



## Μητρικός Θηλασμός Νέα απ' όλο τον Κόσμο

Επιμέλεια: Δρ **Θέμις Ζάχου**, Μέλος Εθνικής Επιτροπής Μητρικού Θηλασμού, Διευθύντρια Μονάδας Νεογέννητων, Προαγωγής Μητρικού Θηλασμού, Τράπεζας Μητρικού Γάλακτος του Γ.Π.Ν.-Μαιευτηρίου "ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ".

### Ο Ρόλος της Μαίας στην προώθηση του Μητρικού Θηλασμού.

**Μαρία Λιουλιά-Τσιτσιλώνη**, Πτυχιούχος Διδάσκουσα Μαία στο Kingston College του Λονδίνου.

Στις αρχές του αιώνα μας δεν υπήρχε πρόβλημα μητρικού θηλασμού. Η ελάττωσή του παρατηρήθηκε διεθνώς στις δεκαετίες 1950-1970 και μεγάλη ευθύνη για αυτήν είχαν οι μαιευτήρες, οι παιδίατροι, οι μαίες, καθώς και άλλοι παράγοντες υγείας, αλλά και η ραγδαία ανάπτυξη και ευρεία κυκλοφορία προϊόντων, που μπορούσαν να «αντικαταστήσουν» το μητρικό γάλα.

Η Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (Π.Ο.Υ),

έπειτα από τη διαπίστωση ότι η μείωση του μητρικού θηλασμού σε όλες τις χώρες είχε βλαβερές συνέπειες για την υγεία των βρεφών, τον Οκτώβριο του 1979 συγκάλεσε Διεθνή Διάσκεψη στη Γενεύη με θέμα: «**Βρεφική και παιδική διατροφή**». Τα μέλη της Διάσκεψης κατέληξαν στη σύνταξη «Διεθνούς Κώδικα Εμπορίας των Υποκαταστάτων του Μητρικού Γάλακτος» (International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes), με



σκοπό τον περιορισμό της ανεξέλεκτης διαφήμισης του βιομηχανοποιημένου γάλακτος, που είχε συντελέσει στην εγκατάλειψη του μητρικού θηλασμού. Ο «Διεθνής Κώδικας» εγκρίθηκε στην 34η Γενική Συνέλευση της Π.Ο.Υ, το Μάιο του 1981, και στάλθηκε στα κράτη-μέλη της.

Την ίδια εποχή στο Μαιευτήριο «Μαρίκα Ηλιάδη» –με πρωτοβουλία της τότε Διευθύνουσάς του δ. Χαράς Βογιατζάκη– ομάδες μητέρων κατά την περίοδο της κυήσεως παρακολουθούσαν μαθήματα σχετικά με το μητρικό θηλασμό. Έτσι, στο σύνολο των 8.000-9.000 τοκετών το χρόνο η επιτυχία του μητρικού θηλασμού έφθανε το 90-95%.

Τα μαθήματα αυτά, που, μεταξύ άλλων, περιελάμβαναν κεφάλαια σχετικά με την ανατομία και φυσιολογία των μαστών, τη φυσιολογική έκκριση γάλακτος, τη φροντίδα των μαστών πριν και μετά τον τοκετό, τα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού για τη μητέρα και το παιδί, δίδασκε προϊσταμένη μαία πλαισιωμένη από σπουδάστριες μαίες. Η ενθάρρυνση του θηλασμού συνεχιζόταν και μετά τον τοκετό. Κατά την παραμονή τους στο Μαιευτήριο οι μητέρες συγκεντρώνονταν στο Αμφιθέατρο και παρακολουθούσαν ειδικά μαθήματα μητρικής τέχνης. Από το 1955, ειδικές ομιλίες γύρω από την περίθαλψη μητέρας και βρέφους μεταδίδο-

νταν από μικρόφωνα στους θαλάμους των λεχωίδων. Μία ημέρα πριν την αναχώρηση της μητέρας από το Μαιευτήριο της έκαναν επίδειξη περιποίησης του νεογνού και των μαστών της. Τέλος, της δίνονταν και γραπτές οδηγίες με τίτλο: «**Για Σένα που Έγινες Μητέρα**», σχετικές με θέματα μητρικού θηλασμού και γενικότερης φροντίδας του νεογνού, γραμμένες από τη Διευθύνουσα δ. Χαρά Βογιατζάκη.

Αλλά και διεθνώς η ευαισθητοποίηση για την προώθηση του μητρικού θηλασμού είχε αρχίσει. Στα πλαίσια αυτά, η Διεθνής Συνομοσπονδία Μαιών διοργάνωσε τον Απρίλιο του 1984 στο Λονδίνο το «1ο Παγκόσμιο Σεμινάριο Μαιών» με θέμα: «**Μητρικός Θηλασμός**». Το Σεμινάριο αυτό είχε σκοπό:

- Να μελετήσει την τεχνική και το σκοπό του μητρικού θηλασμού.

- Να εξετάσει τη φυσική, ψυχολογική και κοινωνική άποψη του μητρικού θηλασμού στο σημερινό κόσμο, τόσο στις ανεπτυγμένες όσο και στις υπό ανάπτυξη χώρες.

- Να εκτιμήσει το επίπεδο εκπαίδευσης και την ικανότητα της μαίας να προωθήσει το μητρικό θηλασμό, και μάλιστα, στα πλαίσια της άσκησης του επαγγέλματός της, η μαία να αποτελέσει πυρήνα υποστήριξης για την επιτυχία του μητρικού θηλασμού.

- Να προβάλλει ένα διεθνές γεγονός, που αφορά στον πρωτεύοντα ρόλο της μαίας στην προώθηση του μητρικού θηλασμού.

Τα συμπεράσματα του Σεμιναρίου αυτού ήταν:

1. Η μαία είναι το μοναδικό και το πιο κατάλληλα εκπαιδευμένο άτομο να προωθήσει, να διδάξει και να βοηθήσει τη μητέρα στην τεχνική και πρακτική εφαρμογή του μητρικού θηλασμού.

2. Οι μαίες και οι σπουδάστριες μαίες πρέπει να αναλαμβάνουν την ευθύνη να εκπαιδεύονται, να ενημερώνουν, να βοηθούν και να συμβουλεύουν τη μητέρα, αφήνοντας στο περιθώριο προλήψεις και προκαταλήψεις σχετικές με το μητρικό θηλασμό.

3. Για να μπορεί η μαία να προωθήσει σωστά το μητρικό θηλασμό, οφείλει να είναι ενημερωμένη για την κοινωνική, τη σεξουαλική και την ψυχολογική άποψή του.

4. Στις υπό ανάπτυξη χώρες να αυξηθούν οι οικονομικές, επιστημονικές και πολιτικές επιχορηγήσεις από τις δυτικές χώρες, για την καταπολέμηση της τεχνητής διατροφής.

Την ίδια χρονιά –και προκειμένου να δοθεί περισσότερη έμφαση στο θέμα– στα πλαίσια του «2ου Παγκοσμίου Συνεδρίου Μαιών» (Σεπτέμβριος 1984 στο Σύδνεϋ της Αυστραλίας), ψηφίστηκε από την ολομέλεια του Διεθνούς Συμβουλίου της Συνομοσπονδίας το σχέδιο για την προώθηση του μητρικού θηλασμού, που πρότεινε η Εκτελεστική Επιτροπή της Συνομοσπονδίας.

Το ψήφισμα αυτό ήταν το ακόλουθο:

**ΨΗΦΙΣΜΑ**  
**της Διεθνούς Συνομοσπονδίας**  
**των Μαιών για το Μητρικό Θηλασμό**

Η Διεθνής Συνομοσπονδία Μαιών αναγνωρίζει:

- Το δικαίωμα όλων των νεογνών να θηλάσουν τουλάχιστον τους 6 πρώτους μήνες της ζωής τους, ιδιαίτερα σε μέρη του κόσμου όπου επικρατεί κακή διατροφή, νοσηρότητα και θνησιμότητα.

- Το δικαίωμα όλων των μητέρων να παίρνουν σωστές οδηγίες, βοήθεια, ενθάρρυνση και συμβουλές για έναν επιτυ-



χή μητρικό θηλασμό.

- Το δικαίωμα όλων των οικογενειών να παίρνουν ακριβείς πληροφορίες σε ό,τι αφορά το μητρικό θηλασμό.

- Το μοναδικό και ζωτικό ρόλο της μαίας στην προώθηση του μητρικού θηλασμού.

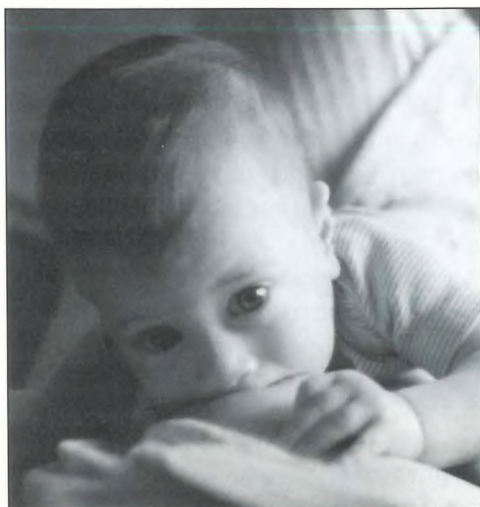
Γι' αυτό καλεί τις μαίες όλου του κόσμου:

- Να εξασφαλίσουν όπου είναι δυνατόν το μητρικό θηλασμό στα νεογνά, για όσο χρονικό διάστημα επιθυμούν, όσο το δυνατόν συντομότερα μετά τον τοκετό και κατά βούληση μετά απ' αυτόν.

- Να εξασφαλίσουν ώστε να γίνονται ειδικές προσπάθειες στα νοσοκομεία για την προστασία των άρρωστων και πρόωγων νεογνών, που στερούνται το γάλα της μητέρας τους.

- Να φροντίζουν ώστε οι εθνικές κυβερνήσεις να ενημερώνονται σωστά, σχετικά με την ανάγκη της προώθησης του μητρικού θηλασμού ως την πιο κατάλληλη διατροφή του βρέφους, τη σημασία του στην πρόληψη της νεογνικής νοσηρότητας και θνησιμότητας, αλλά και στη δημιουργία ενός στενού και ισχυρού συναισθηματικού δεσμού ανάμεσα στη μητέρα και το παιδί, καθώς και στην επιβράδυνση νέας εγκυμοσύνης.





- Να παρακινεί τις εθνικές κυβερνήσεις ώστε να εξασφαλίζουν κατάλληλες διευκολύνσεις για τις εργαζόμενες μητέρες, και για εκείνες, που θα θελήσουν να θηλάσουν σε κοινόχρηστους χώρους.

- Να παρακινεί τις εθνικές κυβερνήσεις ώστε να εξασφαλίζουν ικανοποιητικές χρηματικές αποδοχές για τις μητέρες, που προτιμούν να μην εργαστούν για να θηλάσουν το παιδί τους, τουλάχιστον τους πρώτους 6 μήνες της ζωής του.

- Να ενθαρρύνουν τις αδελφές, τους γιατρούς και άλλα υγειονομικά πρόσωπα, να προάγουν την αξία του μητρικού θηλασμού και το ρόλο της μαιίας σ' αυτό τον τομέα.

- Να ενημερώνονται και να εκπαιδεύονται ανά τακτά χρονικά διαστήματα στα σύγχρονα επιτεύγματα, σε ό,τι αφορά το μητρικό θηλασμό.

- Να διδάσκουν στους σπουδαστές της μαιευτικής την τέχνη και την εφαρμογή του μητρικού θηλασμού, καθώς επίσης και την επιστημονική σύνθεση της γαλουχίας και τη διατροφή του βρέφους.

- Να συνεργαστούν με τις πρακτικές

μαιές, εξασφαλίζοντας την κατανόησή τους πάνω στην εφαρμογή του μητρικού θηλασμού και να τις βοηθήσουν με τις κατάλληλες πληροφορίες, ώστε να βελτιώσουν τις γνώσεις τους και να εξασφαλίσουν επιτυχία μητρικού θηλασμού στις γυναίκες που περιθάλπουν.

Επιπλέον, η Διεθνής Συνομοσπονδία Μαιών συμμετέχει στο ενδιαφέρον της UNICEF για την κατάσταση των παιδιών του κόσμου, όπως αναφέρεται στην αντίστοιχη έκθεσή της του 1984.

Υποστηρίζει πλήρως την UNICEF στις προσπάθειές της να προωθήσει το θηλασμό σ' όλο τον κόσμο.

Υποστηρίζει ολόψυχα τις τεχνικές που προτάθηκαν από την UNICEF, ώστε να «ξεσπάσει» μία επανάσταση για την επιβίωση των παιδιών του κόσμου: έλεγχος ανάπτυξης του παιδιού, θεραπεία κατά της αφυδάτωσης, θηλασμός και εμβόλια.

ΚΑΛΕΙ τις μαιές όλου του κόσμου, όπου και αν βρίσκονται, να συμμετέχουν ενεργά στην προώθηση αυτών των τεχνικών μεθόδων, και κυρίως να δραστηριοποιηθούν συνεργαζόμενες με τις εθνικές τους κυβερνήσεις και την UNICEF, προκειμένου να γίνει πιο αποτελεσματική η δράση τους για τη διάσωση της ζωής των παιδιών.

**Σύδνεϋ, 7 Σεπτεμβρίου 1984**  
**Μία Ιστορική Ημερομηνία**

Ο μητρικός θηλασμός δεν είναι μόνο μία





πράξη, είναι μία εκδήλωση αγάπης. Η μητέρα χρειάζεται βοήθεια μετά τον τοκετό και το πιο κατάλληλο πρόσωπο για να τη δώσει είναι η μαία. Η μαία έχει το ιερό προνόμιο να είναι κοντά στη μητέρα και την ώρα του τοκετού και τις πρώτες ημέρες της λοχείας. Η καλή αρχή του μητρικού θηλασμού είναι το κλειδί για τη συνέχεια και την καλή του επιτυχία. Ο θηλασμός «κατά βούληση» είναι ο πιο επιτυχής.

Γενικά, ο διαφωτιστικός ρόλος της μαίας σχετικά με το μητρικό θηλασμό δεν περιορίζεται μόνο στη μητέρα, αλλά επεκτείνεται και σε όλη την οικογένεια. Με τις γνώσεις της και την εμπειρία της η μαία μπορεί να καταπολεμήσει ανούσιες και επιζήμιες υποδείξεις προς τη μητέρα, όπως διάφορες προλήψεις, που επιβιώνουν μέχρι τις ημέρες μας.

Η φροντίδα του παιδιού απαιτεί πολύ κόπο και πάρα πολλή αγάπη. Η σωστή διατροφή του στους πρώτους μήνες της ζωής του θα επηρεάσουν σημαντικά, τόσο τη σωματική όσο και την ψυχική του ανάπτυξη. Η κάθε μαία ας έχει ως σύνθημα: «Μητρικός θηλασμός για το καλό του παιδιού και της μητέρας, της οικογένειας και της κοινωνίας».

### ΠΑΡΑΛΗΨΗ

Στη φωτογραφία της σελίδας 140 του προηγούμενου τεύχους του "ΕΛΕΥΘΩ" (4ο /1997), εκ παραδρομής δεν αναφέρθηκε το όνομα της εικονιζόμενης μαίας κ. Ειρήνης Πλεύρη. Ζητούμε συγνώμη.

### ΤΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑ ΠΟΥ ΔΙΑΛΕΞΕΣ

*Στην αγκαλιά σου θα κρατάς  
αθώα πλασματάκια.*

*Εσύ θ' ανοίξεις των μωρών  
το στόμα, τα ματάκια.*

*Εσύ θα δώσεις τη χαρά  
στη μάνα, στον πατέρα,  
και θα είσαι πάντα πρόθυμη  
τη νύχτα και τη μέρα.*

*Κάθε μητέρας η χαρά  
θα είναι και η δική σου,  
θα δίνεις στη μάνα το παιδί  
μαζί με την ευχή σου.*

*«Αγόρι είναι», όταν θα λες  
θα λάμπεις από ευτυχία,  
γιατί η μάνα και ο γιός  
σε πλήρη θα είναι υγεία.*

*Και η ευχή μου "Μαία" μου  
είναι πολύ μεγάλη,  
και περισσότερη θαρρώ  
και απ' τ' ουρανού τα κάλη.*

*Όσα η αγκαλιά σου παιδιά  
κρατήσει γεννημένα,  
να είναι όλα υγεία  
και πάντα ευτυχισμένα.*

Με πολλές ευχές για «ΚΑΛΕΣ ΓΙΟΡΤΕΣ»,  
**Βασιλική Σκουλαρίδου-Αγγελοπούλου**  
Μαία Κέντρου Βρεφών "ΜΗΤΕΡΑ"