

Μαία και προγεννητική εκπαίδευση

Μαρία Γκόσμα, Μαία, Ι.Κ.Α. Νέου Ψυχικού.

(Η παρούσα εργασία ανακοινώθηκε στο 3ο Πανελλήνιο Συνέδριο Ψυχοπροφυλακτικής, που έγινε στη Λεμεσό της Κύπρου από 19-21 Οκτωβρίου 2001).

Κυρίες και Κύριοι,

Αρχικά θα ήθελα να ευχαριστήσω την Οργανωτική Επιτροπή που μου έδωσε την ευκαιρία να μας θυμίσω γνωστά μεν πράγματα, που όμως μέσα στην καθημερινότητα μερικές φορές τα ξεχνάμε.

Προγεννητική εκπαίδευση είναι η αγωγή που δέχονται οι μελλοντικοί γονείς πριν και κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, με σκοπό τη συνειδητή τους προετοιμασία και πληροφόρηση σ' όλα τα επίπεδα, ώστε να είναι σε θέση να διαπαιδαγωγήσουν τα παιδιά τους από την πρώτη στιγμή της σύλληψης.

Είναι γνωστό πλέον, ότι το παιδί όταν γεννιέται είναι ήδη εννέα μηνών. Ως γυναίκα, μητέρα και μαία, που αντιμετωπίζω τη ζωή καθημερινά σ' όλα τα επίπεδα, θα ήθελα να είμαι κυρίως πρακτική. Σας ζητώ, λοιπόν, να κάνουμε μια πορεία. Δηλαδή, πρώτα να δούμε ο καθένας τον εαυτό του εσωτερικά, αλλά και τη σχέση μας. Να συνειδητοποιήσουμε τις ευθύνες μας ως άτομα, ως γονείς και ύστερα ως επαγγελματίες υγείας. Γιατί τότε είναι βέβαιο, ότι έχουμε κατακτήσει τη θεωρητική μας γνώση μέσα από την πρακτική εφαρμογή. Τότε είναι σίγουρο, ότι θα βοηθήσουμε με τον αποτελεσματικότερο τρόπο τα άτομα που έρχονται να μας συμβουλευθούν.

Γυρίζουμε, λοιπόν, μαζί πίσω και βλέ-

πουμε ότι ξεκινάμε τη ζωή μας ψάχνοντας ερασιτεχνικά. Δεν ξέρουμε να συνάψουμε σχέσεις με τους άλλους, δεν ξέρουμε να επιλέξουμε τον κατάλληλο σύντροφο, να πραγματοποιήσουμε τα όνειρά μας. Φτάνουμε στο σημείο να παντρευόμαστε και να φέρνουμε παιδιά στον κόσμο είτε γιατί έτσι έπρεπε, είτε για να νιώσουμε τη μητρότητα ή την πατρότητα, είτε από ανασφάλεια γιατί νιώθαμε μόνοι, είτε επειδή κάποιος ή κάποια μάς σαγήνευσε σωματικά και νομίσαμε ότι μίλησε στα τρίςβαθα της ψυχής μας. Στην πραγματικότητα μάς κάλυψε κάποια κενά αδυναμιών, τακτοποιηθήκαμε κοινωνικά και αυτό ήταν όλο.

Ερχόμαστε όμως τώρα, και διαπιστώνουμε ότι ολοένα και περισσότερο αυξάνονται τα προβλήματα στις σχέσεις των ζευγαριών, αλλά και στις σχέσεις γονέων-παιδιών, δηλαδή της οικογένειας. Όμως, διατεινόμαστε ότι αγαπιόμαστε μεταξύ μας. Ότι αγαπάμε τα παιδιά, το σύντροφο και τον εαυτό μας.

Άραγε, τί αγάπη τυφλή είναι αυτή χωρίς τη συναίσθηση του τί έκανα και τί κάνω; Με ποιά προετοιμασία ψυχολογική και πνευματική αποφασίσαμε να δημιουργήσουμε παιδιά; Και το ακόμα χειρότερο: πολλοί δεν γνωρίζαμε ότι αυτό που είμασταν εμείς εσωτερικά και εξωτερικά, αυτό ελκύαμε τη στιγμή της σύλ-

ληψης και μ' αυτή την ίδια ποιότητα το διαπαιδαγωγήσαμε και δυστυχώς μετά τη γέννα. Αν αυτό γίνει κατανοητό, αντιλαμβανόμαστε πώς συλλαμβάνονται, δημιουργούνται και γεννιούνται οι κοινωνίες, η ανθρωπότητα όλη. Αυτή η άγνοιά μας ξεκινά από την έλλειψη πληροφόρησης και παιδείας από την οικογένεια, το σχολείο και την κοινωνία μας. Όμως, αυτό είναι θέμα άλλου συνεδρίου.

Έχουμε, λοιπόν, απομακρυνθεί από την πατρική μας οικογένεια. Για να μην μεμψιμοιρούμε άλλο ρίχνοντας εδώ και εκεί τις ευθύνες, είναι καλύτερα να αφυπνιστούμε κάνοντας προσπάθεια να γνωρίσουμε τον πραγματικό μας εαυτό. Είτε μέσα από την πρακτική της ζωής, είτε με τη βοήθεια ειδικών να προσπαθήσουμε να δούμε τους φόβους και τις αδυναμίες μας και ύστερα να τα αντιμετωπίσουμε. Αν ατονίσουμε τα αδύνατά μας σημεία, αποκτούμε περισσότερη σιγουριά και αυτοπεποίθηση. Όταν ελευθερωθούμε από διάφορα ψυχολογικά σκουπίδια, γαληνεύουμε, πατάμε γερά στα πόδια μας, γινόμαστε αυτόνομοι και δεν χρειάζεται να εξαρτώμαστε από άλλους.

Προετοιμασμένοι με τέτοια εφόδια και άλλα, είναι παραπάνω από βέβαιο ότι θα προσελκύσουμε αντίστοιχης ποιότητας σύντροφο. Εδώ η γνώμη των ειδικών είναι: εάν χρησιμοποιήσουμε με τον ορθό τρόπο τη σεξουαλικότητά μας, αυτή γίνεται μέσον εξέλιξης. Και εξηγούν, ότι αντί να έχει η σεξουαλικότητα πρώτο στόχο την ηδονή και την αναπαραγωγή, καλύτερα να γίνει μέσον προετοιμασίας και γνωριμίας με το άλλο φύλο.

Μέσω αυτής προτείνουν, επίσης, να ξαναβρούμε τα γνήσια χαρακτηριστικά του φύλου μας ο καθένας, διότι σήμερα



έχουμε αρκετά απομακρυνθεί από τα αρχέτυπά μας με αποτέλεσμα να μην είναι ξεκάθαροι οι ρόλοι μέσα μας.

Με τον εαυτό μας αγκαλιά ερχόμαστε στο "μαζί" των μελλοντικών γονέων. Οι ειδικοί μάς έχουν ήδη πληροφορήσει, ότι επάνω στην ποιότητα αυτής της σχέσης θα βασιστεί η διαπαιδαγώγηση του νέου ανθρώπου. Ας φροντίσουμε, λοιπόν, η σχέση αυτή να στηρίζεται στην αγάπη, στον αμοιβαίο σεβασμό και τη διαρκή εξέλιξη. Είναι σημαντικό να έχουμε προαποφασίσει ότι θέλουμε να κάνουμε παιδί, ώστε οι προσπάθειες να συγκλίνουν προς τα εκεί και να μην είναι τυχαίο γεγονός. Μπορεί να ζούμε σ' έναν κόσμο που ίσως δεν μας αρέσει και τόσο, αλλά, τουλάχιστον, το παιδί μας να έρθει σε μια οικογένεια που θα του προσφέρει εμπιστοσύνη, ασφάλεια και απέραντη αγάπη χωρίς όρους και όρια. Οι σκέψεις και τα συναισθήματα του ζευγαριού την ώρα της ένωσης αποτελούν τον πρώτο θεμέλιο λίθο του παιδιού που θα δημιουργήσουν. Η αγάπη, η τρυφερότητα και η αποδοχή δεν επιτρέπουν στα αρνητικά συναισθήματα να έχουν θέση σ' αυτή τη σημαντική στιγμή.

«Είμαστε συνδημιουργοί της ζωής μαζί με το Θεό», λέει η θρησκεία μας. Εξάλ-

λου, η σοφία των αρχαίων Ελλήνων το ίδιο μας δείχνει για τη στιγμή της σύλληψης. Στην *“Πολιτεία”* του Πλάτωνα διαβάζουμε, ότι οι νέοι προχωρούσαν σε ερωτική ένωση, που θα οδηγούσε στη σύλληψη και τεκνοποιία, μέσα σε ατμόσφαιρα ψυχικής έκστασης και πνευματικής έμπνευσης, υπό τους ύμνους της μουσικής και τους στίχους των ποιητών. Επίσης, ο Ησίοδος στο *“Έργα και Ημέραι”* (στίχ. 735) καθοδηγεί τους άνδρες να μην σπέρνουν παιδιά γυρίζοντας από κηδεία, που είναι μiasmμένη, αλλά όταν γυρίζουν από συμπόσιο γιορτής των θεών.

Έχει αρχίσει η νέα ζωή. Μόλις, λοιπόν, οι μέλλοντες γονείς αντιληφθούν την εγκυμοσύνη, τότε συνήθως έρχονται σε μας για οδηγίες. Ας ελπίσουμε, πως σιγά σιγά με τη βοήθειά μας θα ξεκινούν γρηγορότερα την πληροφόρηση. Καλό θα είναι να ενημερώνουμε με απλά λόγια και τους δύο γονείς για το τί συμβαίνει κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και γιατί αυτή η περίοδος είναι πολύ σημαντική.

Πρώτα πρώτα, ότι το αίμα της μητέρας μέσω του πλακούντα “χτίζει” όλο τον οργανισμό του εμβρύου. Σχηματίζονται όλα τα όργανα του σώματός του. Ο εγκέφαλος, η καρδιά, το πεπτικό σύστημα, το κυκλοφοριακό, τα οστά, οι πνεύμονες. Το πώς θα διαπλαστούν αυτά τα όργανα εξαρτάται από την ποιότητα του αίματος της μητέρας. Αν η μητέρα καπνίζει, πίνει αλκοούχα ποτά, παίρνει φάρμακα ή εθιστικές ουσίες και διατρέφεται ανθυγιεινά, τότε επηρεάζει τα όργανα που σχηματίζονται εκείνη την περίοδο. Ας αφήσουμε, που μπορεί να προκληθεί αποβολή, ενδομήτριος θάνατος ή νοητική καθυστέρηση του εμβρύου.

Και δεν είναι μόνο αυτές οι τοξίνες.

Εμείς γνωρίζουμε ότι η σύσταση του αίματος επηρεάζεται ιδίως –και προπαντός– από τις σκέψεις και τα συναισθήματα, που με τη σειρά τους επηρεάζουν τους ενδοκρινείς αδένες και αναλόγως εκκρίνουν ορμόνες. Όταν π.χ. η έγκυος καταπιέζεται από το οικογενειακό της περιβάλλον ή τον προϊστάμενό της, τότε δεν είναι ευχαριστημένη, δεν μπορεί να αντιμετωπίσει βασικές ανάγκες και απελευθερώνει στο αίμα υψηλό ποσοστό ορμονών, όπως την κορτιζόνη, που παρακλύει την ανάπτυξη του εμβρύου.

Ενημερώνουμε, λοιπόν, τη μέλλουσα μητέρα:

1) Να έχει ισορροπημένο διαιτολόγιο, να καταναλώνει τροφές που περιέχουν αντιοξειδωτικά και βιταμίνες, όπως φρούτα, λαχανικά και καρπούς, να αποφεύγει τα κεκορεσμένα λιπαρά, όπως μαργαρίνες, να προτιμάει τα ακόρεστα που είναι αναγκαία για τη δόμηση του εγκεφάλου, καθώς και τις πρωτεΐνες. Οι τροφές που προέρχονται από τη θάλασσα την καλύπτουν.

2) Να παραμένει γαλήνια, αισιόδοξη και ικανοποιημένη, ώστε να μην εκκρίνονται διεγερτικές ορμόνες στο αίμα, αλλά οι ενδορφίνες, που μέσω της κυκλοφορίας περνούν στο έμβρυο.

Αυτές οι ορμόνες είναι οπιούχα, που έχουν την ιδιότητα να δημιουργούν εξάρτηση, άρα την αρχή του δεσμού τους. Καλό είναι να κάνει ήρεμους περιπάτους στη φύση και ν’ αναπνέει σωστά, διότι η φτωχή αναπνοή υποξυγονώνει το έμβρυο. Βέβαια, αν είναι εναρμονισμένη με τους ρυθμούς της φύσης, αν δηλαδή έχει τάξη μέσα της ώστε να ζει σε αρμονία με τον εαυτό της και τη φύση, τότε

ωφελείται πολλαπλάσια. Είναι πολύ σημαντικό οι γονείς και ιδιαίτερα η μητέρα, να αποδεχθούν την εγκυμοσύνη και να αρχίσουν να αγαπούν το παιδί που ετοιμάζουν. Η ασυνείδητη διαμαρτυρία της γυναίκας, είτε για τη μοίρα της είτε για την εγκυμοσύνη, συχνά προκαλεί ναυτίες, αϋπνίες, που βέβαια έχουν επίπτωση στο έμβρυο. Οι ερευνητές ψυχίατροι μας βεβαιώνουν μέσα από κλινικές έρευνες, ότι το έμβρυο έχει μεγάλες ικανότητες πρόσληψης ερεθισμάτων ήχου, κινήσεων και τρόπων συμπεριφοράς της μητέρας, ώστε να αντιδρά σ' αυτά και να τα αποτυπώνει συγκινησιακά. Το καθετί εγγράφεται στην κυτταρική του μνήμη. Όταν η μητέρα είναι απορριπτική ή όταν είναι διαταραγμένη καταλαβαίνουμε το αποτέλεσμα.

Παρόλο που η γυναίκα είναι δυνατή από τη φύση της, στην περίοδο της εγκυμοσύνης γίνεται ευαίσθητη. Κουβαλάει και δεύτερο άνθρωπο και πολλές φορές την προδίδουν οι δυνάμεις της. Συμβουλεύουμε, λοιπόν, το ζευγάρι, να αναλάβει και ο άντρας ρόλο ώστε και οι δύο να αποκτήσουν μια αμεσότερη σχέση με το παιδί τους. Να φιλτράρει εκείνος τί θέλει να πει ή να δείξει στη μητέρα, διότι ένα συγκινησιακό σοκ από άσχημες ειδήσεις για παράδειγμα, πάλι θα επηρεάσει το έμβρυο. Ας αναλάβει ο πατέρας να ετοιμάσει το σπίτι του παιδιού. Δεν εννοώ το υλικό μόνο, αλλά το διανοητικό. Ας φροντίζει να περιβάλεται η μητέρα και ο ψυχοδιανοητικός της κόσμος με ό,τι ωραιότερο σε λόγια, σε αισθήματα, σε εικόνες, μουσική, χρώματα.

Οι Πυθαγόριοι έλεγαν, ότι η έγκυος γυναίκα πρέπει να περιστοιχίζεται από ωραία αγάλματα και εικόνες γενικώς,



ώστε να βγάλει όμορφο παιδί. Ίσως δεν εννοούσαν στο σώμα, αλλά βαθύτερα. Και οι παλιές γιαγιάδες συμβούλευαν την έγκυο: «Όταν σκιρτήσει το παιδί μέσα σου, να σταθείς μπροστά στα εικονίσματα του Χριστού και της Παναγίας, για να γίνει όμορφο και νά 'χει όλες τις καλές

αρετές». Όπως είπαμε παραπάνω, το έμβρυο αισθάνεται άμεσα. Αντιλαμβάνεται και εγγράφει στην κυτταρική του μνήμη τα βιώματα της μητέρας, τις σκέψεις και τα συναισθήματα. Γι' αυτό, είναι σημαντικό η μέλλουσα μητέρα να παραμένει ήρεμη και συγκεντρωμένη.

Οι μελέτες μέχρι στιγμής δείχνουν ότι οι νευρικές μητέρες, οι αφηρημένες ή οι καταθλιπτικές, εμποδίζουν τη διανοητική δημιουργικότητα του παιδιού. Ταυτόχρονα, άλλες μελέτες που έχουν γίνει κυρίως σε ποντίκια, αλλά και σε ανθρώπους, δείχνουν ότι η διανοητική εξάσκηση της μητέρας (μελέτη για παράδειγμα) επηρεάζει πολύ τα γονίδια του παιδιού.

Επίσης, είναι πολύ σημαντικό να ενημερώνουμε τους γονείς για τις αισθητηριακές ικανότητες του εμβρύου, το οποίο έχει ιδιαίτερα αναπτυγμένες τις αισθήσεις της γεύσης, της ακοής και της αφής. Έχει μελετηθεί, πως όταν το αμνιακό υγρό της μητέρας έχει γλυκιά γεύση – και αυτό επηρεάζεται από την ψυχοφυσική της κατάσταση – τότε το έμβρυο καταπίνει διπλές γουλιές, ενώ όταν είναι πικρό δείχνει δυσαρεστημένο. Ακόμη, το είδος διατροφής της μητέρας καθορίζει την προτίμησή του αργότερα.

Το έμβρυο έχει αφή. Αισθάνεται το χάδι του πατέρα του και της μητέρας του επάνω στην κοιλιά. Όταν το χαϊδεύουν στρίβει ολόκληρο να δεχθεί το χάδι. Ας το εκμεταλλεύονται αυτό οι μέλλοντες γονείς και να περνούν την αγάπη τους στο έμβρυο, διότι το χάδι το κάνει να νιώθει ηρεμία και ασφάλεια. Αλλά προπατρός, το έμβρυο ακούει. Η ευαισθησία της ακοής του είναι άπειρη. Πρώτα ακούει τους θορύβους των εντέρων της

μητέρας του, του στομάχου της, της αναπνοής της, της καρδιάς της. Ακούει τη φωνή της μητέρας και του πατέρα. Είναι σημαντικό, λοιπόν, να του μιλάνε.

Πρώτον, για να τους γνωρίσει. Του μιλάνε για να αποκτήσει εμπιστοσύνη, διότι τη στιγμή που θα βγει στον κόσμο θα τρομάξει, επειδή δέχεται βίαιες αλλαγές. Από τη ζωή μέσα στο νερό θα βγει στον κόσμο του αέρα και αν εκείνη τη στιγμή ακούει τη φωνή που ήξερε επί 9 μήνες, τότε θα έχει μεγαλύτερη εμπιστοσύνη να βγει.

Δεύτερον, του μιλάνε για να μαθαίνει. Όταν η φωνή των γονέων είναι διαποτισμένη από αγάπη ενεργοποιεί το έμβρυο, ενδυναμώνει το νευρικό του σύστημα, το προετοιμάζει στην άσκηση του λόγου, στην εκμάθηση της γλώσσας και αργότερα στην καλή σχολική επίδοση.

Είναι τόσο συναρπαστικό το άκουσμα της φωνής της μητέρας, ώστε ο Dr Tomati θεραπεύει στα ανά τον κόσμο κέντρα του παιδιά και ενήλικες με διαταραχές επικοινωνίας, βάζοντάς τους να ακούσουν τη φωνή της μητέρας τους ή εάν δεν υπάρχει, τους βάζει τη μουσική του Mozart, όπως ακουγόταν σε εμβρυϊκή περίοδο μέσα στο υδάτινο περιβάλλον της μήτρας.

Η επίδραση της μουσικής στο έμβρυο είναι μεγάλη. Συνιστούμε ήρεμες μουσικές των Mozart και Vivaldi. Όχι βίαια κομμάτια. Ενοχλείται και το δείχνει με τις έντονες κινήσεις του.

Θα ήθελα να τονίσω πάλι, για να μην το ξεχνάμε και να το περνάμε και στους γονείς, ότι από τη στιγμή της σύλληψης έως τον τοκετό το έμβρυο δέχεται μορφωτική εκπαίδευση σαν να πήγαινε σχολείο. Πρέπει, δηλαδή, να του δώσουν

εγκυκλοπαιδική μόρφωση σ' όλους τους τομείς, αλλά και ηθική κατεύθυνση. Βέβαια, αυτό γίνεται νοερά μέσω και των δύο γονέων. Τί έλεγαν οι παλιοί; «Όταν ο Θεός σου στέλνει ένα παιδί, σου στέλνει ένα δάσκαλο μέσα στο σπίτι». Με την έννοια μεγαλώνουμε το παιδί και θέλουμε να το εκπαιδύσουμε και έτσι εκπαιδύουμε και τον εαυτό μας.

Δεν σημαίνει πως θα σταματήσει η καθημερινότητα και τα προβλήματά της, αλλά θα πρέπει τώρα να τα αντιμετωπίζουν με πιο θετική σκέψη. Για παράδειγμα: δεν σκέφτομαι ότι υπάρχουν προβλήματα, αλλά ότι υπάρχουν άνθρωποι που λύνουν τα προβλήματα.

Ας φροντίζουν επίσης κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης να προσέχουν τη μεταξύ τους συμπεριφορά, να αποφεύγουν τα προσβλητικά λόγια, τα ψεματάκια, τις μικροϋποκρισίες, διότι στην πραγματικότητα τού καλλιεργούν την αλήθεια, την ακεραιότητα του εαυτού. Ή να του μαθαίνουν κάποιες αρχές. Με ποιό τρόπο; Όταν έχει δραστηριότητες κινήσεων και εξασφαλίσουν ότι δεν συμβαίνει κάτι άλλο, του εξηγούν νοερά ή με λόγο ότι: «Τώρα, είναι ώρα να κοιμηθούμε, γιατί είμαστε κουρασμένοι». Του δείχνουν, δηλαδή, ότι πρέπει να σέβεται την επιθυμία και το χρόνο του άλλου. Βέβαια, θα πρέπει να εκτιμήσουν –και κυρίως η μητέρα το αισθάνεται αυτό– ότι το έμβρυο κάνει έντονες κινήσεις όταν νιώσει ότι οι γονείς του δεν ενδιαφέρονται πολύ γι' αυτό και προσπαθεί μ' αυτό τον τρόπο να τους δώσει ένα σημάδι. Ας το απαλλάξουν από τέτοια ανασφάλεια και φόβο και από την άλλη πλευρά ας επαξετάσουν τις ευθύνες τους.

Κάτι άλλο για το οποίο μπορούμε με

απλό τρόπο να πληροφορήσουμε τους γονείς είναι η εξέλιξη των οργάνων του παιδιού ανά μήνα. Αφενός για να το γνωρίσουν οι ίδιοι και αφετέρου για να το εξηγούν νοερά στο παιδί. Για παράδειγμα: «Είσαι στον πρώτο μήνα ή στην τάδε εβδομάδα και τώρα αρχίζει να δημιουργείται η καρδιά σου ή ο εγκέφαλός σου» κ.ο.κ.

Ας μη δυσανασχετούν οι μέλλουσες μητέρες. Οι γυναίκες είναι δυνατές και επιλεγμένες γι' αυτό το έργο. Ο Πυθαγόρας, γράφει ο Ιάμβλιχος στον *“Πυθαγορικό Βίο”* (παρ. 208-214), έδωσε μεγάλη θέση στη γυναίκα θεωρώντας τη από τη φύση της *“πιο οικεία στην ευσέβεια”*, την αναβίβασε ανάλογα με την ηλικία της ως *“συνώνυμη του Θεού”* και ονόμασε την μεν άγαμη *“Κόρη”*, εκείνη που μνηστεύεται *“Νύμφη”* και αυτήν που γέννησε παιδιά *“Μητέρα”*. Ενώ εκείνη που από τα παιδιά της μεγάλωσε παιδιά, *“Μαία”*.

Μέσα στις προγεννητικές φροντίδες μας, των επαγγελματιών υγείας, είναι να προστατεύουμε την έγκυο από τα διάφορα tests, υπερηχογραφήματα κ.ά., όταν συμβαίνουν άσκοπα, σε πολλές περιπτώσεις και με ευκολία. Επίσης, να την εξοικειώνουμε με το χώρο που θα γεννήσει, ώστε να διώξει ενδεχόμενο φόβο.

Η έγκυος έχει ανάγκη να την κατανοήσουμε, να την αγγίξουμε ψυχικά αλλά και σωματικά. Έχει ανάγκη να μας εμπιστευθεί. Πρέπει να βρίσκουμε τον τρόπο να μας εμπιστεύεται. Κάποιες φορές μπορεί να έχει οικογενειακά προβλήματα και να θέλει να μας τα κουβεντιάσει. Ας είμαστε λοιπόν προετοιμασμένοι, όπως είπαμε νωρίτερα, ώστε να μπορέσουμε

να τη βοηθήσουμε. Αυτό δεν σημαίνει ότι όλες οι έγκυες, αλλά και όλοι οι άνθρωποι χρειάζονται τον ίδιο τρόπο αντιμετώπισης. Η κάθε γυναίκα είναι διαφορετική και ιδιαίτερη. Επομένως, χρειάζεται να επικοινωνήσουμε με την καρδιά μας, για να αγγίξουμε τον άνθρωπο που έχουμε απέναντί μας. Γιατί, συχνά η εγκυμοσύνη για εμάς προχωράει καλά, αν η πίεση είναι καλή, αν οι εξετάσεις αίματος είναι καλές, αν το παιδί ακούγεται καλά και... εντάξει! Έτσι, όμως, σε λίγο θα αντιμετωπίζουμε ασθενείς, αντί να προλαβαίνουμε υγιείς να μην αρρωστήσουν.

Αν όλα αυτά τα περνάμε στους μέλλοντες γονείς και εκείνοι με τη σειρά τους

μπορέσουν να μεταδώσουν στα μελλονθέννητα ότι τα αγαπούν και τα θέλουν, τότε η πορεία της ανθρωπότητας, το μέλλον του κόσμου διαγράφεται τελείως διαφορετικό απ' ότι σήμερα. Διότι, η προγεννητική αγωγή έχει σχέση με τη γενικότερη αντίληψη που έχουμε για τον άνθρωπο και τον κόσμο.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Από το Δεκέμβριο του 1989 ιδρύθηκε και λειτουργεί η «Ελληνική Εταιρεία Προγεννητικής Αγωγής», με φιλοκερδή σκοπό να διδάξει τους μέλλοντες γονείς πώς να προετοιμάσουν τη νέα ζωή. Η Εταιρεία είναι μέλος της Παγκόσμιας Οργάνωσης της Ένωσης των Σωματείων Προγεννητικής Αγωγής.

Η καισαρική τομή πριν από 50 χρόνια. Τί άλλαξε από τότε;

(Από τη στήλη "ΔΙΕΘΝΗ ΝΕΑ" του περιοδικού "ΕΛΕΥΘΩ", Έτος Α', Αρθμ. 2, 1ος-2ος/1958).

Kingston, Ontario, ΚΑΝΑΔΑΣ: Κατ' ανακοίνωσιν του Dr Saint Victor (Τμήμα Μαιευτικής, Πανεπιστήμιον της Ottawa), κατά το Πέμπτον Έτος Μετεκπαιδευτικών Μαθημάτων (Πανεπιστήμιον Queen Kingston), η αύξησις της συχνότητος εκτελέσεως καισαρικής τομής κατέστη δυνατή χάρις εις την βελτίωσιν της εγχειρητικής τεχνικής, την καλύτεραν αναισθησίαν, τας τραπέζας αίματος και τα αντιβιοτικά. Κατά τον ανωτέω ερευνητήν, η επέμβασις επιβάλλεται κατά 90% επί των εξής 8 κυρίως ενδείξεων:

- 1) δυσαναλογία πυέλου κεφαλής εμβρύου, 23-53%,
- 2) προηγηθείσα καισαρική τομή, 2-33%,
- 3) αιμορραγία, συνήθως λόγω προδρόμου πλακούντος, 1-17%,
- 4) τοξιναιμία 3,5-11%,
- 5) δυσχερής τοκετός κατά το παρελθόν, 1-9,7%,
- 6) αδράνεια της μήτρας, 2-7%,
- 7) ηλικιωμένη πρωτοτόκος, 1,3-4,4% και
- 8) κακή προβολή, 3,5-4,4%.

Το καρκίνωμα και αι ανωμαλίας του τραχήλου και της μήτρας αποτελούν επίσης ενδείξεις, ενώ ο προ της γεννήσεως θάνατος του εμβρύου είναι συνήθως αντένδειξις. Ο Saint Victor ετόνισεν ότι αι απόλυτοι ενδείξεις καισαρικής τομής είναι σπάνια και ότι επί εκάστης περιπτώσεως πρέπει να εκτιμάται μετά προσοχής, τόνον ο εκ της επεμβάσεως, όσον και εκ του δια του κόλπου τοκετού κίνδυνος. (Πέμπτον Έτος Μετεκπαιδευτικών Μαθημάτων, Πανεπιστήμιον Queen Kingston, Καναδάς).