

01	A	B	C	D	E
02	A	B	C	D	E
03	A	B	C	D	E
04	A	B	C	D	E
05	A	B	C	D	E
06	A	B	C	D	E
07	A	B	C	D	E
08	A	B	C	D	E
09	A	B	C	D	E
10	A	B	C	D	E
11	A	B	C	D	E
12	A	B	C	D	E
13	A	B	C	D	E

14	A	B	C	D	E
15	A	B	C	D	E
16	A	B	C	D	E
17	A	B	C	D	E
18	A	B	C	D	E
19	A	B	C	D	E
20	A	B	C	D	E
21	A	B	C	D	E
22	A	B	C	D	E
23	A	B	C	D	E
24	A	B	C	D	E
25	A	B	C	D	E
26	A	B	C	D	E

27	A	B	C	D	E
28	A	B	C	D	E
29	A	B	C	D	E
30	A	B	C	D	E
31	A	B	C	D	E
32	A	B	C	D	E
33	A	B	C	D	E
34	A	B	C	D	E
35	A	B	C	D	E
36	A	B	C	D	E
37	A	B	C	D	E
38	A	B	C	D	E
39	A	B	C	D	E

PRACTICE QUESTIONS

IBCLC Examination

IBGRE

International Board Certified Lactation Consultant - Greek

EDITION

Demo

QUESTIONS

9

FORMAT

Limited Edition PDF

Before you begin

What this is

9 practice questions for IBCLC Examination **IBGRE**, each with its answer key and an explanation. Answer a question before you read its key — the explanation is worth more once you have committed.

If something looks wrong

Send us three things and we will check it:

- the exam code, **IBGRE**
- the question number
- the email address on your order

Write to **support@mometrix.net**. We reply within one business day.

QUESTION 1

SINGLE CHOICE

Ποια ορμόνη είναι κυρίως υπεύθυνη για την έναρξη της παραγωγής γάλακτος (γαλακτογένεση σταδίου II) μετά τον τοκετό;

- ☒ **A** Προλακτίνη
- ☐ B Οξυτοκίνη
- ☐ C Οιστρογόνα
- ☐ D Προγεστερόνη

ANSWER A

WHY Η προλακτίνη είναι η κύρια ορμόνη που διεγείρει τη σύνθεση του γάλακτος και είναι υπεύθυνη για τη γαλακτογένεση σταδίου II (έντονη έναρξη παραγωγής γάλακτος) μετά τον τοκετό, όταν τα επίπεδα προγεστερόνης πέσουν. Η ωκυτοκίνη είναι υπεύθυνη για το αντανακλαστικό εκροής (let-down reflex) του γάλακτος.

QUESTION 2

SINGLE CHOICE

Ένα νεογέννητο 4 ημερών θηλάζει αποτελεσματικά αλλά η μητέρα αναφέρει ότι αισθάνεται έντονο πόνο στις θηλές κατά τη διάρκεια του θηλασμού. Ποια είναι η πιο πιθανή αιτία;

- ☐ A Φυσιολογική ευαισθησία λόγω ορμονικών αλλαγών μετά τον τοκετό
- ☒ **B** Κακή πρόσδεση (latch) του βρέφους στο στήθος
- ☐ C Υπερπαραγωγή γάλακτος
- ☐ D Κανονική διαδικασία ωρίμανσης του γάλακτος

ANSWER B

WHY Ο έντονος πόνος στις θηλές κατά τη διάρκεια του θηλασμού οφείλεται συνήθως σε κακή ή ρηχή πρόσδεση (shallow latch) του βρέφους, η οποία προκαλεί τριβή και τραυματισμό της θηλής. Η φυσιολογική ευαισθησία τις πρώτες ημέρες είναι συνήθως ήπια και υποχωρεί γρήγορα· ο έντονος πόνος δεν είναι φυσιολογικός και υποδηλώνει πρόβλημα στην τεχνική θηλασμού.

QUESTION 3

SINGLE CHOICE

Ποια είναι η πιο κατάλληλη αρχική ενέργεια ενός συμβούλου γαλουχίας IBCLC όταν μια μητέρα αναφέρει ότι το βρέφος της αρνείται να θηλάσει από το ένα στήθος;

- ☐ A Συνιστάται άμεση χρήση θηλάστρου για εκκένωση και των δύο μαστών
- ☒ B Λαμβάνεται λεπτομερές ιστορικό θηλασμού και παρατηρείται ολόκληρη η συνεδρία θηλασμού
- ☐ C Συνιστάται να σταματήσει ο θηλασμός και να μεταβεί αποκλειστικά σε τεχνητή διατροφή
- ☐ D Χορηγούνται αμέσως συμπλήρωμα με ξένο γάλα (formula) μετά από κάθε γεύμα

ANSWER B

WHY Η πρώτη ενέργεια ενός IBCLC πρέπει πάντα να είναι η λήψη λεπτομερούς ιστορικού και η παρατήρηση ενός ολόκληρου γεύματος θηλασμού ώστε να αξιολογηθεί η πρόσδεση, η θέση, η αποτελεσματικότητα αναρρόφησης και τυχόν ανατομικά ή λειτουργικά προβλήματα. Χωρίς αξιολόγηση, οποιαδήποτε παρέμβαση θα ήταν πρόωρη και δυνητικά επιζήμια.

QUESTION 4

SINGLE CHOICE

Μια μητέρα με πρόσφατη διάγνωση μαστίτιδας (mastitis) εμφανίζει πυρετό 38.8°C, ερυθρότητα και ευαισθησία στον δεξιό μαστό. Ποια είναι η κατάλληλη σύσταση;

- ☐ A Διακοπή θηλασμού μέχρι να υποχωρήσει ο πυρετός
- ☒ B Συχνός θηλασμός ή εκκένωση του προσβεβλημένου μαστού, ξεκούραση και επικοινωνία με επαγγελματία υγείας για πιθανή αντιβιοτική αγωγή
- ☐ C Εφαρμογή θερμών επιθεμάτων μόνο και αποφυγή κάθε αγγίγματος
- ☐ D Αποκλειστική χρήση ξένου γάλακτος (formula) για 2 εβδομάδες

ANSWER B

WHY Η μαστίτιδα αντιμετωπίζεται με συχνή εκκένωση του μαστού (θηλασμό ή άντληση), επαρκή ανάπαυση, ενυδάτωση και, εφόσον κριθεί αναγκαίο, αντιβιοτική αγωγή. Η διακοπή του θηλασμού αντενδείκνυται καθώς μπορεί να επιδεινώσει τη συμφόρηση και τη μόλυνση.

QUESTION 5

SINGLE CHOICE

Ποιο από τα παρακάτω θρεπτικά συστατικά του μητρικού γάλακτος παρουσιάζει σταθερή συγκέντρωση ανεξάρτητα από τη διατροφή της μητέρας;

- ☐ A Βιταμίνη B12
- ☐ B Βιταμίνη D
- ☒ C Λακτόζη
- ☐ D Ω-3 λιπαρά οξέα (DHA)

ANSWER C

WHY Η λακτόζη, ως ο κύριος υδατάνθρακας του μητρικού γάλακτος, παράγεται από τα επιθηλιακά κύτταρα του μαστού και η συγκέντρωσή της παραμένει σχετικά σταθερή ανεξάρτητα από τη διατροφή της μητέρας. Αντίθετα, η βιταμίνη D, η B12 και τα DHA επηρεάζονται από τη διατροφή και την κατάσταση της μητέρας.

QUESTION 6

SINGLE CHOICE

Μια θηλάζουσα μητέρα ρωτά ποια φάρμακα είναι γενικά ασφαλή κατά τον θηλασμό και εάν μπορεί να συνεχίσει τη φαρμακευτική της αγωγή. Ποιος είναι ο κατάλληλος ρόλος του IBCLC;

- ☐ A Να συνταγογραφήσει ο ίδιος ασφαλές φάρμακο
- ☒ B Να παρέχει πληροφορίες βασισμένες σε αξιόπιστες πηγές και να παραπέμψει τη μητέρα στον θεράποντα ιατρό για τη λήψη της τελικής απόφασης
- ☐ C Να απαγορεύσει κάθε φάρμακο για λόγους ασφαλείας
- ☐ D Να αγνοήσει το ερώτημα καθώς δεν εμπίπτει στις αρμοδιότητές του

ANSWER B

WHY Ο IBCLC μπορεί να παρέχει ενημέρωση βασισμένη σε τεκμηριωμένες πηγές (π.χ. LactMed, επιστημονική βιβλιογραφία), αλλά η τελική απόφαση για τη φαρμακευτική αγωγή ανήκει στον θεράποντα ιατρό της μητέρας και στην ίδια. Η συνταγογράφηση δεν εμπίπτει στο πεδίο ευθύνης του IBCLC.

QUESTION 7

SINGLE CHOICE

Κατά την τήρηση αρχείου (documentation) της συμβουλευτικής συνεδρίας, ποια από τις παρακάτω πρακτικές είναι η πιο σωστή σύμφωνα με τον Κώδικα Επαγγελματικής Δεοντολογίας του IBCLC;

- ☐ A Καταγραφή μόνο των θετικών ευρημάτων για να αποφευχθεί η ανησυχία της μητέρας
- ☒ B Ακριβής, αντικειμενική και έγκαιρη καταγραφή των πληροφοριών, με διατήρηση της εμπιστευτικότητας
- ☐ C Κοινοποίηση των στοιχείων σε μέλη της οικογένειας χωρίς τη συγκατάθεση της μητέρας, για καλύτερη υποστήριξη
- ☐ D Αποθήκευση των αρχείων σε κοινόχρηστο χώρο χωρίς περιορισμό πρόσβασης

ANSWER B

WHY Ο Κώδικας Δεοντολογίας του IBCLC απαιτεί ακριβή, αντικειμενική και έγκαιρη τεκμηρίωση, με απόλυτη εμπιστευτικότητα των προσωπικών πληροφοριών. Η μερική ή επιλεκτική καταγραφή υπονομεύει την ποιότητα της φροντίδας και η κοινοποίηση χωρίς συγκατάθεση παραβιάζει τα δικαιώματα της μητέρας.

QUESTION 8

SINGLE CHOICE

Σύμφωνα με τις τρέχουσες οδηγίες, πόσο καιρό μπορεί να διατηρηθεί φρέσκο μητρικό γάλα σε θερμοκρασία δωματίου (περίπου 25°C) με ασφάλεια;

- ☐ A Έως 1 ώρα
- ☒ B Έως 4 ώρες
- ☐ C Έως 24 ώρες
- ☐ D Έως 48 ώρες

ANSWER B

WHY Σύμφωνα με τις τρέχουσες οδηγίες οργανισμών όπως τα CDC και η Academy of Breastfeeding Medicine, το φρέσκο μητρικό γάλα μπορεί να διατηρηθεί σε θερμοκρασία δωματίου (έως ~25°C) για περίπου 4 ώρες με ασφάλεια. Στο ψυγείο διατηρείται έως 4 ημέρες και στην κατάψυξη για μεγαλύτερο διάστημα.

QUESTION 9

SINGLE CHOICE

Ποια από τις παρακάτω αλλαγές στο μαστό κατά τη διάρκεια της γαλουχίας οφείλεται κυρίως στη δράση της ωκυτοκίνης;

- ☐ A Αύξηση του μεγέθους και του αριθμού των γαλακτοφόρων κυψελίδων κατά την εγκυμοσύνη
- ☒ B Σύσπαση των μυοεπιθηλιακών κυττάρων γύρω από τις κυψελίδες και τους γαλακτοφόρους πόρους
- ☐ C Ανάπτυξη του δικτύου των πόρων κατά την εφηβεία υπό την επίδραση των οιστρογόνων
- ☐ D Παραγωγή του πρωτογάλακτος (colostrum) ήδη από το δεύτερο τρίμηνο της κύησης

ANSWER B

WHY Η ωκυτοκίνη είναι η ορμόνη που προκαλεί το αντανάκλαστικό έκκρισης (let-down reflex), μέσω της σύσπασης των μυοεπιθηλιακών κυττάρων γύρω από τις κυψελίδες και τους γαλακτοφόρους πόρους, ωθώντας το γάλα προς τη θηλή. Η ανάπτυξη των κυψελίδων και του δικτύου πόρων ρυθμίζεται κυρίως από τα οιστρογόνα και την προλακτίνη κατά την κύηση, ενώ η παραγωγή πρωτογάλακτος οφείλεται κυρίως στην προλακτίνη και τα υψηλά επίπεδα οιστρογόνων στην κύηση.