



ΑΝΑΙΜΙΑ ΚΑΙ ΚΥΗΣΙΣ*

Υπό

ΦΑΙΔΩΝΟΣ ΦΕΣΣΑ

Διευθυντοῦ τοῦ Κέντρου Αιμοδοσίας
τοῦ Μαιευτηρίου («Ἀλεξάνδρα»)

Πρόληψη καὶ θεραπεία

Γιὰ τὴν ἀναιμία τῆς ἐγκυμοσύνης, τὸ καλύτερο ποῦ ἔχομε νὰ κάνωμε εἶναι νὰ τὴν προλάβωμε. Καὶ ἐδῶ ἰσχύει ὅ,τι εἶναι σωστὸ καὶ γιὰ τὴν ὑπόλοιπη ἱατρικὴ, ἢ προληπτικὴ θεραπεία. Μιὰ τέτοια πρόληψη ἐπιβάλλεται σὲ ὅλες τὶς περιπτώσεις ὅπου ἡ ἀναιμία κινδυνεύει νὰ ἀναπτυχθῇ λόγῳ προηγηθείσης ἢ συνεχιζομένης κακῆς ἢ, γενικώτερα, ἐλλιποῦς διατροφῆς. Ἀκόμα περισσότερο ἐπιβάλλεται ὡσὰκις προηγήθηκαν ἄλλες κυήσεις, ποῦ θὰ ἔχουν ἤδη «ἀφαιμάξει» τὸν ὀργανισμό τῆς γυναίκα.

Κύριο, ἐπομένως, μέλημα ὅσων παρακολουθοῦν ἐγκύους γυναίκα εἶναι νὰ τοὺς δώσουν ὁδηγίες γιὰ μίαν πλήρη, ποικίλη καὶ πλούσια σὲ λευκώματα διατροφή, καθ' ὅλη τὴν διάρκειαν τῆς κυήσεως. Ἄν τοῦτο δὲν ἦταν δυνατόν νὰ γίνῃ, εἰδικὰ τοὺς πρώτους μῆνες τῆς ἐγκυμοσύνης, τότε εἶναι ἀπαραίτητο νὰ συμπληρωθῇ τὸ διαιτολόγιον μὲ φάρμακα ποῦ περιέχουν βιταμίνες σὲ ποσότητες διπλάσιες ἢ τριπλάσιες τῶν καθημερινῶν ἀναγκῶν ἐνὸς ἐνηλίκου ἀτόμου.

Τὸ κυριώτερο ὅμως συμπλήρωμα τῆς διατροφῆς μιᾶς ἐγκύου εἶναι ὁ σίδηρος. Ὅπως τονίσαμε στὴν ἀρχή, ἡ ἔλλειψι σιδήρου εἶναι ἡ συνηθέστερη αἰτία ἀναιμίας στὴν ἐγκυο γυναίκα. Εἶναι δὲ τόσο συχνὴ αὐτὴ ἢ σιδηροπενικὴ ἀναιμία τῶν ἐγκύων, ὥστε εἶναι ἐπιβεβλημένη ἡ χορήγηση σιδήρου σὲ ὅλες τὶς ἐγκυες γυναί-

κες. Σήμερα εἴμαστε σὲ θέση νὰ γνωρίζωμε καλὰ πότε πρέπει νὰ ἀρχίσῃ ἡ χορήγηση αὐτῆ καὶ πόσος σίδηρος πρέπει νὰ δοθῇ γιὰ νὰ μὴν ἀναπτυχθῇ ἡ σιδηροπενικὴ ἀναιμία. Εὐτυχῶς τοὺς πρώτους μῆνες τῆς ἐγκυμοσύνης, ὅταν ὑπάρχουν στομαχικὲς διαταραχὲς καὶ ἐνδέχεται νὰ μὴν εἶναι καλῶς ἀνεκτὸ ἓνα φάρμακο ποῦ περιέχει σίδηρο, ἡ χορήγηση σιδήρου δὲν χρειάζεται. Ἐξαίρεση τοῦ κανόνος αὐτοῦ ἀποτελοῦν βέβαια οἱ περιπτώσεις ἐκεῖνες ποῦ ἔχουν ἤδη ἀναιμία, ἀλλὰ ἐκεῖ ὁ σίδηρος θὰ δοθῇ γιὰ θεραπευτικούς λόγους. Γιὰ μιὰ ἱκανοποιητικὴ προφύλαξη ὅμως ἀρκεῖ νὰ ἀρχίσωμε νὰ δίδωμε σίδηρο ἀπὸ τὴν ἀρχὴ τοῦ ἔκτου μηνὸς τῆς ἐγκυμοσύνης. Διότι ἀπὸ τότε ἀρχίζει νὰ χρειάζεται περισσότερο, καὶ τότε ὁ ὀργανισμὸς τὸν ἀπορροφᾷ καλύτερα, δηλαδὴ ἀπορροφᾷ μεγαλύτερη ἀναλογία ἀπὸ τὴν συνολικῶς χορηγούμενη ποσότητα.

Ἡ προφύλαξη αὐτὴ πρέπει νὰ συνεχισθῇ μέχρι τέρματος τῆς κυήσεως. Εὐτυχῶς ἡ προφυλακτικὴ θεραπεία δὲν στοιχίζει πολὺ. Ὑπάρχουν βέβαια καὶ ἀκριβὰ σκευάσματα σιδήρου, ἀλλὰ εἶναι ζήτημα ἂν ὑπερέχουν ἀπὸ τὰ κοινόχρηστα δισκία θεικοῦ σιδήρου, τὰ ὁποῖα στοιχίζουν ἐλάχιστα καὶ τὰ ὁποῖα περιέχουν πολὺ μεγάλη ἀναλογία (30% περίπου) μεταλλικοῦ σιδήρου. Τρία τέτοια δισκία συνήθως εἶναι ἀρκετὰ γιὰ μιὰ καλὴ προφύλαξη, ἐφ' ὅσον θὰ τὰ παίρνη ἡ γυναίκα συνεχῶς σ' ὅλο τὸ διάστημα τῶν τελευταίων τεσσάρων μηνῶν τῆς ἐγκυμοσύνης. Πρέπει νὰ λαμβάνωνται πάντα μετὰ τὸ φαγητὸν

* Συνέχεια ἐκ τοῦ τεύχους ὑπ' ἀριθ. 17 καὶ τέλος.

και πρέπει να εξηγήσωμε στην γυναίκα ότι αυτά—καθώς και όλα τα σιδηροδχα σκευάσματα—χρωματίζουν τα κόπρανα μαύρα, για να μην τρομάξη. Μόνον στην σπάνια περίπτωση που ό χορηγούμενος σίδηρος δεν είναι καλά ανεκτός από την γυναίκα, θα καταφύγωμε σε άλλο σκευάσμα σιδήρου ή σε χορήγηση δι' ενέσεων. Άλλά αυτές οι περιπτώσεις άφορούν άποκλειστικώς τους ιατρούς, και άπ' αυτών εξαρτάται, πολλές φορές κατόπιν συνεννόσεως με ειδικόν, πώς θα αντιμετωπισθής κάθε περίπτωση. Η προφύλαξη όμως είναι ζήτημα τόσον μαιευτήρων όσον και μαιών, και εδνυχώς δεν παρουσιάζει προβλήματα, ούτε καν οικονομικά, διότι το σύνολον τών έξόδων τής προφυλάξεως στοιχίζει ελάχιστα.

Κοντά στο σίδηρο, πολύτιμα είναι τα φρούτα ή οι χυμοί αυτών, κυρίως τών εσπεριδοειδών, καθώς και τα πράσινα χόρτα ως πηγή ώρισμένων βιταμινών άπαιτήτων για την αίμοποίηση. Αυτά εδνυχώς άποτελούν συνήθως σταθερό συμπλήρωμα τής διατροφής στην Έλλάδα, και έτσι ή άναιμία από έλλειψη ώρισμένων βιταμινών, όπως π.χ. το φυλλικόν δξύ, είναι εκτάκτως σπάνια.

Εάν βέβαια ή έγκυος γυναίκα παρουσιάζη άναιμία, παρά την όρθη προφύλαξη με όρθη διατροφή, με σίδηρο ή και με συμπλήρωμα βιταμινών, τότε το πρόβλημα της άνήκει πλέον στην δικαιοδοσία του Ιατρού, τόσο από την πλευρά τής διαγνώσεως τής αιτίας και τής φύσεως τής άναιμίας, καθώς και τής θεραπείας τής.

Μερικές φορές το πρόβλημα είναι αρκετά περίπλοκο.

Σημασιαν έχει οι παρακολουθούντες μι άγκυο, που ίσως και σε προηγούμενες κυήσεις να παρουσίαζε άναιμία, να έχουν ύπ' όψιν τους τις αρκετά συνηθισμένες στον τόπο μας κληρονομικές άναιμίες. Πολλές φορές, όπως ήδη έλέχθη, αυτές γίνονται πιό εκδηλες και έτσι έρχονται στην επιφάνεια επ' ευκαιρία τής έγκυμοσύνης. Και εδδ το πρόβλημα είναι ιατρικόν, δηλαδή πρόβλημα θεραπευτικής αντιμετωπίσεως μάλλον και όχι προφυλάξεως. Όμως ή πρώτη διαπίστωση, ότι κάτι άνώμαλο ή άσυνήθιστο συμβαίνει, πάλι θα γίνη από όσους παρακολουθούν την έγκυον εξ άρχής, και έπομένως αυτοί θα φροντίσουν να παραπεμφθής ή γυναίκα στο ταχύτερον εκεί όπου μπορεί να γίνη ή όρθη διάγνωση και ή όρθη άγωγή.

* * *

Τελικά θα ήθελα να ξανατονίσω ότι με καλή προφύλαξη μπορεί να άποφευχθής ή μεγίστη άναλογία τών άναιμιών τής κυήσεως. Το βάρος για την έγκαιρη και άποτελεσματική προφύλαξη πέφτει εις τους μαιευτήρες και τις μαιές, και αυτοί μπορούν με μηδαμινό πρόσθετο κόπο και ελάχιστη οικονομική επιβάρυνση για την έγκυο να επιτύχουν να την φέρουν μέχρι τέρατος τής κυήσεως χωρίς άναιμία και χωρίς τις επιπλοκές αυτής, που μόνον πρόσθετους κινδύνους και κόπους, και βεβαίως και έξοδα, δύνανται να φέρουν.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΑΖΕΤΑΙ ΝΕΟΝ ΕΜΒΟΛΙΟΝ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΙΛΑΡΑΣ

Ρότσεστερ. — 'Ο Άμερικανός Ιατρός Δόκτωρ Σάμουελ Κάτς, όμιλών ένώπιον Ιατρικού συνεδρίου συνελθόντος ένταύθα, έδήλωσεν ότι εις τα έργαστήρια Ιατρικής του Πανεπιστημίου του Χάρβαρντ διεξήχθησαν επί δύο και ήμισυ έτη πειράματα διά νέου έμβολιασμού κατά τής Ιλαράς. 'Ο Δρ Σάμουελ Κάτς έδήλωσεν ότι επί 4.000 μαθητών εις τους όποίους έγένετο έννεσι του έν

λόγω νέου έμβολίου ούδεις έπαθεν Ιλαράν, μολονότι ώρισμένοι εξ αυτών παρουσίαζαν προδιάθεσιν έναντι τής άσθεनेίας. Έξ άλλου, ως έδήλωσεν ό Δρ Κάτς, τα πειράματα δεικνύουν ότι ή Ισχύς του έμβολλου παρατείνεται διά βίου, και διηυκρίνισεν ότι δεν είναι εις θέσιν να ελπίη από τουδε τόν χρόνον καθ' όν το έμβόλιον θα παραδοθής εις την χρήσιν του κοινού.