없습니다. 위의 여러 고리들이 강력한 힘을 발하여 엄마들에게 끝없이 모유수유 지원을 제공할 수 있다면 그 결과는 우리의 미래 세대들에게 가치있는 도움이 될 것입니다.

표1. 모유수유를 하지 않으면 아기와 엄마, 그리고 사회 및 보건의료제도에 부정적인 영향이 나타날 수 있습니다.

모유수유를 하지 않는 영유아가 더 많이 겪는 위험	모유수유를 하지 않는 엄마가 더 많이 겪는 일들	모유수유를 하지 않음으로써 사회와 보건의료제도에 미치는 영향
사망률 호흡기 감염 설사 및 기타 감염병 비만 당뇨병 천식과 천명 소아암 낮은 지능 지수 비정상적 발달	유방암과 난소암 제2형 당뇨병 빠른 월경 복귀와 임신 비만 조제분유 준비와 우유병 세척에 따른 어려움 조제분유와 연료 구입에 따른 재정적 부담	감염, 비만, 당뇨병 및 기타 만성 질환 치료 비용 증가 아픈 아기 엄마들의 결근 시간에 따른 비용 증가 광통 및 포장지 처분에 따른 매립 쓰레기의 부정적인 환경적 영향 조제분유에 드는 막대한 비용

**젖먹이는 엄마들을 효과적으로 도울 수 있는 최선책은
엄마들 간의 소규모 동료 지원 단체를 만드는 것이며
이를 통해 모유수유 문화를 회복하는 것이다.**

- 마리아 이네스 페르난데스(필리핀)



40세의 주부 미셀은 철인 3종 경기에 참가하고 싶었기 때문에
젖먹이 아들 짝에게서 젖을 뗄 생각이었습니다.
그러나 출산센터 지원 팀의 도움을 받아 젖을 끊지 않고도
마침내 두 경기에 완주할 수 있었습니다.(미국)

또 하나의 원: 가족과 사회 네트워크

모든 여성들은 가족, 친구들, 이웃과 연결되어 상호작용을 하며 사회 내에서 다른 관계를 형성합니다. 이러한 가족 및 사회적 교제는 여성 개인의 문화와 생활 환경, 사회경제적 수준 및 활동에 따라 달라집니다. 가족은 아기 아파에서부터 시작하여, 엄마를 즉시, 그리고 지속적으로 도울 수 있는 지원 네트워크로 이루어집니다. 6 거기에는 할머니나 이모, 아주머니나 다른 일가 친척들도 포함됩니다.

엄마를 도울 수 있는 지원군은 가까운 가족을 넘어 지역 사회에서 만나는 사람들뿐 아니라 엄마의 친구들이나 이웃들까지 확장됩니다. 자연스럽게 편안히 젖먹이는 것은 그 사회가 모유수유를 일상적인 일로 보지 않을 경우 어려울 수 있습니다. 또한 모유수유에 대한 지원 중에 분만 직후부터 엄마와 아기가 가급적 언제나 함께 지낼 수 있도록 돕고 장려하는 것이 가장 중요합니다.

긍정적이던 부정적이던, 여성들 역시 자신의 문화권과 사회 내에서 접근할 수 있는 대중 매체를 통해 보고 듣고 읽은 것에서 영향을 받습니다. 강력한 사회적 네트워크가 원활히 작동한다면 필요할 때 지원을 통해 그런 부정적인 영향을 극복할 수 있습니다.

**모유수유하는 아기와 엄마의 요구가
가난한 사람부터 부유층까지, 전 세계 동서남북
그 어느 나라에서나 온전히 성취될 때까지
우리는 함께 나아가야 한다.**

- 푸시파 파나담(파라과이)



리나는 천정 엄마가
6년 전에 돌아가셨기 때문에 직접
적인 도움은
받지 못했습니다.
그러나 천정 어머니 친구분들
이 지혜와 도움을 베풀어 주신
덕분에 리나는 이제까지
8개월 된 사뤼에게 어려움 없이
젖을 먹일 수 있었습니다.
(이스라엘)

또 하나의 원: 보건의료

한 국가의 보건의료제도와 의료인은 모유수유에 직간접적으로 영향을 주게 됩니다. 의료인들은 사회 구성원으로부터 존경을 받기 때문에 그들이 하는 말이나 업무는 일반인들의 건강과 관련된 행위에 영향력을 발휘합니다. 건강한 육아를 위해 신생아 시기부터 고형식을 먹는 시기까지, 더 나아가 젖을 끊을 때까지 모든 단계에서 최적의 수유 방법을 권장하고 교육하는 것이 여성들이 성공적으로 젖을 먹일 수 있도록 돕는 데 필수적입니다.

세계보건기구와 유니세프는 이 필요성을 인식하고 특별히 “아기에게 친근한 병원 운동: Baby-Friendly Hospital Initiative: BFHI”를 통해 이러한 활동을 지원하고 있으며 각 나라 및 기관들의 노력에 새로운 불을 지피기 위해 이를 수정하고 업데이트하여 완성하였습니다. 2008년판 최신 자료에 관한 상세한 정보는 <http://www.who.int/nutrition/topics/bfhi/en/index.html>에서 찾아보실 수 있습니다.

아기에게 친근한 병원 운동뿐 아니라, 엄마나 아기들과 접촉하는 모든 보건의료인들은 언제 어디서나 숙련되고 실제적인 도움을 줄 수 있어야 합니다. 그러기 위해서는 의과대학과 간호대학에서부터 모유수유에 관한 실제적이고 심층적인 교육 커리큘럼을 확립해야 합니다. 세계모유수유연맹은 세계 여러 나라에서 의료인들을 대상으로 한 모유수유 상담 및 임상에 관한 교육의 시작을 돕기 위해 노력하고 있습니다.



**엄마가 모유수유 문제로 어려움을 호소한다면
이는 지금 당장 그 자리에서 도움이 필요하다는 뜻이다.
진정 도움이 필요할 때 도움을 줄 수 있어야 한다.**

- 레베카 매갈랜스(미국)



**나는 모든 의료인들이 모유수유에 대해 배우고 익혀 모든
엄마들이 젖을 먹일 수 있도록 도움을 줄 수 있는 세상을 꿈꾼다.**

- 엘리시티 새비지(영국)

또 하나의 원: 정부와 입법

정부 정책과 법률은 젖먹이는 엄마들을 삶의 여러 측면에서 지원하는 데 필수적입니다. 정부는 법률 제정, 분란 판결, 행정 결정 공포 등의 권한이 있습니다. 모유수유를 지원하기 위해서는 법률과 공공 정책이 필요합니다. 각국 정부가 조제분유로 대표되는 모유대체품 판매에 관한 국제규약과 세계보건기구총회의 후속 결의안들을 법제화한다면 모유수유를 방해하는 상업적인 영향으로부터 엄마들을 지킬 수 있을 것입니다.

세계보건기구와 유니세프는 성공적인 모유수유 지원을 위해 다음 네 가지 과제를 제안합니다.

- (1) 보건의료제도가 여성 중심의 정책과 엄마와 아기에 대한 인간적인 치료, 엄마와 아기에게 영향을 주는 관련 정책에 대한 관심을 통해 여성들을 지원할 수 있어야 합니다.
- (2) 의료인 교육을 숙련되고 박식한 실무와 인간적이고 다문화에 민감한 실제 진료를 통해 여성들을 직접적으로 도울 수 있어야 합니다.
- (3) 모유대체품 판촉에 관한 국제규약과 세계보건기구총회의 후속 결의안이 국내법으로 확립되어 잘못된 조제분유와 우유병 판촉을 규제함으로써 여성들을 지원할 수 있어야 합니다.
- (4) 지역사회 동원, 특히 젓먹이는 엄마들 간의, 혹은 다른 동료들의 지원이 모유수유모들에게 힘을 주고 필요한 정보를 제공할 수 있어야 합니다.

모유대체품 판촉에 관한 국제 규약에 대한 최신 보고들은
<http://www.babymilkaction.org/shop/publications01.html# btr07>에서
찾아보실 수 있습니다.

모유수유에 대한 전통적인 지원은 훼손되었으며 세계화, 근대화, 산업화로 인해 위협받고 있다.

-2007년 GIMS 선언



크리스탈이 의사와 직장 동료, 그리고 사회가 모유수유를 방해하는 것을 경험하였을 때, 국가의 총체적인 제도와 인식이 재정비되어야 함을 깨달았습니다. 그 이후 그녀는 모유수유를 권고하는 글을 쓰고 자신이 살고 있는 지역에서 모유수유 지원 그룹을 만들고, 모유수유를 분석을 주관하는 정부 조사 프로젝트에도 참여하였습니다. (대만)

또 하나의 원: 직장 고용

“모든 엄마들은 다 직장 여성이다.” 이 슬로건은 엄마로서의 삶의 실상을 보여 줍니다. 엄마가 된다는 것은 자녀의 양육과 행복을 책임진다는 뜻입니다. 이 일은 시간과 에너지, 그리고 인내력을 요합니다. 특히 완전모유수유를 하는 6개월 미만의 아기가 있다면 밤낮 할 것 없이 24시간 동안 평균 11번이나 젖을 먹여야 할 수 있습니다. 7 하지만 모유수유는 효율적입니다. 젖은 엄마가 일하거나 쉴 때도, 심지어 자고 있는 동안에도, 하루 24시간 내내 만들지 나가요.

스트레스가 적은 경우에 엄마들이 젖을 먹이기가 가장 쉽습니다. 모유수유를 하는 데 쓸 수 있는 시간과 에너지를 위해 집과 직장에서 일거리를 일시적으로 줄일 수 있다면 엄마들에게 도움이 될 것입니다. 모성보호정책은 직업

모유수유하는 직장 여성들을 지원하는 세 가지 요소

1. 근무 시간 동안 젖을 먹이거나搾 수 있는 시간
2. 위생적이고 편안하며 쉽게 이용할 수 있는 장소
3. 모유수유를 우선시하는 직장 내 전반적인 분위기

보장, 유급 산후 휴가, 유급 수유 시간, 직장 내 혹은 인근 육아 시설, 차별로부터의 보호, 부모들을 위한 시간제 근무와 같은 융통성 있는 스케줄 조정을 통해 젓먹이는 엄마들을 지원할 수 있습니다. 이러한 틀 안에서 젓먹이 아기로부터, 직장 내에서 시간과 장소를 조절하는 위치의 상사까지 모든 사람들이, 일하는 엄마의 “팀”이 되어 적극적인 후원자가 됩니다. 이들의 긍정적인 태도가 엄마로 하여금 영아 섭식의 최상의 기준인 모유수유라는 목표를 달성하도록 힘을 돋우어 줍니다.



배우인 우트카시는 일하는 시간이 길니다. 다행히 딸 가나에게 먹일 젖을 손으로도 아주 잘搾 수 있다는 것을 알게 되었습니다. 더욱이 젖 짜는 동안 무거운 배우 의상을 벗을 수 있도록 미용사가 수풀 속에서 숨어 도와 주었기 때문에 그녀는 촬영 중에도搾을 내어 젖을搾 수 있었습니다. (인도)

또 하나의 원: 위기나 긴급 상황에 대한 대처

엄마가 자신이 감당할 수 없는 외부 상황으로 인해 스트레스를 받을 때는, 자녀에 대한 책임감이 양육의 문제에서 삶과 죽음이라는 생존의 문제로 달라질 수 있습니다. 다른 식구와 친지들, 지원 단체, 법률 네트워크 및 의사나 간호사의 도움을 구하면서 동시에 안전한 주거와 위생적인 음식과 깨끗한 의류를 찾아야 할 필요도 있습니다.

자연 재해나 전쟁 혹은 분쟁으로 인해 가정은 집과 지역사회로부터 뿌리 뽑혀 생소한 곳으로 내몰리게 됩니다. 아동과 그 가족을 위한 사회 단체들은 충분한 음식과 물, 의류 등 엄마들이 필요로 하는 물품을 제공함으로써 젓먹이는 엄마들을 지원할 수 있습니다. 엄마젖은 이런 상황에서 아기가 안전하게 먹을 수 있는 유일한 음식입니다.

긴급 구호 상황에서 모유수유하는 엄마와 아이들을 지원하기 위한 실제적인 지침은 www.ennonline.net에서 다운받을 수 있습니다.

이혼이나 보호 감독 등 가족 내 위기 상황에 처한 엄마에게도 도움이 필요합니다. 문서화된 자료와 인적 자원을 통해 엄마를 필요로 하는 아기의 요구를 지지하고 어린 아기가 조제분유를 먹을 경우의 위험에 대해 올바른 정보와 증언을 제공할 수 있습니다.

또한 여러 가지 보건의료 문제로 건강상 위기를 맞은 가족에게도 특별히 요구되는 것들이 있습니다. 병원 내 모유수유 센터는 부모가 아기나 어린 자녀와 함께 지내는 것에 관한 정책 정보, 아기나 어린 자녀들이 입원해 있는 엄마를 면회할 수 있는 권리, 일정 기간 엄마가 직접 수유를 할 수 없을 때 젖을搾 수 있도록 도와주어야 합니다. 에이즈에 걸린 경우 엄마가 젖을 먹일 수 있도록 지원하는 것은 엄마나 그녀를 돕는 사람들에게나 쉽지 않은 일입니다. 이러한 때에 국제적인 보건 기준은 첫 6개월 동안 조제분유 수유가 본인과 아기에게 만족스럽고, 실현 가능하며, 비용을 감당할 수 있고, 지속적이고 안전하다는 조건을 충족하지 못하다면 에이즈에 감염된 여성에게도 첫 6개월 동안 완전모유수유를 하도록 권하고 있습니다.⁸

**엄마가 위기나 응급 상황에서 고군분투하고 있을 때,
정부와 기관, 그리고 개인들이 엄마를 돕는다면
그러한 노력을 통해 금메달을 획득할 수 있습니다.**

어떤 엄마나 어려움을 겪고 도움을 필요로 하지만, 특히 경제적으로 빈곤한 상황에 처한 엄마에게는 또 다른 어려움이 추가됩니다. 보건의료 기관에 대한 비접근성, 식량 부족, 젓먹이는 엄마들의 지원단체 부재, 유방이나 모유수유에 대한 언급 금기 등과 맞물려 교육, 자원, 사회 기반 시설 및 기본적인 편의시설 등이 모두 부족한 불리한 상황입니다. 이런 상황은 선진국이나 저개