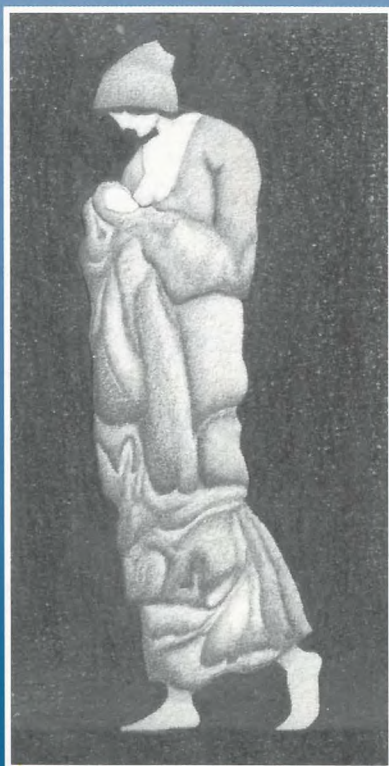




ΕΝΤΥΠΟ ΚΛΕΙΣΤΟ, Αρ. Αδείας Κ.Δ.Α. 962/95
Αρ. Πατρίδ 2 - 115 21 Αθήνα, Τηλ.: 64.65.691 (fax)

ΕΛΛΕΥΘΩ

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ
ΕΠΙΣΗΜΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΩΝ ΜΑΙΩΝ - ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ



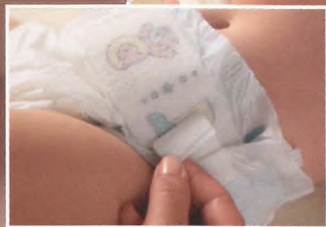
Β' ΠΕΡΙΟΔΟΣ • ΤΟΜΟΣ 1ος • ΤΕΥΧΟΣ 4ο
ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 1996

"Ενθουσιάστηκα όταν ανακάλυψα τα νέα Pampers Premiums. Πραγματικά, τυλίγουν το μωρό μου στην απαλότητα."

Τα νέα Pampers Premiums έχουν μια υπέρ-απαλή, ελαστική ζωνούλα γύρω από τη μέση...



...και απαλά, ελαστικά πλαινά...



...που μένουν σταθερά στην θέση τους χάρη στις νέες επανακολλητικές ταινίες."



Δώστε στο μωρό σας όλη τη στεγνότητα που μόνο τα Pampers μπορούν να προσφέρουν.



Επόμενη καλύτερη πάνα



Pampers

Ο νέος πυρήνας Ultra Plus απορροφά μέχρι και 20% περισσότερο υγρό ...



Επόμενη καλύτερη πάνα



Pampers

...για να κρατάει το δέρμα του μωρού σας πιο στεγνό από οποιαδήποτε άλλη πάνα.

NEA Pampers
Premiums

Τα πιο μαλακά Pampers που έγιναν ποτέ για πιο στεγνά, πιο χαρούμενα μωρά !

ΕΛΕΥΘΡ

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ
ΕΠΙΣΗΜΟ ΟΡΓΑΝΟ ΤΩΝ ΜΑΙΩΝ - ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ

Γραφεία: Αριστείδου Παππά 2 - 115 21 ΑΘΗΝΑ - Τηλ.: 64.65.691 (Fax)
Διευθύνεται από το Δ. Σ. του Συλλόγου Επιστημόνων Μαιών - Μαιευτών Αθηνών
με τη συνεργασία των λοιπών Σ.Ε.Μ.

Υπεύθυνη: ΕΛΕΝΗ ΣΑΜΑΡΙΤΑΚΗ, Πρόεδρος Σ.Ε.Μ.Α.

Β' ΠΕΡΙΟΔΟΣ - ΤΟΜΟΣ 1ος, ΤΕΥΧΟΣ 4ο, ΙΟΥΛΙΟΣ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ - ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 1996

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ

ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ: Ομότιμος Καθηγητής Μαιευτικής-Γυναικολογίας Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.
ΣΟΦΑΤΖΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ: Διευθυντής Τμήματος Νεογνολογίας Μαιευτηρίου «Έλενα Ελευθερίου Βενιζέλου».
ΜΑΝΟΥΡΑΣ ΣΤΕΡΓΙΟΣ: Δικηγόρος παρ' Αρείω Πάγω.

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Δ.Σ. του Σ.Ε.Μ.Α.
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΙ ΕΦΕΤΕΙΑΚΟΙ ΣΥΛΛΟΓΟΙ.
ΤΣΙΤΣΙΛΩΝΗ-ΛΟΥΛΙΑ ΜΑΡΙΑ: R.M., S.C.M., M.T.D., τέως διδάσκουσα M.M.H.
ΦΩΤΙΟΥ-ΣΟΥΡΜΠΗ ΣΟΦΙΑ: Προϊσταμένη Τμήματος Μαιευτικής Τ.Ε.Ι. Αθήνας.
ΔΗΜΟΠΟΥΛΟΥ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ: Μαία.
ΜΠΑΚΕΑ ΝΙΚΗ: Μαία.
ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ: Μαία.
ΠΑΤΣΟΥΡΑΚΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ: Μαία.
ΤΣΙΛΙΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ: Μαία.
ΧΑΤΖΙΔΟΥ ΕΛΕΝΗ: Μαία.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Σελ.

- Ανακοινώσεις του Σ.Ε.Μ.Α. 144
- Εναρκτήριο ομιλία του 24ου Διεθνούς Συνεδρίου του I.C.M. 145
- Περίληψη της ομιλίας του υπουργού Υγείας της Νορβηγίας, στο 24ο Συνέδριο του I.C.M. στο Όσλο 147
- Η ανάγκη δημιουργίας μιας ομάδας εργασίας για τη σωστή φροντίδα της μέλλουσας μητέρας και αργότερα του βρέφους και της οικογένειάς τους 149
- Μητρικός Θηλασμός - Νέα απ' όλο τον Κόσμο 155
- Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού 1-7 Νοεμβρίου 1996 158
- Τοκετός στο σπίτι - Μια εναλλακτική πρόταση για τον τοκετό 161
- Η εμπειρία της Clarebeth Loprinzi-Kassel 164
- Το Μουσείο της Μητέρας 166
- Λαογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μαμής 169
- Όταν εκεί επάνω! 174
- Συνέδρια - Ανακοινώσεις 179
- Ανοιχτό ταχυδρομείο - Οδηγίες για συγγραφείς 181
- Πρόσκληση 182

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Οι απόψεις των συγγραφέων δεν εκφράζουν απαραίτητα τις απόψεις της συντακτικής επιτροπής.

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ - ΠΑΡΑΓΩΓΗ: «ΑΚΙΔΑ» Α. ΝΙΚΟΛΑΪΔΟΥ - Κεφαλληνίας 47 - 112 57 ΑΘΗΝΑ
Τηλ.: 88.10.848 - Fax: 82.35.371

Η ΕΚΔΟΣΗ ΤΟΥ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟΥ ΚΑΤΟΡΘΩΘΗΚΕ ΜΕ ΤΗΝ ΕΥΓΕΝΗ ΧΟΡΗΓΙΑ ΤΗΣ
«ΠΡΟΚΤΕΡ ΚΑΙ ΓΚΑΜΠΛ ΕΛΛΑΣ»

Ανακοινώσεις του Σ.Ε.Μ.Α.

- ◆ Ο Σ.Ε.Μ. Θεσσαλονίκης πληροφορεί τα μέλη του ότι η καινούργια μόνιμη διεύθυνσή του είναι η εξής:

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ / ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

Αλεξάνδρου Σβώλου 40

Ταχ. Κώδικας 546 21

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Τηλέφωνο και Fax: (031) 22.33.72

- ◆ Με την ευκαιρία της επικοινωνίας μας μέσω του «Ελευθώ» και μετά από αίτημα του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας, σας ζητούμε να μας αποστείλετε τη σωστή ταχυδρομική διεύθυνση κατοικίας και εργασίας σας.

Τα παραπάνω είναι απαραίτητα προκειμένου να καταγράψουμε Πανελλαδικά την επαγγελματική κατάσταση των μελών των Σ.Ε.Μ.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς
Το Δ.Σ. του Σ.Ε.Μ.Α.

✂

ΟΝΟΜΑΤΕΠΩΝΥΜΟ:.....

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΑΤΟΙΚΙΑΣ:..... ΑΡΙΘΜΟΣ:.....

ΤΑΧ. ΚΩΔΙΚΑΣ:..... ΠΟΛΗ ή ΧΩΡΙΟ:..... ΤΗΛ:.....

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ..... ΑΡΙΘΜΟΣ.....

ΤΑΧ. ΚΩΔΙΚΑΣ:..... ΠΟΛΗ ή ΧΩΡΙΟ:..... ΤΗΛ:.....

ΕΙΔΟΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ:.....

Εναρκτήρια ομιλία από το 24ο Διεθνές Συνέδριο της Διεθνούς Συνομοσπονδίας Μαιών (Ι.Σ.Μ.), στις 26 Μαΐου 1996 στο Όσλο της Νορβηγίας

Sonja Irene Sjøli, Πρόεδρος της Διεθνούς Συνομοσπονδίας Μαιών (Ι.Σ.Μ.).

(Μετάφραση στην ελληνική γλώσσα από τη Μαία **Ευθυμία Πατσουράκου**).

Η ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ ΟΔΗΓΕΙ ΣΤΗ "ΓΕΝΝΗΣΗ" ΕΝΟΣ ΚΑΛΥΤΕΡΟΥ ΜΕΛΛΟΝΤΟΣ

Με μεγάλη χαρά σας καλωσορίζω στο 24ο Συνέδριο της Διεθνούς Συνομοσπονδίας Μαιών (Ι.Σ.Μ.), ένα σημαντικό κοινωνικό, επαγγελματικό και πολιτιστικό γεγονός.

Οι προκλήσεις, που έχουν να αντιμετωπίσουν οι μαιές καθώς το 2000 πλησιάζει, είναι πολλές. Θα πρέπει να είμαστε όλες προσωπικά και επαγγελματικά προετοιμασμένες. Η γέννηση, το μυστήριο αυτό της ζωής, είναι αιώνιο και αμετάβλητο και η μαία είναι και θα είναι πάντα βοηθός σ' αυτό το μυστήριο.

Το σύμβολο αυτού του συνεδρίου είναι ένα δέντρο, που απλώνει τα κλαδιά του σε όλη τη γη. Το δέντρο αυτό είναι το δέντρο της ζωής, και για μας τις μαιές σημαίνει την αποστολή μας: να προστατεύουμε, να διατηρούμε και να φροντίζουμε το μυστήριο της ζωής, τη γέννηση.

Η εργασία της μαιάς είναι Τέχνη και Επιστήμη. Τέχνη, γιατί συνδυάζει διαίσθηση, ευαισθησία, υποκειμενικότητα, σεβασμό προς τη λογική της φύσης, και Επιστήμη, γιατί η γνώση της μαιευτικής επιτρέπει τη σωστή επέμβαση και την κατάλληλη χρήση της τεχνολογίας.

Στην εποχή μας, το βασικό όργανο της μαιάς – τα χέρια της – βρίσκονται σε συ-

ναγωνισμό με τις μηχανές, την τεχνολογία. Η τεχνολογία "ξεκίνησε" την εφαρμογή της σε ειδικές παθολογικές καταστάσεις και τώρα τείνει να γίνει ρουτίνα. Η μαία έχει φτάσει στο σημείο να έχει το ρόλο του εξειδικευμένου επαγγελματία σ' ένα χώρο, που καθορίζεται από το ιατρικό μοντέλο γέννησης.

Είναι σημαντικό να σκεφτούμε κριτικά, πως η εξέλιξη επηρεάζει την πρακτική της μαιάς.

Εδώ και εννέα χρόνια, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (W.H.O.) παρουσίασε τα αποτελέσματα μιας έρευνάς του με θέμα: "Γεννώντας στην Ευρώπη". Το συμπέρασμα αυτής της έρευνας ήταν:

"... δεν υπάρχει επιστημονική απόδειξη ότι η εφαρμογή της τεχνολογίας στην έγκυο γυναίκα είναι ανώτερη από άλλες μορφές φροντίδας".

Το 1994, η εργασία των R. Campbell και A. Macfarlane: "Πού να γεννηθεί κανείς;", μελετώντας την επιλογή του χώρου γέννησης και τα πλεονεκτήματα – μειονεκτήματα αυτού, φτάνει στο ίδιο συμπέρασμα με την έρευνα του W.H.O.

Στη Νορβηγία, μια έρευνα που έγινε μεταξύ του 1986 και 1990 από τον επιδημιολόγο Eilif Lund με θέμα τον τοκετό στα

νοσοκομεία, τη συστηματική παρακολούθηση της εγκύου γυναίκας και την περιγεννητική θνησιμότητα, είχε σαν συμπέρασμα ότι: **"... δεν υπάρχει λόγος κάθε εγκυος γυναίκα να παρακολουθείται σαν να είναι υψηλού κινδύνου"**.

Τα αποτελέσματα των παραπάνω ερευνών δεν θα πρέπει να αγνοηθούν. Χρειάζεται αλλαγή στη φροντίδα της εγκύου γυναίκας. Η αλλαγή αυτή θα πρέπει να ξεκινήσει από το σεβασμό, που θα πρέπει να δείξουμε για τη γνώση του τοκετού από την ίδια την εγκυο γυναίκα, που είναι πολύ διαφορετική από τη γνώση που προέρχεται από συνθήκες τεχνητές στο εργαστήριο.

Η ζωή που γεννιέται, "γεννά" με τη σειρά της μια μητέρα, ένα πατέρα, μια οικογένεια. Η ικανότητα, η θέληση και η φροντίδα της μαιάς για τη διαμόρφωση των καλύτερων συνθηκών για τη γέννα, είναι η πραγματική τέχνη του επαγγέλματος.

Στεκόμαστε στο κατώφλι ενός νέου αιώνα. Η εγκυμοσύνη και ο τοκετός είναι φυσιολογικές καταστάσεις, αλλά δεν τους λείπει ο κίνδυνος κάποιας παθολογικής επιπλοκής. Στον πλανήτη μας, 500.000 γυναίκες πεθαίνουν κάθε χρόνο – ως αποτέλεσμα των επιπλοκών της εγκυμοσύνης ή του τοκετού – ενώ άλλες 20.000.000 γυναίκες υποφέρουν από σοβαρές και χρόνιες ανικανότητες.

Ξέρουμε, ότι για να μειωθούν αυτά τα νούμερα πρέπει να εκπαιδεύσουμε τις γυναίκες, πρέπει εκείνες να μάθουν να αποφασίζουν για τη ζωή τους, για το πότε θέλουν να μείνουν έγκυες, και πρέπει να έχουν την καλύτερη δυνατή φροντίδα κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, του τοκετού και της λοχείας.

Λέγεται, ότι "όταν εκπαιδεύεις έναν άντρα, εκπαιδεύεις ένα άτομο, εκπαιδεύοντας μια γυναίκα, εκπαιδεύεις ένα έθνος".

Η Διεθνής Συνομοσπονδία Μαιών έχει το

όραμα ενός μελλοντικού κόσμου, όπου οι γυναίκες να είναι σεβαστές και να στέκονται ίσες δίπλα στους άντρες, όπου οι γυναίκες να μη φοβούνται για τον εαυτό τους, όταν είναι σε κατάσταση εγκυμοσύνης, και για το παιδί τους.

Στην περσινή συγκέντρωση της Ι.Σ.Μ., στην Ουγκάντα, συνάντησα την αντιπρόεδρο του έθνους, Dr S. Wandira Kazibwe, η οποία μου είπε: **"Εάν αφήσεις τις γυναίκες έξω από την ανάπτυξη του κόσμου, είναι σαν να αφήνεις έξω όλο το Έθνος"**.

Η "Ασφαλής Μητρότητα" είναι σκοπός μιας παγκόσμιας προσπάθειας, που έθεσε σαν στόχο τη μείωση της μητρικής θνησιμότητας και ανικανότητας από 500.000 στο μισό, μέχρι το 2000.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας είναι ο πρωτεργάτης αυτής της προσπάθειας. Μαζί με την Ι.Σ.Μ. και την UNICEF έχουν διοργανώσει σεμινάρια στη Χάγη, Κόμπε, Βανκούβερ, με θέμα την ασφάλεια της μητρότητας.

Οι μαιές, ως επαγγελματίες, εργάτες της υγείας και ως γυναίκες, εργάζονται για την "Ασφαλή Μητρότητα" από το 1987.

Στη Νορβηγία, η μητρική και νεογνική θνησιμότητα είναι σε πολύ χαμηλά επίπεδα. Υπάρχει ισότητα των φύλων στην εκπαίδευση, εργασία, ακόμα και στην πολιτική. Ζούμε σε ένα ειρηνικό τόπο και έχουμε μεγάλη ελευθερία. Αυτή ακριβώς, η ελευθερία, μας δίνει μεγάλη ευθύνη όσον αφορά άλλα άτομα, άλλες κοινωνίες.

Είμαστε έτοιμες, ως μαιές, να εργασθούμε για το όραμα της "Ασφαλούς Μητρότητας". Ας εργασθούμε, ας συνεργασθούμε, γιατί η τέχνη και η επιστήμη της μαιευτικής δίνει "γέννηση" σ' ένα καλύτερο μέλλον.

Ευχαριστώ για την προσοχή σας και καλή τύχη.

Περίληψη της ομιλίας του υπουργού Υγείας της Νορβηγίας, στο 24ο Συνέδριο του Ι.Σ.Μ. στο Όσλο

(Μετάφραση στην ελληνική γλώσσα από τη Μαία Κατερίνα Δαλιάνη).

Η ομιλία του υπουργού Υγείας της Νορβηγίας, Mr Gudmund Hernes, ήταν βασισμένη στην πολιτική υγείας της γυναίκας και του παιδιού.

Χαιρετώντας το Συνέδριο αναφέρθηκε στη σημασία της γέννησης στη ζωή του κάθε ανθρώπου και ευχαρίστησε τις μαίες για την προσφορά τους στο ξεκίνημα της ζωής, τονίζοντας πόσο επικίνδυνη είναι αυτή η γέννηση για τη ζωή, τόσο της μητέρας όσο και του νεογνού.

Τα ποσοστά μιλούν για την ανάγκη βοήθειας των μητέρων από έμπειρους επαγγελματίες υγείας κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του τοκετού, που δεν μπορεί να είναι καλύτερη από αυτή που παρέχεται από τις μαίες στην εγκυμοσύνη, στο φυσιολογικό τοκετό και στην περίοδο της λοχείας.

Παρότι γνωρίζουμε τι είδους βοήθεια χρειάζεται να παρέχουμε κάθε φορά και τον τρόπο που πρέπει να αντιμετωπίζουμε την κάθε περίπτωση ανάλογα με την ιδιαιτερότητά της, εντούτοις, επειδή η παροχή αυτής της βοήθειας στις χώρες του τρίτου κόσμου – στις οποίες αναλογεί το 88% των συνολικών γεννήσεων – είναι ελλιπής ή τις περισσότερες φορές ανύπαρκτη, φθάνουμε στο λυπηρό – για τις μέρες μας γεγονός – 600.000 γυναίκες να πεθαίνουν κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του τοκετού, ενώ άλλα 20.000.000 περίπου υποφέρουν από κάποια σοβαρή ασθένεια και ανικανότητα.

Επίσης, οι στατιστικές δείχνουν πως 4.000.000 νεογνά πεθαίνουν, ενώ μερικά εκατομμύρια παθαίνουν βλάβες από

Στη φωτογραφία ο υπουργός Υγείας της Νορβηγίας, Mr Gudmund Hernes, ακούει – με το γνωστό μας ξύλινο παραδοσιακό ακουστικό – τις σκέψεις της προέδρου της "Διεθνούς Συνομοσπονδίας Μαιών" (Ι.Σ.Μ.) Miss Sonja Sjøli, στη διάρκεια των εργασιών του 24ου Διεθνούς Συνεδρίου των Μαιών, το Μάιο του 1996 στο Όσλο της Νορβηγίας.



επιπλοκές στην εγκυμοσύνη και στον τοκετό. Ο υπουργός Υγείας τόνισε, πως ένα από τα σημαντικότερα προβλήματα της ανθρωπότητας είναι η τάση που υπάρχει να αυξάνεται "η φτώχεια του Πλανήτη".

Και λέγοντας "φτώχεια", μιλάμε για την ύπαρξη 340.000.000 ανθρώπων στη δεκαετία του 1980, οι οποίοι βρίσκονται πολύ κάτω από το βασικό επίπεδο διαβίωσης και – από ό,τι προβλέπει η Διεθνής Τράπεζα – ο αριθμός αυτός θα συνεχίσει να αυξάνεται. Γεγονός που οφείλεται στο ότι "η φτώχεια είναι γόνιμη και αναπαράγει τον εαυτό της".

Το 94% της αύξησης του πληθυσμού συμβαίνει στις αναπτυσσόμενες χώρες, όπου υπάρχει μια κραυγαλέα ανισότητα ανάμεσα στους ανθρώπους και στη γη, που πρέπει να τους θρέψει.

Όλα αυτά θα πρέπει να οδηγήσουν σε μια σωστή "ΠΟΛΙΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ", που ξεκινάει από μια πληθυσμιακή πολιτική που θέτει στόχους σε εθνικό και διεθνές επίπεδο – σε σχέση με κοινωνικοοικονομικούς παράγοντες – γιατί, κοινωνικοί, πολιτιστικοί και οικονομικοί είναι οι παράγοντες που επηρεάζουν τη γονιμότητα.

Ο πιο σημαντικός παράγοντας, για να μειωθεί ο δείκτης γονιμότητας στις χώρες που αντιμετωπίζουν πρόβλημα, είναι **ο ρόλος της γυναίκας στην οικογένεια, στην οικονομία και στην κοινωνία γενικότερα. Οι πολιτικές πρέπει να στοχεύουν στη βελτίωση της θέσης της γυναίκας στην κοινωνία.**

Οι γυναίκες πρέπει να λαμβάνονται υπόψη και να αντιμετωπίζονται "επί ίσοις όροις" στα θέματα παροχής μόρφωσης, προσφοράς εργασίας και κοινωνικής ασφάλισης.

Στο τελευταίο μέρος της ομιλίας του, ο Mr Gudmund Hernes, θέλοντας να τονίσει την ανάγκη "πρόληψης" στα θέματα υγείας είπε χαρακτηριστικά:

"Πολλά από τα πιο σημαντικά πράγματα για τη ζωή μας συμβαίνουν πριν καν γεννηθούμε. Η σωστή πρόληψη, λοιπόν, θα είναι αυτή, που θα βοηθήσει να αντιμετωπιστούν τα περισσότερα από τα προβλήματα που συναντούν οι μητέρες και κατά συνέπεια τα παιδιά, που πρόκειται να γεννηθούν.

ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ, που να περιλαμβάνει τους τομείς:

- Οικογενειακό Προγραμματισμό
- Προγεννητικό Έλεγχο
- Βελτίωση των συνθηκών διαβίωσης
- Προστασία από τη βία

Είναι επιτακτική η ανάγκη υλοποίησης του προγράμματος της Π.Ο.Υ. (Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας) σε κάθε χώρα: "Πρόγραμμα υγείας της μητέρας και πρωτοβουλίες για ασφαλή μητρότητα".

Στη Σουηδία, το πρόγραμμα αυτό υλοποιείται από τις μαιές – μέσα και έξω από τα νοσοκομεία – γιατί, σύμφωνα με τον Mr Gudmund Hernes, η μαιά είναι αυτή, που αντιπροσωπεύει την παλαιότερη παροχή υπηρεσιών υγείας – προσαρμοσμένη στις σύγχρονες τεχνικές και ανάγκες – και είναι ικανή να κάνει πραγματικότητα την προληπτική ιατρική και τη βελτίωση παροχής βοήθειας, όπου χρειάζεται, όχι μόνο λόγω της σωστής επαγγελματικής της κατάρτισης, αλλά και λόγω του ότι είναι η μόνη επαγγελματίας που βρίσκεται δίπλα στη γυναίκα, πριν, κατά τη διάρκεια και μετά τον τοκετό, προσφέροντάς της ασφάλεια, αγάπη και σεβασμό για τη μοναδική αυτή φάση της ζωής της.

Η ανάγκη δημιουργίας μιας ομάδας εργασίας για τη σωστή φροντίδα της μέλλουσας μητέρας και αργότερα του βρέφους και της οικογένειάς τους

Ευθυμία Πατσουράκου, Μαία

Η γνώμη μιας μαίας

Θα ήθελα, πρωταρχικά, πριν μπω στο κυρίως θέμα να γράψω λίγα λόγια γενικά για τη συνεργασία.

Συνεργασία σημαίνει συμμετοχή σε κοινό έργο, εργασία μαζί με άλλους. Αποτελεί μια σημαντική λειτουργία του κοινωνικού μας συστήματος, λειτουργία στην οποία βασίζεται η ολοκλήρωση πολλών σημαντικών έργων. Ιδιαίτερα στο χώρο της υγείας, η συνεργασία μεταξύ επαγγελματιών υγείας παίζει σημαντικό ρόλο στη σωστή φροντίδα του ασθενούς.

Ο οργανισμός μας δεν είναι ξεχωριστά κυκλοφοριακό, γεννητικό ή πεπτικό σύστημα. Είναι ένας πολύπλοκος συνδυασμός συστημάτων, που το ένα επηρεάζει το άλλο, το ένα «συνεργάζεται» με το άλλο. Κάθε πρόβλημα, που παρουσιάζεται σ' ένα από τα συστήματα, επηρεάζει τη λειτουργία των άλλων συστημάτων. Ποτέ, λοιπόν, δεν θα πρέπει να ξεετάζεται το ένα σύστημα ανεξάρτητα από το άλλο.

Μέσα στα οργανικά συστήματα δεν πρέπει να ξεχνάμε και την ψυχική κατάσταση του ατόμου, τις φοβίες του, την αγωνία του, τις ελπίδες του, τις προσδοκίες του, την απογοήτευσή του, την ολοκλήρωσή του. Η συνεργασία όλων αυτών των συστημάτων, πιστεύω, ότι θα πρέπει να κατευθύνει κάθε ενέργεια των «ειδι-

κών». Ιδιαίτερα στο χώρο της μαιευτικής, η συνεργασία μεταξύ των ειδικών είναι καθοριστική για τη μέλλουσα μητέρα, το βρέφος και την οικογένεια γενικά.

Η γυναίκα στην περίοδο αυτή της ζωής της πρέπει να νιώθει ασφαλής, να νιώθει εμπιστοσύνη γι' αυτήν την ομάδα, που θα ασχολείται με την υγεία της και την υγεία του παιδιού της. Έχει τις μοναδικές δικές της ανάγκες, που προέρχονται από τον κοινωνικό της περίγυρο, τη μόρφωσή της και το ιατρικό της ιστορικό.

Η φροντίδα που της προσφέρεται πρέπει να είναι ανάλογη των αναγκών αυτών. Στις ανάγκες αυτές περιλαμβάνεται και η ανάγκη της ενεργού συμμετοχής της και της δυνατότητας επιλογής της για την εγκυμοσύνη, τον τοκετό και το παιδί. Κέντρο ενδιαφέροντος της μαιευτικής φρο-



ντίδας είναι η ίδια η γυναίκα και η οικογένειά της, και όχι η μαιευτική επιστήμη και ο κλασικός τρόπος εφαρμογής της.

Η έγκυος γυναίκα προετοιμάζεται για την περίοδο της μητρότητας. Κυοφορεί, «ζεί» και «τρέφει» ένα νέο οργανισμό. Παίρνει μέρος στην εξέλιξη ενός θαύματος. Βλέπει τον εαυτό της να αλλάζει, αισθάνεται το έμβρυο να κινείται μέσα της, τα «συστήματά» της προσπαθούν να προσαρμοστούν στη νέα κατάσταση.

Δεν είναι όμως ασθενής, γιατί η εγκυμοσύνη είναι μια φυσιολογική κατάσταση. Δεν πρέπει η γυναίκα να αισθάνεται ότι η ζωή της και η ζωή του παιδιού της κατευθύνονται από άλλους. Χρειάζεται φροντίδα, αλλά βασισμένη στην εξής σκέψη: «Εμείς είμαστε εδώ για να σε βοηθήσουμε, να συνεργασθούμε μαζί σου, αλλά εσύ θα αποφασίζεις...».

Λέγοντας «εμείς είμαστε εδώ», ποιούς εννοώ; Ποιοί μπορούν να προσφέρουν αυτή τη βοήθεια; Αρκούν ο μαιευτήρας

και η μαία για την ανάληψη αυτής της φροντίδας; Είναι ικανοί – σαν ομάδα – να αντιμετωπίσουν τη μέλλουσα μητέρα ως ολότητα; Έχουν τις ικανότητες ως «ειδικοί» επί του γεννητικού συστήματος της μητέρας ή των νεογνικών προβλημάτων; Πιστεύω, πως όχι! Ως ομάδα αποτελούν τους βασικούς επαγγελματίες υγείας για τη φροντίδα της εγκύου, αλλά η συνεργασία με άλλους επιστήμονες είναι απαραίτητη.

Όμως, ένα από τα βασικά προβλήματα των επαγγελματιών υγείας είναι ότι έχουν μάθει να δρουν μοναχικά. Σπάνια συνεργαζόμαστε ή καταφέρνουμε να λειτουργούμε ως ομάδα. Ίσως, γιατί από τη μαθητική μας ηλικία έχουμε μάθει να εργαζόμαστε ατομικά και όχι ομαδικά. Ίσως, γιατί ο καθένας εγωϊστικά πιστεύει ότι μπορεί να αντιμετωπίσει μόνος του την κατάσταση.

Υπερεκτιμά τις ικανότητές του πιστεύοντας ότι είναι ο «ειδικός», που μπορεί να



λύσει κάθε είδους προβλήματα. Ή, ακόμα χειρότερα, πιστεύοντας ότι το «πρόβλημα» της περιόδου αυτής της γυναίκας είναι «ειδικό», περιορίζεται στην εγκυμοσύνη ή στον τοκετό ή στο νεογνό. Ξεχνώντας, βέβαια, την ολότητα κάθε οργανισμού. Ξεχνώντας τη «συνεργασία» των συστημάτων. Ξεχνώντας, ότι κάθε γυναίκα είναι ψυχή και σώμα.

Η μονόπλευρη αντιμετώπιση της εγκυμοσύνης, της λοχείας ή της μητρότητας μπορεί να θέσει την οικογένεια αργότερα σε μεγάλα προβλήματα. Ας πάρουμε για παράδειγμα μια γυναίκα, που προέρχεται από χαμηλό, κοινωνικό, μορφωτικό και οικονομικό επίπεδο. Είναι έγκυος! Αρκεί η παρακολούθηση της εγκυμοσύνης της με κάποιες εξετάσεις απλώς;

Ας δούμε λίγο την κατάσταση της. Είναι χαώδης!!! Είναι αγχωμένη από την εγκυμοσύνη και τον τοκετό, αλλά παράλληλα έχει και βασικά προβλήματα διαβίωσης. Πώς θα μπορέσει να ζήσει το παιδί της; Τί επικοινωνία περιμένουμε να έχει αυτή η γυναίκα με το παιδί της, όταν η πρωταρχική της μέριμνα είναι η κάλυψη των βασικών αναγκών αυτής και της οικογένειάς της;

Δεν νομίζετε, ότι αυτή η γυναίκα χρειάζεται μεγαλύτερη φροντίδα για να μπορέσει το παιδί της να αναπτυχθεί φυσιολογικά και να ξεφύγει από το χαώδες περιβάλλον της μητέρας;

Η ύπαρξη μιας ομάδας και η συνεργασία μεταξύ των επιστημόνων, για την ολική αντιμετώπιση μιας τέτοιας περίπτωσης, πιστεύω ότι είναι αναγκαία.

Η κοινωνική λειτουργός μπορεί να βοηθήσει στη λύση κάποιων από τα οικονομικά και κοινωνικά προβλήματα.

Η ψυχολόγος μπορεί να μιλήσει με τη γυναίκα, να την ενθαρρύνει, να τη βοηθήσει να αξιοποιήσει στο έπακρο τις ψυχικές και σωματικές της δυνάμεις.

Ο νεογνολόγος πρέπει να βρίσκεται πάντα σε συνεργασία με τη μαία και το μαιευτήρα για να δώσει συμβουλές, για το πώς θα αντιμετωπισθεί μια εγκυμοσύνη όπου το νεογνό κινδυνεύει από περιβαλλοντικούς παράγοντες.

Η κ. Πετρίδου (παιδιάτρος – κοινωνιολόγος) είχε αναφέρει σε διάλεξή της – στο «5ο Πανελλήνιο Σεμινάριο Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών» – ότι το χαμηλό μορφωτικό επίπεδο της μητέρας, τα χρόνια προβλήματα υγείας και η όχι καλή διατροφή, αποτελούν αιτίες κινδύνου για το νεογνό, αιτίες αισθητικοκινητικών και ψυχοδιανοητικών διαταραχών.

Κάθε έγκυος γυναίκα έχει κάποιες προσδοκίες και κάποιες ανάγκες, που αν δεν πραγματοποιηθούν και δεν καλυφθούν μπορεί να οδηγήσουν σε ψυχολογικές διαταραχές, που θα επηρεάσουν σίγουρα και τη ζωή που θα φέρει στον κόσμο.

Γι' αυτό, η έγκυος γυναίκα πρέπει να αποκτήσει κάποιο «δεσμό» με την ομάδα που θα τη φροντίζει, να την εμπιστεύεται και να νιώθει ότι η συνεργασία μεταξύ τους έχει σκοπό τη δική της – και του παιδιού της – ψυχική, σωματική και κοινωνική ευεξία. Θα πρέπει να αισθάνεται ότι είναι στο κέντρο της φροντίδας όλων. Αμφιβολίες γι' αυτή τη φροντίδα ή για την ενότητα της ομάδας μπορεί να οδηγήσουν σε ανασφάλεια, αδυναμία αντιμετώπισης του τοκετού, της λοχείας και της συμβίωσης με το βρέφος.

Την κύρια ευθύνη σ' αυτή την ομάδα φροντίδας έχουν ο μαιευτήρας και η μαία. Η σωστή συνεργασία των δύο αυτών επαγγελματιών υγείας θα αποτελέσει τη βάση, για τη σωστή επικοινωνία της γυναίκας με τους άλλους επαγγελματίες υγείας της ομάδας, που ασχολείται με τη γυναίκα.

Ξεκινώντας από την περίοδο της εγκυ-

μοσύνης παρακολουθούν την εξέλιξη της και προετοιμάζουν τη μέλλουσα μητέρα και τον πατέρα για τον ερχομό του παιδιού.

Αυτή η προετοιμασία είναι σημαντική για τη διαμόρφωση της μετέπειτα σχέσης μητέρας – παιδιού, γιατί όπως αναφέρει και η Myr. David, (παιδοψυχίατρος), για τη μητέρα η συνάντηση με το παιδί της είναι το τέλος ενός μεγάλου δρόμου – της εγκυμοσύνης – που είναι γεμάτος φόβους, ελπίδες και φαντασιώσεις, ενώ για το παιδί είναι η αρχή αυτού του μεγάλου δρόμου, και ο χρόνος και ο τόπος της συνάντησης είναι σημαντικός και για τους δύο.

Η Monique Bydlowski, (ψυχίατρος, ψυχαναλύτρια, 1980), αναφέρει ότι στην περίοδο της εγκυμοσύνης η γυναίκα – στην πραγματικότητα – δεν επιθυμεί ένα παιδί, αλλά επιθυμεί την επιθυμία για την εγκυμοσύνη ενός παιδιού.

Είναι σαν να πραγματοποιείται μια παιδική της επιθυμία, γιατί – όπως εξηγεί στη συνέχεια – η ύπαρξη μέσα στην κοιλιά της δεν έχει σώμα και η γυναίκα αγκαλιάζοντας την κοιλιά της δεν αγκαλιάζει ένα παιδί, αλλά μια κοιλιά – μεταφορέα, όπως την ονομάζει, μεταφορέα όλων των μυστηρίων που έχει να προσφέρει η ζωή.

Μέσα σ' αυτή την πολύπλοκη ψυχολογική κατάσταση της εγκύου, η μαία αναλαμβάνει πολλές φορές να παίξει το ρόλο της «μητέρας». Βοηθά να γίνει πραγματικότητα η επιθυμία της γυναίκας – παιδιού, συζητά μαζί της, τη συμβουλεύει, δείχνει αγάπη και τρυφερότητα, κατευθύνει την προετοιμασία γυναίκας – άνδρα για τη συνάντηση με το νέο μέλος της οικογένειας.

Παράλληλα, όμως, η γυναίκα ξέρει και νιώθει ασφαλής, γιατί αυτή η «μητέρα» γνωρίζει το καθετί για την εγκυμοσύνη, και αν παρουσιαστεί κάτι παθολογικό

υπάρχει και ο άλλος συνεργάτης, ο μαιευτήρας, που μπορεί να δώσει τις κατάλληλες συμβουλές. Στη συνέχεια έρχεται ο τοκετός!!! Η μητέρα δεν πρέπει να είναι μόνη της στη διάρκεια του τοκετού. Κάποιος πρέπει να βρίσκεται δίπλα της.

Γιατί η γέννηση ενός παιδιού, όπως αναφέρει ο John Zind (1978), είναι και η γέννηση μιας οικογένειας, ιδίως η γέννηση του πρώτου παιδιού. Μέσα στο νοσοκομείο η γυναίκα γίνεται μητέρα και ο άνδρας πατέρας, το δε νεογέννητο ξεκινά τον κύκλο της ζωής.

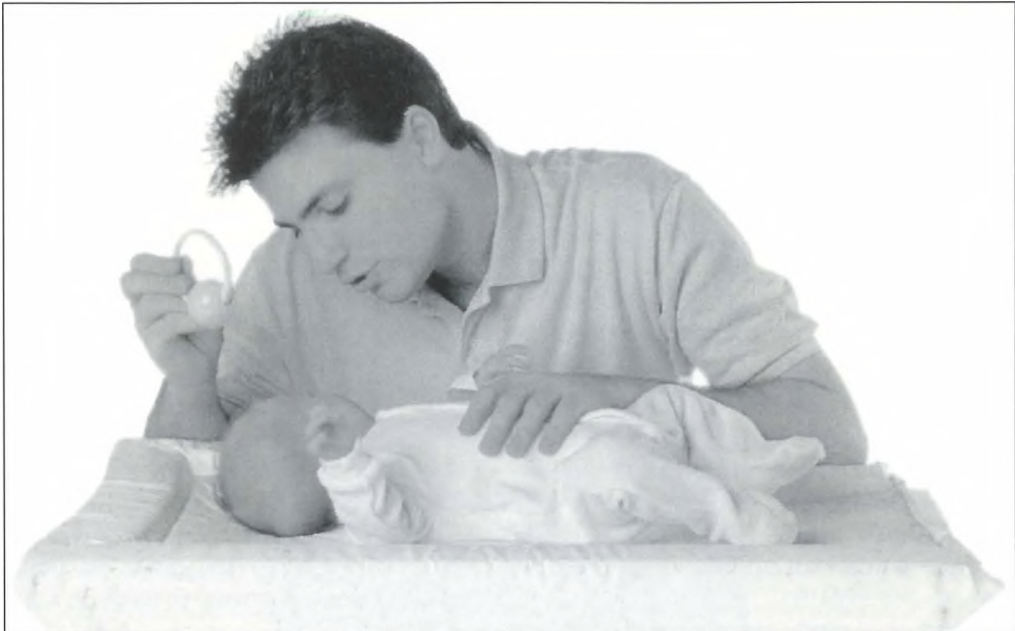
Όλοι είναι ευαίσθητοι σ' αυτή τη φάση της ζωής τους και χρειάζονται φροντίδα, για να δημιουργηθούν οι στέρεες βάσεις για μια ολοκληρωμένη οικογένεια και για τη σωστή ψυχοκινητική ανάπτυξη του παιδιού. Η μητέρα ιδιαίτερα μπορεί να μη νιώθει ευτυχισμένη. Έχει χάσει το παιδί που βρισκόταν μέσα της και πρέπει να δημιουργήσει μια νέα σχέση με το «καινούργιο» εξωτερικό μωρό.

Η Myriam Michie (1989) σ' ένα άρθρο της αναφέρει, ότι η άμεση επαφή μητέρας – παιδιού, αμέσως μετά τον τοκετό, είναι σημαντική για το δέσιμο, που θα αναπτυχθεί μεταξύ τους, και για τη μετέπειτα επικοινωνία γυναίκας – παιδιού και την πρόληψη διαταραχών στην εξέλιξη του παιδιού.

Η πρώτη άμεση επαφή μητέρας – παιδιού θεωρείται από όλες η πιο σημαντική. Εξίσου σημαντική είναι η συνύπαρξη μητέρας – παιδιού, τις ημέρες που η μητέρα βρίσκεται στο μαιευτήριο.

Αναφέρεται ότι παιδιά γυναικών, που ήρθαν σε άμεση επαφή με τις μητέρες τους, κλαίνε λιγότερο και χαμογελάνε περισσότερο απ' ότι εκείνα, που ήρθαν σ' επαφή αργότερα (M. Klaus, 1978).

Όσον αφορά στο θηλασμό, (σημαντικός για κάθε νεογέννητο), έχει παρατηρηθεί ότι επιτυγχάνει περισσότερο όταν οι λε-



χωίδες ήρθαν σε άμεση επαφή με το νεογέννητο. Επίσης, σε έρευνα που έγινε από τον J. Kennell (1978), αναφέρεται ότι παιδιά με τα οποία οι μητέρες ήρθαν σε άμεση επαφή είχαν μεγαλύτερο I.Q. από παιδιά που ήρθαν αργότερα σ' επαφή με τις μητέρες τους.

Η βασική ομάδα φροντίδας (μαία – μαιευτήρας) έχει σημαντική θέση και σ' αυτή τη φάση της ζωής της γυναίκας. Η μητέρα στη διάρκεια παραμονής της στο νοσοκομείο, και με τη βοήθεια της μαίας – μαιευτήρα, θα μπορέσει να προσαρμόσει τη φανταστική εικόνα που είχε για το παιδί της, στην πραγματική εικόνα.

Αυτή η εικόνα είναι δύσκολο να διαμορφωθεί αν το παιδί χρειασθεί να αποχωριστεί από τη μητέρα (π.χ. όταν ένα νεογνό πρέπει να μεταφερθεί σε νεογνολογικό τμήμα). Τα συναισθήματα αποξένωσης που δημιουργούνται στη μητέρα, η οποία είναι υποχρεωμένη να παραδώσει το παι-

δί της σε φροντίδα άλλων, είναι τρομερά. Οι γονείς χρειάζονται σ' αυτή τη φάση ενθάρρυνση.

Ο νεογνολόγος μαζί με τη μαία ή τη νοσηλεύτρια του νεογνολογικού τμήματος αποτελούν τώρα τη βασική ομάδα φροντίδας. Δεν πρέπει, όμως, να πάψει η συνεργασία με το μαιευτήρα και τη μαία, που μέχρι τώρα παρακολουθούσαν τη γυναίκα. Οι γονείς, μέσα σ' αυτή την κατάσταση stress, πρέπει να αισθάνονται ασφάλεια και εμπιστοσύνη για την ομάδα, που ασχολείται με το παιδί τους.

Τα νέα άτομα, που προστέθηκαν στη φροντίδα της οικογένειάς τους πλέον, πρέπει να αποκτήσουν σιγά-σιγά την εμπιστοσύνη των γονέων, γιατί η γέννηση ενός προβληματικού παιδιού τους κάνει να βλέπουν τον κόσμο διαφορετικά. Ίσως αισθάνονται τύψεις και θυμό γι' αυτό που τους συμβαίνει.

Χρειάζονται, όμως, υποστήριξη για να

περάσουν από τη φάση της θλίψης για την απώλεια ενός τέλει παιδιού, την απώλεια ονείρων και ελπίδων για ένα τέλει παιδί, στη φάση αντιμετώπισης της πραγματικότητας και του «δεσίματος» με το παιδί, που θα είναι πια μέλος της οικογένειας.

Ίσως χρειάζεται και η επέμβαση ενός ψυχολόγου, που θα αναλάβει σε συνεργασία με την υπόλοιπη ομάδα να ενθαρρύνει τους γονείς να εξωτερικεύσουν τα συναισθήματά τους, την απογοήτευση που νιώθουν. Αν καταφέρουν να ξεπεράσουν αυτή τη φάση και να αγαπήσουν το παιδί τους, θα μπορέσουν να ξεκινήσουν την καινούργια τους ζωή χωρίς να δημιουργηθούν προβλήματα στη σχέση τους με το παιδί και στη μετέπειτα ψυχοκινητική του εξέλιξη.

Βλέπουμε, λοιπόν, ότι η περιγεννητική περίοδος είναι καθοριστική για τις σωστές σχέσεις, που με τη σειρά τους είναι καθοριστικές για την πρόληψη εξελικτικών διαταραχών του παιδιού.



Μεγάλη σημασία έχει σ' αυτή την περίοδο να αισθάνεται η γυναίκα ασφαλής, να έχει εμπιστοσύνη στην ομάδα που τη φροντίζει και να καλύπτονται οι ανάγκες της. Η σωστή συνεργασία των επαγγελματιών υγείας μπορεί να επιτύχει την αντιμετώπιση κάθε εμποδίου, με την ολιστική, συνεχή, συνεπή υποστήριξη της μέλλουσας μητέρας, αρχικά, και της οικογένειας στη συνέχεια.

Η μαία και ο μαιευτήρας – ο ένας συμπληρώνοντας τον άλλο – αποτελούν τη «βάση» αυτής της ομάδας εργασίας φροντίδας της γυναίκας. Η επιτυχία της συνεργασίας τους οδηγεί στην επιτυχή συνεργασία γυναίκας με τους ίδιους, αλλά και τους άλλους επαγγελματίες υγείας.

Κέντρο ενδιαφέροντος, όμως, δεν παύει ποτέ να είναι η γυναίκα, το βρέφος και η οικογένεια.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Pasinir W., Beguir F., Bydlowski M.:** L' apres naissance en compropriete. Edition Medecine et Hygrene. Geneve. **1987.**
- David M.:** L' importance de la relation entre mere et enfant.
- Michie M., Bennett V.R., Brown L.K.:** Myles textbook for Midwives churchell Liwingstone. **1989.**
- Bydlowski M.:** Le nourrisson et sa famille. Cesure Lyon Edition. **1990.**
- Charvet P. F.:** Desire d' enfant refus d' enfant. Stock Pernond. **1980.**
- Expert Maternity Group:** Improving NSH Maternity Services. **1992.**
- Klaus M.:** The Biology of Parent – Infant Attachment. Birth and the family Journal. Vol. 5, :4. **1978.**
- Klaus M.:** Future Care of the Parents. Birth and the Family Journal. Vol. 5, :4. **1978.**
- Lind J.:** The family in a Swedish Birth Room. Birth and the Family Journal. Vol. 5, :4. **1978.**



Μητρικός Θηλασμός Νέα απ' όλο τον Κόσμο

Επιμέλεια: Δρ **Θέμις Ζάχου**, Διευθύντρια της Μονάδας Νεογέννητων, Προαγωγής Μητρικού Θηλασμού, Τράπεζας Μητρικού Γάλακτος, του Γενικού Νοσοκομείου – Μαιευτηρίου Αθηνών "ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ".

ΕΛΛΑΔΑ

Κ.Β.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ: ΠΡΩΤ. ΦΡΟΝΤ. ΥΓΕΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ: Υ3γ

Ταχ. Δ/ση: Αριστοτέλους 17
Ταχ. Κώδικας: 101 87
Πληροφορίες: Α. Χάλιου
Τηλέφωνο: 52.35.908

ΘΕΜΑ: " Καθιέρωση εορτασμού της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού στη χώρα μας "

Αθήνα 26-8-1996

Αριθμ. Πρωτ. Υ3γ/3756

ΠΡΟΣ: ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

Το Υπουργείο Υγείας και Πρόνοιας, στα πλαίσια του εορτασμού της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού, που εορτάζεται από 1-7 Αυγούστου κάθε χρόνο, ύστερα και από εισήγηση της Εθνικής Επιτροπής για τον Μητρικό Θηλασμό, καθιερώνει και στη χώρα μας τον εορτασμό της, από 1-7 Νοεμβρίου κάθε χρόνο, λόγω κλιματολογικών και κοινωνικών συνθηκών.

Η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού εορτάζεται από το 1992 σε περισσότερες από 120 χώρες, οργανώνεται από την WABA (WORLD ALLIANCE FOR BREASTFEEDING ACTION) και υποστηρίζεται από την UNICEF, την Π.Ο.Υ. και άλλους διεθνείς Οργανισμούς.

Για τον εορτασμό της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού, παράλληλα με το ειδικό θέμα που καθορίζεται κάθε χρόνο, οργανώνονται και άλλες δραστηριότητες, όπως διαλέξεις, εκπαιδευτικά σεμινάρια, ημερίδες, πληροφόρηση με τα MEDIA, καλλιτεχνικές εκδηλώσεις κ.λ.π., ώστε να προκληθεί ευαισθητοποίηση και δημιουργία φιλικού και υποστηρικτικού κλίματος για την προαγωγή - προστασία του μητρικού θηλασμού.

Το ειδικό θέμα εορτασμού της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού 1996

Μητρικός Θηλασμός: Υπευθυνότητα της κοινότητας
(BREASTFEEDING: COMMUNITY RESPONSIBILITY),

δίνει τη δυνατότητα συνεργασίας πολλών φορέων για την οργάνωση του εορτασμού της εβδομάδας αυτής (Φορείς Υγείας, Εκπαίδευσης, Τοπική Αυτοδιοίκηση, Εκκλησία κ.λ.π.).

Για περισσότερες πληροφορίες και έντυπο υλικό, μπορείτε να απευθύνεσθε στο τηλέφωνο: 52.35.908, κ^α Α. Χάλιου.

Ο ΥΦΥΠΟΥΡΓΟΣ ΥΓΕΙΑΣ

ΦΡ. ΠΑΠΑΔΕΛΛΗΣ

ΠΙΝΑΚΑΣ ΑΠΟΔΕΚΤΩΝ

- | | |
|--|--|
| <p>1. Υπουργείο Εθνικής Παιδείας και Θρησκευμάτων
α) Δ/νση Πρωτ/θμιας Εκπ/σης
β) Δ/νση Δευτ/θμιας Εκπ/σης
γ) Δ/νση Τριτοβάθμιας Εκπ/σης.
Μητροπόλεως 15
Τ.Κ. ΑΘΗΝΑ</p> | <p>όλες τις Εκκλησίες της Ελλάδος)</p> |
| <p>2. Μακαριότατο Αρχιεπίσκοπο Αθηνών και Πάσης Ελλάδος κ.κ.Σεραφείμ
Αγίας Φιλοθέης 21-Τ.Κ. 105 56-Αθήνα</p> | <p>4. Νοσηλευτικά Ιδρύματα
Ν.Δ. 2592/53
α) Νεογολογικές-Παιδιατρικές Κλινικές
β) Μαιευτικές Κλινικές</p> |
| <p>3. Γερά Σύνοδος της Εκκλησίας της Ελλάδος
Ιωάννου Γενναδίου 14-Τ.Κ. 115 21 -Αθήνα
(Με την παράκληση να αποσταλεί προς</p> | <p>5. Κέντρα Υγείας της χώρας
6. Ι.Κ.Α., Γενική Δ/νση Υπηρεσιών Υγείας, Δ/νση Υγειονομικών Υπηρεσιών
Τμήμα Προληπτικής Ιατρικής
(με την παράκληση αποστολής στα υποκαταστήματα και μονάδες Υγείας)
Αγίου Κων/νου 8-Τ.Κ. 104 31-Αθήνα
7. Π.Ι.Κ.Π.Α., Δ/νση Μητρότητας και</p> |

Παιδικής ηλικίας

(Με την παράκληση αποστολής
σε όλα τα παραρτήματα του ΠΙΚΠΑ)
Τούχα 5-Τ.Κ. 111 21-ΑΘΗΝΑ

β. *Δίπλοι στη χώρα
(Εισπαινοαποστολές Πίπικας)*

9. Ινστιτούτο Υγείας του Παιδιού
Δ/ση Κοινωνικής Παιδιατρικής
Νοσ.Παίδων"Αγία Σοφία"
Τ.Κ. 115 27-Αθήνα
10. Νομαρχιακές Αυτοδιοικήσεις
Δ/σεις Υγείας και Δημόσιας Υγιεινής
και Δ/σεις Υγείας και Πρόνοιας
(Με την παράκληση να ενημερώσουν
τις Ιδιωτικές Μαιευτικές Κλινικές
που λειτουργούν στα διοικητικά
όρια της περιφέρειάς τους).
11. Περιφερειακές Διοικήσεις της χώρας
(με την παράκληση αποστολής
προς όλους τους παιδικούς σταθμούς
των Ο.Τ.Α. και Κρατικούς
Βρεφικούς-Παιδικούς Σταθμούς).
12. Γενική Γραμματεία Ισότητας
Πλατεία Κάνιγγος 20
Τ.Κ. 106 77-Αθήνα
13. Σύλλογο Επιστημόνων Μαϊών
Αριστείδου Παππά 2
Τ.Κ. 115 21-ΑΘΗΝΑ

ΚΟΙΝΟΠΟΙΗΣΗ:

1. Πανελλήνιος Ιατρικός Σύλλογος
(Με την παράκληση να ενημερωθούν
όλοι οι τοπικοί Ιατρικοί Σύλλογοι της χώρας)
Πλουτάρχου 3 και Υψηλάντου-Τ.Κ. 106 75-ΑΘΗΝΑ
2. Εταιρεία Προαγωγής
Μητρικού Θηλασμού
Υγειονομική Σχολή Αθηνών
Έδρα Βιολογικής Προστασίας Μητρότητας
και Παιδικής Ηλικίας
(υπόψη Καθηγητού κ.Θεόδωρου Οωματδη)
Υγειονομική Σχολή Αθηνών
Α.Αλεξάνδρας 196-Τ.Κ. 115 21-ΑΘΗΝΑ

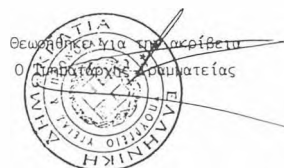
3. UNICEF

κ.Αντώνιο Κομνηνό
Πρόεδρο της Ελλην.Επιτροπής Συνεργασίας με την UNICEF
Ξενίας 1-Τ.Κ. 115 27-ΑΘΗΝΑ

4. Εταιρεία Περιγεννητικής
Λουκιανού 10-Τ.Κ. 106 75
5. Ελληνική Παιδιατρική Εταιρεία
Ιπποκράτους 65-Τ.Κ. 106 80
6. Ελληνική Μαιευτική και Γυν/κή
Εταιρεία-Βασ.Σοφίας 80 και Λούρου
Τ.Κ. 115 28-ΑΘΗΝΑ
7. Εταιρεία Κοινωνικής Παιδιατρικής
Ωκεανίδων 15-Τ.Κ. 117 45
8. Σύνδεσμος Θηλασμού
Δήμητρος 10-Αγία Παρασκευή-Τ.Κ. 153 42
9. Καθηγητή κ.Ν.Ματσασιώτη
Πρόεδρο της Εθνικής Επιτροπής για
το μητρικό θηλασμό,
Ακαδημία Αθηνών
Πανεπιστημίου 28
Τ.Κ. 106 79-Αθήνα

ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ:

1. Γραφείο κ. Ψυπουργού Υγείας
2. Γραφείο κ.Γεν.Γραμματέα Υγείας
3. Γραφείο κ.Γεν.Δ/ντού Υγείας
4. Δ/ση Προστασίας και Αγωγής
Οικογένειας και Παιδιού
5. Δ/ση Π.Φ.Υ.(4)



Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού 1-7 Νοεμβρίου 1996

Δρ **Θέμις Ζάχου**, Μέλος Εθνικής Επιτροπής Μητρικού Θηλασμού.

Η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού γιορτάζεται από 1-7 Αυγούστου κάθε χρόνο, από το 1992, σε περισσότερες από 120 χώρες.

Οργανώνεται από την WABA (World Alliance for Breastfeeding Action) και υποστηρίζεται από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, την UNICEF και άλλους διεθνείς οργανισμούς.

Ύστερα από εισήγηση της Εθνικής Επιτροπής Μητρικού Θηλασμού, το **Υπουργείο Υγείας και Πρόνοιας, στα πλαίσια του εορτασμού της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού, καθιέρωσε και στη χώρα μας τον εορτασμό της από 1-7 Νοεμβρίου κάθε χρόνο, λόγω κλιματολογικών και κοινωνικών συνθηκών.**

Για τον εορτασμό της Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού κάθε χρόνο καθορίζε-

ται ειδικό θέμα. Για το 1996, το θέμα είναι: "**Μητρικός Θηλασμός, Υπευθυνότητα της κοινότητας**".

Δίνεται έμφαση στο ρόλο της κοινότητας για την υποστήριξη της μητέρας που αποφασίζει να θηλάσει, και την προάσπιση του δικαιώματος του παιδιού να τραφεί με το γάλα της μητέρας του.

Το κάθε μέλος της κοινότητας έχει κάποιο ρόλο να παίξει για τη δημιουργία υποστηρικτικού κλίματος για το μητρικό θηλασμό, αλλά και κάτι να κερδίσει από αυτό.

Η απόφαση της κάθε μητέρας να θηλάσει είναι προσωπική της υπόθεση, αλλά το κλίμα της κοινότητας που ζει έχει πολύ μεγάλη επίδραση στην απόφασή της.



- Είναι η κοινότητα που ζει φιλική για τη μητέρα και το παιδί;
- Ενημερώνεται για το μητρικό θηλασμό;
- Είναι το μαιευτήριο, όπου γεννά, φιλικό για τη μητέρα και το παιδί;
- Αισθάνεται άνετα και εμπιστοσύνη όταν θηλάζει σε δημόσιο χώρο, όπως και στο σπίτι της;
- Έχει υποστήριξη από:
 - Τα μέλη της οικογένειάς της;
 - Τους φορείς υγείας;
 - Το χώρο εργασίας;
 - Τα μέσα μαζικής ενημέρωσης;
 - Τη θρησκεία;
 - Τις κοινωνικές παραδόσεις;



Όσο οι συνθήκες γίνονται καλύτερες και τα μέλη της κοινότητας προάγουν την ικανότητα της μητέρας να θηλάσει, τόσο τα οφέλη θα γίνονται αισθητά.

Τα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού για το παιδί, τη μητέρα, την οικογένεια, την κοινωνία, την πολιτεία, είναι αποδειγμένα.

Όλες οι μητέρες θα πρέπει να θηλάζουν αποκλειστικά και όλα τα βρέφη να τρέφονται αποκλειστικά με μητρικό γάλα τους πρώτους 6 μήνες της ζωής τους.

Μετά την ηλικία αυτή και την επαρκή χορήγηση στερεών τροφών, ο μητρικός θηλασμός μπορεί να συνεχιστεί και πέρα από τα 2 χρόνια, σύμφωνα με τις προτάσεις της Π.Ο.Υ, της UNICEF και άλλων διεθνών οργανισμών, που ασχολούνται με τη διατροφή και υγεία του παιδιού. (Διακήρυξη INNOCENTI Π.Ο.Υ/UNICEF 1990).

Η Sarah Amin, συντονίστρια της WABA, δηλώνει: *" Το μητρικό γάλα είναι ότι το καλύτερο για το ξεκίνημα της ζωής του παιδιού, και τα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού για το παιδί και τη μητέρα θα πρέπει να ανακοινώνονται και να δημοσιεύονται σε μεγάλη έκταση, ενώ τα εμπόδια για το μητρικό θηλασμό να εξαφανίζονται "*.

Η Anwar Fazal, πρόεδρος της WABA, προσθέτει: *" Όταν οι κοινότητες υποστηρίζουν το μητρικό θηλασμό, δεν υποστηρίζουν μόνο την καλή υγεία των παιδιών, αλλά την καλή οικονομία και την καλή οικολογία της κοινότητας "*.

Τα παιδιά είναι το κέντρο της ανθρώπινης κοινότητας. Αν κάθε παιδί θηλάζει αποκλειστικά τους 6 πρώτους μήνες της ζωής του και συνεχίζει το θηλασμό μέχρι τα 2 του χρόνια, εκατομμύρια τόνων μητρικού γάλακτος θα μπορούσαν να προ-



στεθούν στην επάρκεια τροφής του κόσμου και δισεκατομμύρια του εθνικού εισοδήματος κάθε χώρας, που ξοδεύονται για την αγορά υποκατάστατων μητρικού γάλακτος, θα μπορούσαν να χρησιμοποιηθούν για άλλες ανάγκες των παιδιών.

Με την ευκαιρία της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού, ας ενεργήσουμε συλλογικά για να βρούμε περισσότερο αποτελεσματικούς τρόπους για την προαγωγή του.

Ας πάρουμε θέση, αντίθετη στην προαγωγή της εμπορίας υποκατάστατων μητρικού γάλακτος.

Ας καλωσορίσουμε τις θηλάζουσες μητέρες στην κοινότητα, προσφέροντας διευκολύνσεις για να θηλάσουν, και βοήθεια σε όσες έχουν δυσκολίες να τις ξεπεράσουν.

Έτσι, το όραμα του σήμερα είναι:

" Όλες οι μητέρες και όλα τα παιδιά να θηλάζουν ", θα γίνει πραγματικότητα του αύριο.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Καθιέρωση εορτασμού της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού στη χώρα μας. Υπουργείο Υγείας και Πρόνοιας, 26-8-1996.
2. World Breast feeding WEEK 1996. Breast feeding: A Community Responsibility W.H.O.
3. World Breast feeding WEEK 1 – 7 August 1996. Breast feeding: A Community Responsibility UNICEF.
4. World Breast feeding WEEK 1996 1 – 7 August. Encourage your community to take responsibility WABA.
5. Innocenti Declaration "On the Protection, Promotion and Support of Breast-feeding" W.H.O / UNICEF 1-8-1990.

Τοκετός στο σπίτι

Μια εναλλακτική πρόταση για τον τοκετό

Στέλλα Τσατσαρώνη, Μαία, ειδικευμένη στη Φροντίδα του Μαστού (R.M.H), "ΘΕΑΓΕΝΕΙΟ".

Θα ήθελα να ξεκινήσω με τα λόγια του IVAN ILLICH από ένα άρθρο του με τίτλο «ΙΑΤΡΙΚΗ ΝΕΜΕΣΙΣ»: **«Υπάρχει κάποιος όριος ανάμεσα στο τι μπορούν οι άνθρωποι να κάνουν για τους εαυτούς τους, ή με τη βοήθεια γνωστών και φίλων, και στο τι απαιτεί αποκλειστικά επαγγελματική βοήθεια».**

Ίσως θα έπρεπε, μιας και μιλάμε για το μέλλον της Μαιευτικής, δηλαδή την πιο αρχαία μορφή επαγγελματικής βοήθειας, να ρίξουμε μια ματιά στην καταφανή κρίση του ουμανισμού στη μαιευτική από τη μια, αλλά και στις απαιτήσεις του παρόντος και του μέλλοντος από την άλλη.

Σκέφτεται κανείς – και κάθε φορά πιο επίμονα – ότι η μαιευτική οδηγείται σε απανθρωπιά. Βασικότερο επιχείρημα είναι η εξασθένηση της σχέσης κατανόησης μεταξύ της μαίας ή του μαιευτήρα και της γυναίκας.

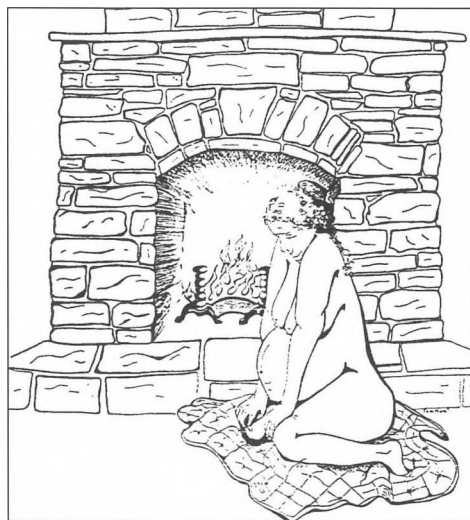
Συνηθίσαμε να βλέπουμε τον τοκετό ως ένα σύνολο μηχανισμών και δεδομένων. Μάθαμε να βλέπουμε την εγκυμοσύνη πιο πολύ σαν μια «αρρώστια» και τον τοκετό σαν μια «χειρουργική επέμβαση», και όλα τα εργαλεία με τα οποία μας όπλισε η σημερινή τεχνολογία έγιναν τύραννοι παρά υπηρέτες.

Ποιά είναι όμως η θέση του τοκετού σήμερα, που οι ιατρογενείς και κοινωνικογενείς αρρώστιες αυξάνονται, καθώς και το υπαρξιακό κενό, η κατάθλιψη, το άγχος, οι κρίσεις πανικού; Τώρα, που ολοένα και περισσότερο νέες παθήσεις

εμφανίζονται με πολύπλοκη δομή και με μια παράλογη κατανάλωση φαρμάκων, φροντίδων και εξετάσεων;

Δεν αρκεί πλέον σήμερα να εξασφαλίσουμε τη φυσική ασφάλεια του παιδιού και της μητέρας του, ούτε να είμαστε απόλυτοι κυρίαρχοι στον τεχνικό τομέα. Ο ουμανισμός μάς επιβάλλει να μην παραμελούμε την αυτοκατανόησή μας, ούτε αυτή των ατόμων, που μας εμπιστεύονται.

Η μαία του μέλλοντος, που θα ήθελε να εξασφαλίσει επιτυχώς το επάγγελμά της, λαμβάνοντας συγχρόνως υπόψη τη βιολογική ζωή και τη φαινομενολογική ζωή των εγκύων γυναικών, δεν θα πρέπει πλέον να αρκείται μόνο στην απλή ενεργοποίηση της επιστημονικής γνώσης και





Αρχαίο πρωτοελληνικό ανάγλυφο, που δείχνει τοκετό σε ένα κάθισμα τοκετού. Η μητέρα κάθεται επάνω στο κάθισμα έχοντας για βοήθεια από μια γυναίκα σε κάθε της πλευρά, ενώ η μαία είναι γονατισμένη ώστε να πιάσει γερά το κεφαλάκι του εμβρύου που προβάλλει.

της τεχνικής της. Η γέννηση, πράξη έναρξης της υποκειμενικής ζωής σε όλες τις όψεις της και σε όλες τις στιγμές της, δίνει την ευκαιρία στη μαία να θέσει τις γνώσεις της στη διάθεση της υποκειμενικότητας των ανθρώπων, που συμμετέχουν στο γεγονός.

Ο ανώδυνος τοκετός στο σπίτι περιλαμβάνει όλα αυτά τα στοιχεία. Είναι μια δραστηριότητα με κοινή αλληλεπίδραση ανάμεσα στην έγκυο γυναίκα, στη μαία και σε όσους συμμετέχουν στον τοκετό. Ο τοκετός στο σπίτι είναι μια νέα προσέγγιση σε κάτι τόσο παλιό, που οδηγεί τη γυ-

ναίκα στην ελευθερία. Εδώ, η εμπιστοσύνη αντικαθιστά το φόβο και το μωρό έρχεται στον κόσμο σαν μια μοναδικής αισθησης ανθρώπινη πράξη.

Βέβαια, ψυχοπροφυλακτική παρακώλυση δεν σημαίνει ότι τα πάντα θα εξελιχθούν ομαλά, σημαίνει, όμως, ότι πρέπει να παρακολουθούμε τις αντιδράσεις της γυναίκας στη διάρκεια του δικού της "μοναδικού" τοκετού και να αλλάζουμε πλάνο φροντίδας ανάλογα με αυτές τις παρατηρήσεις.

Μια σωστή εκτίμηση της πορείας του τοκετού στα αρχικά του στάδια – με μια γενική μαιευτική εξέταση – είναι η βασικότερη αρχή για να μας δώσει την πιθα-



Στάση τοκετού στη φυλή Longo της Κεντρικής Αφρικής. Η μητέρα χρησιμοποιεί τον κορμό ενός δέντρου και ένα επικλινές κλαδί για να στηρίζεται. (Από τον Robert W. Felkin "Σημειώσεις για τον τοκετό στην Κεντρική Αφρική", *Edinburgh Medical Journal*, τεύχος Απριλίου 1884)



Jean Bondol: "Από την ιστορία της καισαρικής τομής". (Spikestad Coll. Martin Schøgen, vol. 2, f 199, part).

νή εξέλιξη του τοκετού και τις επιπτώσεις του πάνω στη μητέρα και στο παιδί. Αν όλα πάνε καλά, η γυναίκα έχει απόλυτη ελευθερία κινήσεων.

Η "Μαιευτική Ψυχοπροφύλαξη" δεν είναι απλά μια μέθοδος που πρέπει να ακολουθηθεί, αλλά βοηθάει τη μαία να δημιουργήσει ένα ιδιαίτερο κλίμα μέσα στο οποίο θα κινηθεί ο τοκετός και θα αναπτυχθεί ένας ισχυρός δεσμός ανάμεσα στη μητέρα και το παιδί, ώστε να μειωθεί στο ελάχιστο το αίσθημα του αποχωρισμού που δημιουργείται με τη γέννηση, το γνωστό μας "μεταγεννητικό τραύμα".

Η μεταγεννητική φροντίδα στο νεογέννητο έχει και αυτή τεράστια σημασία. Παρατηρώντας το νεογέννητο νιώθουμε τη σημασία του αγγίγματος και της σωματικής επαφής με τη μητέρα. Το αντανακλαστικό του θηλασμού οδηγεί το νεογέννητο στο στήθος της μητέρας, μερικά μόνο λεπτά μετά τη γέννηση.

Για τη μητέρα, η εμπειρία μιας τέτοιας γέννας τη μεταμορφώνει, δυναμώνει την

πίστη της και βαθαίνει την ύπαρξή της. Από την άλλη πλευρά, η μαία παίζει το ρόλο του οδηγού και προστάτη των φυσικών δυνάμεων και μετατρέπει μέσα από μια οικολογική στάση τη μαιευτική επιστήμη σε μια "τέχνη" φροντίδας με βάση τη φυσική ισορροπία.

Τί συμβαίνει, όμως, με το μέγεθος της ευθύνης της μαίας στον εναλλακτικό τοκετό;

Σε αρκετές από τις ευρωπαϊκές χώρες, όπως η Δανία και η Ολλανδία, που ο τοκετός στο σπίτι εφαρμόζεται και είναι δημοφιλής, η μαία καλύπτεται από το περιφερειακό νοσοκομείο για τυχόν επιπλοκές κατά τον τοκετό.

Σύμφωνα με την αμερικανίδα ELISABETH DAVIS, η μαία στην Αμερική κουβαλάει υπευθυνότητα ζωής και θανάτου στους ώμους της. Ο Αμερικανικός Ιατρικός Σύλλογος αρνείται στις μαίες την υποστήριξή του, για λόγους οικονομικού ανταγωνισμού.

Ο εναλλακτικός τοκετός αποτελεί έναν αρκετά σοβαρό προβληματισμό για το μέλλον της μαιευτικής και στην Ελλάδα τώρα, που στρεφόμεστε παγκόσμια σε ένα μοντέλο μιας πολύ πιο πλατιάς ολιστικής υγείας, όπου η φυσική, η πνευματική και η συναισθηματική κατάσταση της εγκύου είναι ισάξιες.



Η εμπειρία της Clarebeth Loprinzi-Kassel*

(*Clarebeth Loprinzi-Kassel, Διπλωματούχος Μαία από το Όρεγκον των Η.Π.Α).

Μετάφραση στην ελληνική γλώσσα από τη Μαία **Ευθυμία Πατσουράκου**.

Έχω ένα όνειρο! Ονειρεύομαι, ότι κάθε γυναίκα στη γή γεννάει καλά. Γεννάει την ώρα που πρέπει, (ώρα, που καθορίζουν το σώμα της και το μωρό της) και στο χώρο που θέλει (χώρο, που εκείνη αγαπάει και όπου νιώθει ασφαλή). Έχοντας μαζί της κάποιον άνθρω-

πο, που θα τη βοηθήσει και θα καθοδηγήσει με αγάπη και σεβασμό στο θαύμα της γέννησης: μια μαία.

Σε όλο τον κόσμο οι γυναίκες έχουν ένα παρόμοιο όνειρο, είτε είναι μητέρες, είτε είναι γυναίκες που προσπαθούν για το καλό όλων των γυναικών, είτε είναι μαίες.

Μια από αυτές τις μαίες είναι και η Clarebeth Loprinzi-Kassel, μαία από το Όρεγκον των Η.Π.Α, που προσπαθεί να κάνει αυτό το όνειρο πραγματικότητα.

Η Clarebeth ξεκίνησε ως μαία, παρακολουθώντας τη γέννα της αδελφής της. Μετά, για εννιά χρόνια, παρακολούθησε και άλλες γέννες και γέννησε η ίδια, μόνη της και με τη βοήθεια του συζύγου της, τα δύο από τα τρία παιδιά της στο σπίτι. Το πρώτο της παιδί το είχε γεννήσει σε νοσοκομείο, μετά από παράκληση του συζύγου της.

Απέκτησε, λοιπόν, πρακτική εξάσκηση στη μαιευτική και μετά παρακολούθησε μαθήματα και πήρε τον τίτλο της Διπλωματούχου Μαίας.

Η Clarebeth εξασκεί πρακτική στο Όρεγκον και κάνει τοκετό στο σπίτι. Πιστεύει στο φυσιολογικό τοκετό και αποφεύγει την τεχνολογία. Γνωρίζει πολύ καλά την καθεμιά από τις γυναίκες που





παρακολουθεί και τις προετοιμάζει κατάλληλα για τον ερχομό του μωρού τους. Κάνει μασάζ σ' αυτές τις γυναίκες και τις βοηθάει να πιστέψουν στον εαυτό τους και στην ικανότητα που έχουν να γεννήσουν καλά. Κατά τη διάρκεια του τοκετού η Clarebeth χρησιμοποιεί πολύ την τεχνική του μασάζ.

Μια αποτελεσματική τακτική για τον πόνο και την ένταση – όπως πιστεύει – είναι η τοποθέτηση ζεστών, υγρών κομματιών υφάσματος σε σημεία, που χρειάζονται χαλάρωση και ηρεμία. Χρησιμοποιεί, επίσης, κάποιες παραδοσιακές τακτικές, που χρησιμοποιούνται σε διάφορα μέρη του κόσμου.

Τα αποτελέσματα; 250 γεννήσεις, οι οποίες περιλαμβάνουν 3 δίδυμους το-

κετούς και 8 ισχιακές προβολές, ενώ σε καμιά γυναίκα δεν παρουσιάστηκε ανάγκη να κάνει καισαρική.

Η Clarebeth πιστεύει, ότι η παραδοσιακή μαιευτική πρακτική "επιστρέφει". Η ίδια έμαθε για παραδοσιακές πρακτικές από μια Ιταλίδα θεία της, που ήταν μαία στη Σικελία, και από Αμερικάνες – Ινδιάνες ηλικιωμένες μαίες.

Πιστεύει ακράδαντα στο παραδοσιακό μοντέλο εκπαίδευσης: μαία εκπαιδεύει μαία, και προσπαθεί να μεταδώσει τις γνώσεις της σε άλλες μαίες.

Έχει μιλήσει σε πολλά διεθνή συνέδρια και πέρυσι οργάνωσε ένα συνέδριο στο Όρεγκον, πάνω στην παραδοσιακή μαιευτική πρακτική. Φέτος, ξαναοργανώθηκε αυτό το συνέδριο. Παράλληλα

με αυτές τις ασχολίες της κάνει και μαθήματα σε νέες μαίες.

Αποφάσισε να ταξιδέψει στην Ιταλία και Ελλάδα, για να γνωρίσει και άλλες μαίες και να ανταλλάξουν απόψεις.

Η Clarebeth θα έρθει στην Ελλάδα (Αθήνα, Σίφνο, Ξάνθη) προς τα τέλη Οκτωβρίου με αρχές Νοεμβρίου.

Ενδιαφέρεται να μάθει για παραδοσιακές μαιευτικές πρακτικές της Ελλάδας, και θα ήθελε να μιλήσει για τον τοκετό σε μαίες, σπουδαστές, γιατρούς, γυναίκες, μητέρες, και να παρου-

σιάσει κάποιες από τις πρακτικές της.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Στην προτελευταία σελίδα του περιοδικού μας, (σελ. 182), βρίσκεται η ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ με τα θέματα που θα διδάξει η Clarebeth, ο προγραμματισμός των διαλέξεων και των εργαστηρίων με τις ημερομηνίες τους, για την Αθήνα, τη Σίφνο και την Ξάνθη, καθώς και τηλέφωνα επικοινωνίας – για περισσότερες πληροφορίες – όσον αφορά στην εγγραφή και παρακολούθηση όλων των παραπάνω.

Το Μουσείο της Μητέρας

Δρ Χρίστος Θ. Οικονομόπουλος, Παιδοχειρουργός.

Το "Μουσείο της Μητέρας" είναι ένα ολοκληρωμένο και αυτοτελές εθνογραφικό, λαογραφικό, γλωσσολογικό, παιδαγωγικό, ιστορικό, λατρευτικό και καλλιτεχνικό μουσείο.

Είναι έργο ζωής και μοναδικό σ' ολόκληρο τον κόσμο, όπως φαίνεται από το διεθνή κατάλογο των μουσείων, (βλέπε Museums Directory of the World).

Το "Μουσείο της Μητέρας" αναφέρεται κυρίως στη χρονική περίοδο των 500 χρόνων από την πτώση της Κωνσταντινούπολης, δηλαδή από το 1453 μέχρι το 1953. Δεν τελειώνει όμως το 1953, αλλά συνεχίζεται και περιλαμβάνει σι-

δήποτε αφορά στη μητέρα μέχρι σήμερα. Γιατί η μητρότητα δεν έχει τέλος. Εφόσον θα υπάρχει κόσμος, θα υπάρχουν οι μητέρες.

Το "Μουσείο της Μητέρας" καλύπτει όλο τον Ελλαδικό χώρο. Δίνει, όμως, ιδιαίτερη έμφαση στο νεότερο ελληνικό πολιτισμό της μητέρας.

Το σύνολο των αντικειμένων του "Μουσείου της Μητέρας" υπερβαίνει τα 12.000 είδη, και σε αριθμό τα 160.000 αντικείμενα, μικρά και μεγάλα. Αυτά αποτελούν ένα ενιαίο και αδιάσπαστο σύνολο, το οποίο εκφράζει τη λειτουργία της μητρότητας από όλες τις από-

ψεις. Τα αντικείμενα του "Μουσείου της Μητέρας" έχουν όλα μια λειτουργικότητα, δηλαδή, διηγούνται τις παραδοσιακές πράξεις και ενέργειες της μάνας.

Το πλούσιο υλικό του "Μουσείου της Μητέρας" διασώζει τις παραδοσιακές πράξεις της Ελληνίδας μητέρας, σχετικά με το γεννησιουργό κύκλο, από την επιθυμία για παιδιά, τη σύλληψη, την εγκυμοσύνη, τη γέννα, τη λοχεία, το θηλασμό, την περιποίηση και ανατροφή του παιδιού (ύπνο, καθαριότητα, διατροφή), τα παιχνίδια, τη σχολική ζωή, το παιδικό θέατρο, τα τραγούδια, τους χορούς, τη λαϊκή ιατρική, τη λατρεία, το εορτολόγιο όλου του χρόνου, την αστρολογία, τη μετεωρολογία της μάνας, τη μαντική, το λαϊκό δίκαιο, τα επιτηδεύματα της μάνας, (κοπτική, ραπτική, κεντητική, υφαντική, βαφική, μαγειρική, ζαχαροπλαστική), μέχρι και το γάμο του παιδιού της.

Μετά, συνεχίζεται με τη ζωή της μεγάλης μητέρας, της μάνας – γιαγιάς, (με ξηνητείες, φυλακίσεις), μέχρι και το θάνατο και πέρα απ' αυτόν, με το σεβασμό προς τη νεκρή μάνα, (θάνατος, μνημόσυνα, μνημεία κλπ.).

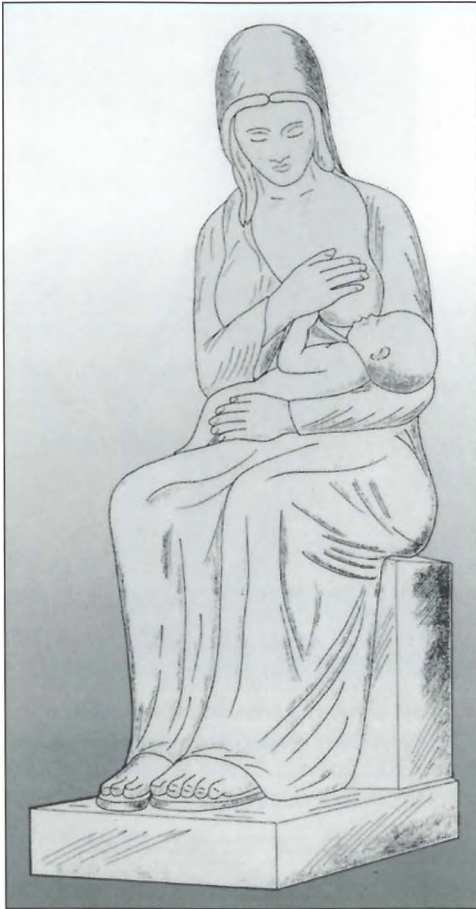
Ενδιαφέρον είναι το τμήμα με την παθολογία της μητρότητας, με ψυχωτικές, μήδειες, τυφλές, ανάπηρες μάνες, μητέρες με ειδικές ανάγκες, ανύπανδρες κλπ. Επίσης, με το ιστορικό τμήμα της Ελληνίδας μάνας στην Τουρκοκρατία: μητέρες του Ζαλόγγου, Μανιάτισσες, Μεσολογίτισσες, Χιώτισσες, Ηπειρώτισσες, μητέρες της Νάουσας, Καλαβρυ-



Έργο της Φιλομήλας Βακάλη-Συρογιαννοπούλου, φιλοτεχνημένο για το εξώφυλλο του βιβλίου: "Μάνα, η πρώτη ερωμένη", της Μαρίας Καίλα και της Γιώτας Ξανθάκου (Εκδόσεις Ντουντούμη, 1986).

τινές κλπ., με έμφαση στη μεγάλη μάνα, την Παναγία, τη μεγάλη προστάτιδα της μάνας κατά τους χρόνους της σκλαβιάς. Το τελευταίο τμήμα αφορά τη μάνα στην τέχνη, στη γλυπτική, ζωγραφική, χαρακτηριστική, στα νομίσματα, στα μετάλλια, στα χαρτονομίσματα, στα γραμματόσημα και σε κάθε μορφή τέχνης.

Το μουσείο, επίσης, έχει βιβλιοθήκη, ειδική για τη μητρότητα, με 3.000 τόμους και φυλλάδια. Επίσης, διαθέτει φωτογραφικό αρχείο. Ακόμη έχει και άλλα αρχεία, όπως λαογραφικό, ιστορικό, παιδαγωγικό, λογοτεχνικό, Θεομη-



τορικό, μουσικολογικό κλπ. Το ιδιωτικό μου αυτό "Μουσείο της Μητέρας", το οποίο ίδρυσα το 1965 με τη συλλογή που άρχισα από το 1945, το εδώρησα στο Ελληνικό Δημόσιο την 8η Μαρτίου του 1978, με το σκοπό να εξυπηρετήσει την επιστημονική έρευνα και την επιμόρφωση του ελληνικού λαού, για να γίνει κτήμα όχι μόνο του ελληνικού λαού, αλλά και ολόκληρης της ανθρωπότητας, γιατί από κτήσεως κόσμου

κανείς δεν σκέφτηκε να φτιάξει ένα ναό για τη μάνα, ένα "Μουσείο της Μητέρας".

Το Ελληνικό Δημόσιο – παρότι έκανε αποδεκτή τη δωρεά μου (Φ.Ε.Κ. αριθμ. 82- 6/11/1980) – αδιαφόρησε. Από το 1978 μέχρι σήμερα, πέρασαν 18 ολόκληρα χρόνια γεμάτα αγώνες. Όπως συνέβη και με πολλές άλλες δωρεές προς το Δημόσιο, αυτό με ταλαιπώρησε αφάνταστα και δίνω ακόμη σκληρές μάχες για τη στέγασή του.

Μέσα από τα αντικείμενα του "Μουσείου της Μητέρας" περισώζεται ο θησαυρός του νεοελληνικού πολιτισμού μας και διαφαίνεται ανάγλυφα ότι, από το 1453 μέχρι σήμερα η Ελληνίδα μάνα ήταν μία ασύλληπτα ηρωική μορφή, με ηθικό σθένος και δύναμη, που έδινε συνεχώς τη μάχη για την επιβίωση της φυλής, αντίθετα στην υπογεννητικότητα, με γιγάντιες προσπάθειες να διατηρήσει τη μητρική γλώσσα και τα έθιμα.

Σήμερα, που το έθνος μας βάλλεται από παντού, οι δε ξένοι αμφισβητούν την εθνική μας ταυτότητα τα τελευταία 500 χρόνια, το "Μουσείο της Μητέρας" θα συμβάλει στην απόκρουση κάθε επιβουλής σε βάρος του νεοελληνικού μας πολιτισμού και της πολιτιστικής μας κληρονομιάς.

Πλησιάζω στα 50 χρόνια συλλέκτης – για τη μάνα και το παιδί – και διαρκώς αγωνίζομαι για το άνοιγμα αυτού του Μουσείου. Συνεχώς, μετουσιώνω μια μεγάλη μου δυστυχία, το χαμό της μητέρας μου κατά τη διάρκεια της παιδικής μου ηλικίας, με ένα δημιουργικό πάθος, που εφόσον ζω θα συνεχίζεται.

Λαογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μамής

Δρ **Χρίστος Θ. Οικονομόπουλος**, Παιδοχειρουργός.

Αφιερώνεται ευλαβικά στην ιερή μνήμη των χιλιάδων Ελληνίδων λαϊκών Μαιών, οι οποίες από την αυγή του Νέου Ελληνισμού, επί πεντακόσια χρόνια (1453-1953), με αυτοθυσία και ηρωισμό βοήθησαν τις Ελληνίδες μητέρες και τα παιδιά τους, προσφέροντας ανυπολόγιστες υπηρεσίες για την επιβίωση του Γένους και του Έθνους μας.

ΑΝΤΙ ΠΡΟΛΟΓΟΥ

Ζήλος θερμός και αγάπη με παρόρμησαν να συγγράψω το παρόν λεξικό, που αφορά την παραδοσιακή γλώσσα της Ελληνίδας μαμής.

Από τα παλιά χρόνια, η γριά-Μπάμπω έπλασε χιλιάδες λέξεις, που ζουν ακόμα στο στόμα του λαού και δεν απαντούν στα γραπτά μνημεία του λόγου.

Οι λέξεις αυτές έχουν μια λαογραφική σημασία, γιατί κρύβουν μέσα τους νοήματα από τις εθιμικές πράξεις και ενέργειες της παραδοσιακής μαμής, οι οποίες αφορούν την πνευματική, ψυχική, κοινωνική και υλική κατάσταση της γυναίκας, από τη σύλληψη, την εγκυμοσύνη, τον τοκετό, τη λοχεία, την περιποίηση του νεογέννητου, τις αρρώστιες των βρεφών και παιδιών, μέχρι και

τη δημιουργία ενός γονιμικού περιβάλλοντος στα νέα κορίτσια, με την προετοιμασία της μητρότητας.

Η λαογραφική γλώσσα της παραδοσιακής μαμής δεν απετέλεσε, μέχρι σήμερα, αντικείμενο ίδιας λεξικογραφικής μελέτης. Προς το σκοπό αυτό αποφάσισα, από σεβασμό προς την Ελληνική Παράδοση, που χάνεται, να περισώσω όσες λέξεις χρησιμοποιούσε η γριά-Μπάμπω τα τελευταία πεντακόσια χρόνια, από την αυγή του Νέου Ελληνισμού (1453) μέχρι σήμερα, οι οποίες εξακολουθούν να ζουν στον προφορικό λόγο της και αποτελούν ένα λαογραφικό θησαυρό.

Τις λέξεις αυτές του παρόντος λεξικού συνέλεξα, συστηματικά και μεθοδικά, από μαμές-γιαγιάδες των είκοσι χιλιάδων μικρών ασθενών μου, που χειρουργήσα κατά τη χρονική περίοδο από το 1962-1996, από όλα τα διαμερίσματα του Ελλαδικού χώρου.

Προσπάθησα να δώσω μέσα από τις λέξεις, που χρησιμοποιούσε η παραδοσιακή Ελληνίδα μαμή, όσο το δυνατόν πληρέστερη εικόνα του αθησαύριστου γλωσσικού και λαογραφικού πλούτου της.

Στο λαογραφικό λεξικό της Ελληνίδας μαμής βρίσκει κανείς λέξεις, που σώ-

ζονται από παράδοση, συνέχεια και διαδοχή, τα τελευταία πεντακόσια χρόνια στο στόμα της λαϊκής Μπάμπως.

Ο σπουδαιότερος σκοπός του λεξικού αυτού είναι η διάσωση της γλωσσικής ύλης, σχετικά με τη λαϊκή Ελληνίδα μαία, πριν εξαφανισθεί ή αλλοιωθεί ο θησαυρός αυτός της παραδόσεως από το σύγχρονο τεχνολογικό πολιτισμό και την εισδοχή νέων τρόπων ζωής.

Τις λέξεις του παρόντος λεξικού συγκέντρωσα με σεβασμό, φροντίδα και προσοχή, ως πνευματικό λαϊκό θησαυρό, και τις παραδίδω με αγάπη στις επόμενες γενεές των Επιστημόνων Μαιών και Μαιευτών, ως σοφές υποθήκες της ζωής της παραδοσιακής Μπάμπως, η οποία κατά τους χρόνους της σκλαβιάς, (Τουρκοκρατία – Φραγκοκρατία), βοήθησε αποτελεσματικά τις Ελληνίδες και τα παιδιά τους, προσφέροντας ανεκτίμητες υπηρεσίες στη διάσωση της φυλής μας.

A

a!!!, 1) Επιφώνημα της επιτόκου, που εκφράζει πόνο κατά την εξώθηση, 2) Επιφώνημα της μαμής, όταν φέρνει στον κόσμο γερό παιδί: "Α! να ζήσει, έφερα Ήλιο και αστέρι".

αβασκαμένη, η, η λεχώνα που έπαθε βασκανία, ματιάστηκε.

αβασκαμός, ο, η βασκανία. "Οι έγκυες, οι λεχώνες και τα μικρά παιδιά αβασκαίνονται εύκολα".

αβασκανία, η, η βασκανία.

αβασκαντήρας, ο, το φυλακτό εναντίον της βασκανίας της λεχώνας.

αβασκαντούρι, το, μαγικό βότανο που χρησιμοποιεί η μαμή εναντίον της βασκανίας.

αβασκοχάρτι, το, βιβλίο-γιατροσόφι της μαμής με ευχές κατά της βασκανίας.

άβγια, η, η στείρα γυναίκα.

αβδέλλα, η, σκώληκας ο αιματοπότης, αβδέλλα η φαρμακευτική. Χρησιμοποιείται από τη μαμή για θεραπευτικές αφαιμάξεις στην προεκλαμψία της εγκύου.

αβδελλάδικο, το, το βδελλοπωλείο, συνήθως κουρείο, όπου η μαμή αγόραζε αβδέλλες για πρακτική ιατρική χρήση σε προεκλαμψία ή εκλαμψία της εγκύου.

αβδελλιάρικο, το, το καχεκτικό παιδί.

άβια, η, η γυναίκα που δεν κάνει παιδιά, η στείρα.

αβύζαγο, το, το νεογέννητο που δεν θήλασε ακόμη. Συνήθως, η μαμή πριν το θηλασμό έδινε στα νεογνά τα "πότια", (χαμομήλι με σκόνη από τριμμένα έντομα, για να αποβάλει το μηκόνιο και για ανοσοποίηση εναντίον των εντόμων).

αβυζάλιστο, το, το βρέφος που δεν θήλασε.

αβύζαστο, το, το νεογνό που δεν έχει θηλάσει, το νηστικό από μητρικό γάλα.

αβύζιανη, η, η γυναίκα που έχει πολύ ισχνά βυζιά και είναι ακατάλληλα για μητρικό θηλασμό, γιατί είναι "αγαλάτωση".

αβυζόπιαστο, το, το νεογνό που δεν θήλασε.

αγαλάτωση, η, η λεχώνα που δεν έχει γάλα, λέγεται και "άγαλη".

αγανόλαδο, το, αιμοστατικό σε ρήξη του περινέου.

αγαποβότανο, το, το βοτάνι της αγάπης, το "μαγιοβότανο", τεύκρινον το πόλιον, λέγεται και "Παναγιόχορτο".

αγγαστριές, οι, οι επιθυμίες της εγκύου για φαγητό και γλυκά.

αγγελοβαρεμένο, το, το νεογέννητο που πέθανε στα χέρια της μαμής, από λευκή ασφυξία, κατά τον τοκετό.

αγγελοθώρισμα, το, η προσήλωση του βλέμματος του νεογέννητου στο άπειρο, μετά από δυστοκία. Θεωρείται από τη μαμή προθανάτιο σημάδι, "γιατί βλέπει τον άγγελό του".

αγγελοκάμωτο, το, το νεογνό που είναι πλασμένο σαν άγγελος.

αγγελόκομμα, το, το δύσκολο ξεψύχισμα της μαμής, όταν έχει χάσει στη γέννα πολλά παιδιά ή έχει ξεγεννήσει γυναίκα μοιχαλίδα, που έφερε στον κόσμο παιδί από κλεψιγαμία (νόθο).

αγγελοκρίνεται, όταν η γριά Μπάμπω ψυχορραγεί, κρίνεται από τον άγγελό της αν ήταν στη ζωή της καλή και τυχερή μαμή, με λίγες ατυχίες και με περισσότερες επιτυχίες.

αγγουλίζει, όταν το βρέφος βατταρίζει και λέει αγγού-αγγού.

αγγουραλοιφή, η, αλοιφή από το χυμό του καρπού του αγγουριού. Τη χρησιμοποιεί η μαμή για τη θεραπεία των ραγάδων της θηλάζουσας λεχώνας, τοποθετώντας την στις θηλές του μαστού.

αγελάδα!, προσφώνηση της μαμής προς την πολύτεκνη και γαλακτερή λεχώνα, που είναι όπως η αγελάδα ευλογημένη από την Παναγία.

αγεννησιά, η, η στείρωση.

αγέννητα αυγά, τα, αυγά που βρέθηκαν σε σφαγμένη κότα. Δεν τα τρώνε τα νέα κορίτσια, για να μην έχουν δυστοκία όταν γίνουν μητέρες.

αγέρας, ο, η ψευδοκίνηση, το ανεμογκάστρι.

Αγία Αικατερίνη, η, προστάτης των παρθένων.

Αγία Αναστασία, η Φαρμακολύτρα, η, προστατεύει την έγκυο από την αποβολή και χαλάει τα κακά μάγια. Είναι προστάτης των βρεφών, κατά της βασκανίας, και του νεόγαμπρου, κατά του αμποδέματος, (ψυχικής ανικανότητας την πρώτη νύχτα του γάμου).



Παναγία η Γαλακτοφόρος ή Γαλακτιανή, προστάτης της θηλάζουσας λεχώνας.

Αγία Άννα, η, προστάτης της στείρας και της γιαγιάς.

Αγία Βαρβάρα, η, προστάτης των εγκύων και των παιδιών που πάσχουν από εξανθηματικές αρρώστιες, ιδίως την ευλογιά.

Αγία Ειρήνη, η, προστάτης της λεχώνας.

Αγία Ελεούσα, η, προστάτης της λεχώνας.

Αγία Ερμιόνη, η, προστάτης της λεχώνας. Θεραπεύει το ξαρμένιασμα, δηλαδή την ψύχωση της λοχείας.

Αγία Ζώνη της Παναγίας, η, ζώνη κόκκινη με τρεις σταυρούς, που φορούν τα νέα κορίτσια για να τους έρθουν τα έμμηνα σε δυσμηνόροια. Επίσης, τη φορούν οι στείρες για να πιάσουν παιδί.

Αγία Ζώνη, η, η ζώνη του ιερέα. Η μαμή παρακαλεί τον ιερέα και την επιθέτει σε δυστοκία, όταν κακογεννά μια επίτοκος.

Αγία Μαρίνα, η, προστάτης των επιτόκων και του ύπνου των βρεφών. Καθησυχάζει το κλάμα των βρεφών από κολικούς πόνους.

Αγία Παρασκευή, η, προστάτης των ματιών, τα γιατρεύει από νεογνική οφθαλμία.

άγιασμα, το, πηγή ύδατος καθγιασμένη. Η μαμή ποτίζει τις λεχώνες για να κατεβάσουν γάλα, και τα νεογνά για υγεία.

Άγιοι Ανάργυροι, οι, θαυματουργοί άγιοι, Κοσμάς και Δαμιανός, που θεραπεύουν όλες τις αρρώστιες. Η μαμή πιστεύει ότι προσστατεύει τα αγόρια κατά τον τοκετό, για να μη πεθαίνουν.

Άγιος Πέτρος και Παύλος, οι, προστά-

τες των διδύμων παιδιών και της μάνας, που γέννησε δίδυμα.

Άγιοι Σαράντα, οι, προστάτες των αρχνόγκαστρων εγκύων, που έχουν συχνά αποβολές. Το παιδί που θα ζήσει το λένε "σαρανταράκι" και το αεροβαφτίζει ή κατηλοβαφτίζει η μαμή με το όνομα "Σαράντης".



Ο Άγιος Αιμιλιανός, προστάτης των βρεφών που αργούν να μιλήσουν.

Άγιοι Ταξίαρχες, οι, οι αρχάγγελοι Μιχαήλ και Γαβριήλ, (8 Νοεμβρίου), προστάτες της γριάς Μπάμπως όταν έχει επιτυχίες στις γέννες και τιμωροί άγιοι στις ατυχίες της. Οι γριές μαμές νηστεύουν μια εβδομάδα.

Αγιοκωνσταντινάτο, το, νόμισμα που φέρει την παράσταση του Μ. Κωνσταντίνου. Το φορεί η ετοιμόγεννη για να γεννήσει χωρίς δυσκολία και με λίγους πόνους, (ωκυτόκιο).

Αγιολίθαρο, το, λιθάρι με μια μεγάλη τρύπα. Η μαμή περνάει από μέσα τις στείρες για να πιάσουν παιδί (τελετουργία της μαμής).

Αγιόπετρα, η, μεγάλος βράχος, που στη βάση του αναβλύζει ιαματικό νερό, για θεραπεία της στειρότητας.

Αγιοπετράχηλο, το, το πετραχήλι του ιερέα, που επιθέτουν σε μια επίτοκο όταν έχει δυστοκία και κακογεννάει.

Άγιος Αιμιλιανός, ο, προστάτης άγιος των βρεφών που αργούν να μιλήσουν. Η μαμή συμβουλεύει τη μάνα πως να φτιάξει τη "λεξώπιτα", για να μιλήσει το παιδί γρήγορα, (λέξω = η γλώσσα).

Άγιος Ανδρέας, ο, προστάτης των αδυνάτων βρεφών, τα αντριώνει.

Άγιος Αντώνιος, ο, προστάτης άγιος των προώρων νεογνών και των βρεφών με αθρεψία.

Άγιος Αρτέμιος, ο, προστάτης άγιος των παιδιών που πάσχουν από βουβωνοκήλη.

Άγιος Βασίλης, ο, προστάτης άγιος των φτωχών παιδιών.

Άγιος Βλάσσης, ο, (11 Φεβρουαρίου), προστάτης των εγκύων.

Άγιος Γεώργιος, ο, προστάτης άγιος των καχεκτικών παιδιών. Η μαμή ζυγίζει εθιμικά στη γιορτή του όλα τα παιδιά του χωριού, για να πάρουν βάρος. Επίσης, είναι προστάτης των κοριτσιών.

Άγιος Γρηγόριος, ο, προστάτης άγιος που θεραπεύει γρήγορα τη μαστίτιδα στη θηλάζουσα μάνα, για να μη στερηθεί το παιδί το γάλα της.

Άγιος Ελευθέριος, ο, ή Άη Λευτέρης. Προστάτης άγιος της μαμής, των εγκύων και επιτόκων. "Οι μαμές απαγορεύουν στις γκαστρωμένες να εργάζονται την ημέρα της μνήμης του". Όταν η γέννα είναι επικίνδυνη, η μαμή προστάζει την έγκυο να τάξει το παιδί που θα γεννηθεί, και να το βαφτίσει Ελευθέριο ή Ελευθερία. Σε δυστοκία, η μαμή παρακαλεί τον Άγιο Ελευθέριο: "Άη Λευτέρη μου, μεγάλη η χάρη σου, λευτέρωσέ την με το καλό, κι άμα θα σαραντίσει θάρθει να σε λειτουργήσει".

"Ο Άγιος Ελευθέριος δίνει καλή λευτεριά στις έγκυες". "Άγιε μου Λευτέρη, λευτέρωσέ με, να σου φέρω ένα κερί σαν το μπόι μου". "Άγιε μου Λευτέρη, να με ξελευτερώσεις με το καλό και του χρόνου να σε λειτουργήσω ξανά".

Η μαμή πιστεύει ακράδαντα ότι "ο Άγιος Ελευθέριος ελευθερώνει την έγκυο από κάθε κακό". Η μαμή, όταν την καλέσουν για γέννα, παίρνει μαζί της πάντοτε το εικόνισμα του Αγίου Ελευθερίου, το οποίο τοποθετεί πλάι στην επίτοκο, για προστασία και βοήθεια. Επίσης, έχει στην τσέπη της πάντα ένα μικρό εικονισματάκι του Αγίου, για φώτιση.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

Όταν εκεί επάνω ...

Νίκου Α. Παπανικολάου, Ομότιμου Καθηγητή Μαιευτικής – Γυναικολογίας.

(Συνέχεια από το προηγούμενο)

Ο τοκετός της Λητώ

– Αξίζει να σου διηγηθώ τον τοκετό της Λητώ, που ήταν δίδυμος. Γεννήθηκε ο Απόλλων και η Άρτεμις. Μεγάλη περιπέτεια και φοβερή δυστοκία.

– Οι τοκετοί διδύμων εύκολα μπορούν, όπως ξέρουμε, ν' αποτελέσουν δυστοκία. Ποιά ήταν η Λητώ;

– Η Λητώ ήταν κόρη του Κοίου, από το γένος των Τιτάνων. Εκτός από τη Λητώ είχε και μια άλλη κόρη, την Αστερία. Ο πατέρας μου, ο Δίας, ερωτεύτηκε την Αστερία, που δεν ανταποκρίθηκε στον έρωτά του και για να τον αποφύγει μεταμορφώθηκε σε ορτύκι και έπεσε στη θάλασσα, όπου έγινε νησί με το όνομα Ορτυγία, δηλαδή το νησί των ορτυκιών, που αργότερα ονομάστηκε Δήλος.

Αργότερα, παντρεύτηκε τον Πέρση και απέκτησε την Εκάτη, θεότητα, που συγγενεύει με την Άρτεμη. Ο πατέρας μου τότε στράφηκε στην αδελφή της τη Λητώ, μια όμορφη κοπέλα, που ο Ησίοδος την ονόμαζε "μειλινί", δηλαδή γλυκιά.

Η Λητώ ανταποκρίθηκε στον έρωτα του πατέρα μου και έμεινε έγκυος. Η

μητέρα μου, η Ήρα, σαν το έμαθε ζήλεψε, όπως πάντα, και μαζί φοβήθηκε μήπως το παιδί, που θ' αποκτούσε από τη Λητώ, αν ήταν αρσενικό, ο πατέρας μου θα το αγαπούσε περισσότερο από τον αδελφό μου τον Άρη.

Έστειλε, λοιπόν, ένα μεγάλο φίδι, τον Πύθωνα, που σκότωνε ζώα και ανθρώπους, να κυνηγάει τη Λητώ έτσι, ώστε να μη μπορεί να σταθεί σε κανένα μέρος του κόσμου, που το βλέπει ήλιος. Και, για να είναι περισσότερο βέβαιη, έβαλε τον αδελφό μου τον Άρη στην κορυφή του Αίμου, για να παρακολουθεί τις στεριές, και την Ίριδα, που συμβόλιζε το ουράνιο τόξο, στον Μίμαντα της Μικράς Ασίας, για να παρακολουθεί τα νησιά.

– Μπράβο παρακολούθηση!

– Ούτε σε "χλωρό κλαρί" δεν την άφησε να σταθεί την καυμένη τη Λητώ! Διωγμένη πέρασε από την Αθήνα, την Αίγινα, την Εύβοια, τη Θήβα, την Κάρυστο, τις Ειρεσίες στο Θερμαϊκό κόλπο, την Πεπάρηθο, δηλαδή τη σημερινή Σκόπελο, τον Άθω, το Πήλιο, τη Σαμοθράκη, την Ίδα, τη Σκύρο, τη Φώκαια, τη Θεσσαλία, την Ίμβρο, τη Λέσβο, την Αρκαδία, την Αργολίδα, τη Χίο, τη Σάμο, την Κω, την Μίλητο, την Κάρπαθο, τη Νάξο,

την Πάρο και από άλλα μέρη.

– Και κανένας δεν τη δέχτηκε;

– Κανένας! Περισσότερο σκληρά της φέρθηκαν στην Αργολίδα, στη Βοιωτία και στην Αττική. Μάλιστα, στην Αττική, στη θέση που είναι σήμερα η Βουλιαγμένη, νόμισε πως δεν μπορούσε να κρατηθεί άλλο και πως θα γεννούσε, και έλυσε τη ζώνη της, γι' αυτό τη Χερσόνησο της Βουλιαγμένης την ονόμασαν "Ζωστήρα".

Αυτός, που τη λυπήθηκε, ήταν ο Πηνειός ποταμός, και με δάκρυα στα μάτια την καλοδέχτηκε. Όμως, ο Άρης την είδε από τον Αίμο και του έστειλε τέτοιες βροντές, που έκαναν την Όσσα, την Πίνδο και ολόκληρη τη Θεσσαλία να σαλεύουν από μεγάλο σεισμό. Τον απείλησε πως θα του πετάξει το Παγκαίο όρος, για να χώσει τα νερά του. Να σκεφτείς, πως και η ίδια η Λητώ τον λυπήθηκε και αρνήθηκε τη φιλοξενία του.

Όπως μου διηγήθηκε η Λητώ, όταν περνούσε από τη Θήβα, το παιδί που είχε στην κοιλιά της φώναξε οργισμένο, πως μια μέρα θα πήγαινε στους Δελφούς, θα έφτιαχνε ένα Μαντείο και θα σκότωνε όλα τα παιδιά της Νιόβης, βασίλισσας της Θήβας, γιατί δεν επέτρεψε στην ετοιμόγεννη μάνα του να γεννήσει στη Θήβα.

Και μια άλλη φορά, που περνούσε από την Κέρκυρα για την Κω, το παιδί μέσα από την κοιλιά της φώναξε να μη σταθεί εκεί, γιατί δεν θέλει να γεννηθεί στο μέρος, που αργότερα θα γεννιόταν ένας άλλος μεγάλος θεός, που μαζί του θα

άνοιγε πόλεμο και θα έδωχνε τους Γαλάτες.

– Ποιόν εννοούσε;

– Τον Πτολεμαίο, γιατί το παιδί που φώναξε μέσα στην κοιλιά της Λητώ δεν ήταν άλλος από τον Απόλλωνα.

– Στο τέλος, πού σταμάτησε η Λητώ να γεννήσει;

– Δεν σταμάτησε από μόνη της, ούτε γιατί η Ήρα έχασε τον έλεγχο του διωγμού της. Το παιδί μέσα από την κοιλιά της τη συμβούλεψε να παρακαλέσει την αδελφή της την Αστερία, που έπεσε στη θάλασσα και έγινε το ξερονήσι Ορτυγία, να τη φιλοξενήσει και να γεννήσει σ' αυτή.

Η Αστερία δέχτηκε τη Λητώ, αλλά το νησί ασήμαντο, ξερό και έρημο όπως ήταν, θαλασσοδερνόταν απ' τη μια άκρη στην άλλη της Μεσογείου. Τότε, οι θεοί, με τέσσερις κολώνες το στέριωσαν στο βυθό της θάλασσας και επειδή στεριωμένο έκανε την εμφάνισή του μόνιμα, δηλαδή δηλώθηκε, γι' αυτό ονομάστηκε Δήλος. Έτσι, το ξερονήσι δοξάστηκε και ρίζωσε τριγυρισμένο από άλλα νησιά, που μοιάζουν σαν να χορεύουν γύρω του γι' αυτό τα ονόμασαν Κυκλάδες.

– Πώς εξελίχτηκε ο τοκετός;

– Εννιά ημερόνυχτα κράτησαν οι ωδίνες της. Κανένας δεν μπορούσε να τη βοηθήσει. Ήρθαν οι προγιαγιάς μου Διώνη και Θέμιδα, ήρθε η γιαγιά μου η Ρέα, ήρθε και η βασίλισσα της θάλασσας η Αμφιτρίτη, αλλά τίποτε δεν μπόρεσαν να της προσφέρουν, να απαλύνουν τον πόνο της και να τη βοηθήσουν

στη γέννα της.

– Και εσύ τί έκανες ως θεά του τοκετού;

– Εγώ, αν και η Λητώ ήταν ερωμένη του πατέρα μου, είχα όλη την καλή διάθεση να τη βοηθήσω στη γέννα της, αλλά η μητέρα μου, η Ήρα, έζωσε τον Όλυμπο με χρυσά σύννεφα έτσι ώστε κανένας δεν μπορούσε να δει τι γίνεται στη γη. Όταν κάποτε πήρα το μήνυμα από τις θεές, που παραστέκονταν ανήμπορες στον τοκετό της Λητώς, με τη βοήθεια της Ίριδας, που ήταν ο σύνδεσμος μεταξύ ουρανού και γης, έφυγα από τον Όλυμπο για τη Δήλο. Μάλιστα, η Ίριδα μου έταξε για αμοιβή μου γιορτάνι χρυσό μήκους εννιά πήχεων.

– Πώς αντιμετώπισες τη δυστοκία σαν έφτασες στη Δήλο;

– Έβαλα τη Λητώ ν' ακουμπήσει πάνω σ' ένα βράχο, να στηλώσει τα πόδια της πάνω στο χορτάρι γονατιστή και με τα χέρια της ν' αγκαλιάσει μια φοινικιά. Με τον τρόπο αυτό της εξώθησης βγήκε το πρώτο παιδί, ο Απόλλων, που τον φάσκισαν με χρυσή φασκιά, δεν θήλασε, γιατί η Θέμιδα του έβαλε στο στόμα νέκταρ και αμβροσία, και την ίδια ημέρα της γέννησής του έφυγε για τον Όλυμπο. Ύστερα γεννήθηκε η Άρτεμη χωρίς δυσκολία.

Ο τοκετός της Ευάδνης

Τελειώνοντας τον τοκετό της Λητώς η Ελευθώ μου είπε πως ήταν ένας τοκετός, που δεν θα τον ξεχάσει ποτέ. Η

μητέρα της ποτέ δεν της συγχώρεσε τη συμμετοχή της σ' αυτόν. Τόσο με την Άρτεμη, όσο και με τον Απόλλωνα, όταν μεγάλωσαν, έγιναν φίλοι. Ο Απόλλωνας μάλιστα της ζήτησε να παρασταθεί στο τοκετό της αγαπημένης του, της Ευάδνης. Όταν τη ρώτησα ποιά ήταν αυτή μ' απάντησε:

– Ο Ευρώτας είχε μια κόρη, που την έλεγαν Πιτάνη. Την αγάπησε ο Ποσειδώνας και απέκτησε μαζί της την Ευάδνη, Τον καιρό του παράνομου έρωτά του την εμπιστεύτηκε στον Αίγυπτο, που ήταν γιός του Έλατου, βασιλιά της Αρκαδίας. Ο Αίγυπτος την αγάπησε και την ανάθρεψε σαν παιδί του. Όταν μεγάλωσε, την αγάπησε ο Απόλλωνας από τον οποίο έμεινε έγκυος. Ο θετός πατέρας της ανησύχησε και πήγε να συμβουλευτεί το Μαντείο των Δελφών.

Στο μεταξύ άρχισαν οι ωδίνες του τοκετού. Η Ευάδνη προσποιήθηκε πως θα πάει να φέρει νερό από την πηγή, αλλά έτρεξε σε ερημικό μέρος. Εκεί επικαλέστηκε τη βοήθεια του αγαπημένου της Απόλλωνα και αυτός τη δική μου.

Έσπευσα κοντά στην Ευάδνη, τη βοήθησα και γέννησε ένα αγόρι. Ύστερα, τη βοήθησα να το κρύψουμε, γιατί φοβόμασταν την αντίδραση του θετού της πατέρα. Ο πραγματικός πατέρας του, ο Απόλλων, έστειλε δύο φίδια να το μεγαλώσουν θρέφοντάς το με μέλι.

Το Μαντείο των Δελφών είπε στον Αίγυπτο, πως το παιδί της Ευάδνης είναι γιός του Απόλλωνα και πως μια μέρα θα γίνει ξακουστός μάντης, γι' αυτό έτρεξε να το βρεί. Το βρήκε κρυμμένο

ανάμεσα σε σχοίνα, βατομουριές και μενεξέδες, που λέγονται και ία, γι' αυτό το ονόμασε Ίαμο.

Όταν ο Ίαμος μεγάλωσε, προσευχήθηκε στον παππού του τον Ποσειδώνα και στον πατέρα του τον Απόλλωνα να του δώσουν ένα χάρισμα. Αυτοί του χάρισαν τη μαντική ικανότητα, ερμηνεύοντας τη γλώσσα των πουλιών.

Παράταση εγκυμοσύνης και πρόκληση τοκετού

Ήξερα, πως η Ελευθώ δεν ήταν καλή μόνο στην αγωγή του τοκετού, αλλά και στην παράταση της έκλυσής του και στην πρόκληση της έκλυσής του. Τη ρώτησα σχετικά και μ' απάντησε:

– Ναι, μια περίπτωση παράτασης έκλυσης τοκετού ήταν του Ηρακλή, και έκλυσής του, του Ευρυσθέα.

– Γιατί και πώς παρέτεινες την έκλυση;

– Είναι μεγάλη ιστορία στην οποία με εμπλέξε πάλι η μητέρα μου. Βλέπετε, δεν εκτελούσα μόνο τις επιθυμίες της, αλλά λάβαινα μέρος και στα μίση της, τα αδικαιολόγητα μερικές φορές.

– Πώς έχει η ιστορία;

– Ο Αμφιτρύονας, γιός του Αλκαίου, του βασιλιά της Τίρυνθας και της Αστυμάδειας, παντρεύτηκε την Αλκμήνη, κόρη του αδελφού του Αλκαίου, του Ηλεκτρύονα, βασιλιά των Μυκηνών. Ο Αλκαίος και ο Ηλεκτρύονας ήταν παιδιά του Περσέα, ήρωα του Άργους.

Την Αλκμήνη επιθύμησε ο πατέρας

μου. Ήθελε ν' αποκτήσει μαζί της ένα δυνατό άντρα ανάμεσα στους θνητούς, ένα ήρωα. Κάποια μέρα, που έλειπε ο Αμφιτρύονας σε εκστρατεία εναντίον των Ταφίων, ο πατέρας μου πήρε τη μορφή του Αμφιτρύονα και πλάγιασε με την Αλκμήνη, τριπλασιάζοντας τη διάρκεια της νύχτας.

Στο μεταξύ έφτασε και ο Αμφιτρύονας και πλάγιασε μαζί της. Κατάλαβε, όμως, πως ο τρόπος συμπεριφοράς της Αλκμήνης δεν ήταν σαν να τον έβλεπε για πρώτη φορά μετά την απουσία του, γι' αυτό κατέφυγε στο μάντη Τειρεσία, που του μαρτύρησε πως η γυναίκα του κοιμήθηκε με τον πατέρα μου, τον Δία, που πήρε τη μορφή του.

– Τί έκανε τότε ο Αμφιτρύονας;

– Τίποτα! Τί μπορούσε να κάνει; Για να μη προκαλέσει την αντίδραση του Δία, δεν άγγιξε άλλη φορά την Αλκμήνη. Από τη συνεύρεσή της με τους δύο άντρες μέσα στη διάρκεια τριών νυχτών η Αλκμήνη έμεινε έγκυος και από τους δύο. Ο πατέρας μου τότε, καυχησιάρης όπως ήταν, διέδωσε πως από την Αλκμήνη, που ήταν και εγγονή του, θα γεννηθεί δικό του παιδί, που θα κυριαρχούσε στην Αργολίδα γιατί, θα ήταν ο πρώτος απόγονος από τη γενιά του Περσέα.

Η μητέρα μου δεν το άντεξε και κατέστρωσε σχέδιο στο οποίο πρωταγωνίστρια ήμουν πάλι εγώ. Ήθελε να παρατείνω την εγκυμοσύνη της Αλκμήνης, που βρισκόταν στον ένατο μήνα της εγκυμοσύνης και να προκαλέσω τοκετό στη Νικίππη, που ήταν στον έβδομο-

μήνα. Η Νικίππη ήταν γυναίκα του Σθέ-
νελου, που ήταν γιός του Περσέα. Έτσι,
αν γεννιόταν πρώτος ο γιός της Νικίπ-
πης, αυτός θα κυριαρχούσε στην Αρ-
γολίδα και όχι ο γιός του πατέρα μου
από την Αλκμήνη.

– Ποιό ήταν το αποτέλεσμα;

– Κατάφερα να παρατείνω την έκλυ-
ση τοκετού της Αλκμήνης και να προ-
καλέσω τοκετό στη Νικίππη με αποτέ-
λεσμα να γεννηθεί πρώτος ο Ευρυ-
σθέας της Νικίππης και ύστερα τα δύο
παιδιά της Αλκμήνης, που ήταν ο Ηρα-
κλής από τον Δία, και, ο κατά μία νύχτα
νεότερος, Ιφικλής από τον Αμφιτρύο-
να.

Αλλά, μόλις που πρόλαβα, γιατί η Γα-
λινθιάδα, κόρη του Θηβαίου Προΐτου
και φίλη της Αλκμήνης, ήθελε πρώτα να
γεννήσει η φίλη της. Όταν, λοιπόν, εγώ
και οι Μοίρες κρατούσαμε τις ωδίνες
της Αλκμήνης, για να προλάβει να γεν-
νήσει η Νικίππη, όπως ήθελε η μητέρα
μου, αυτή μας έπαιξε ένα παιχνίδι.

– Δηλαδή;

– Για να κρατήσουμε τις ωδίνες της
Αλκμήνης, εγώ και οι Μοίρες καθόμα-
σαν με σταυρωμένα πόδια και χέρια
ενιά μερόνυχτα. Η Γαλινθιάδα ανήγγει-
λε πως τάχα με εντολή του Δία, η Αλ-
κμήνη γέννησε αγόρι. Τότε, εμείς, αγα-
νακτισμένες, λύσαμε χέρια και πόδια και
η Αλκμήνη γέννησε, αλλά στο παραπέ-
ντε, γιατί πρόλαβε και γέννησε η Νικίπ-
πη.

– Δηλαδή, ικανοποίησες την επιθυμία
της μητέρας σου.

– Την ικανοποίησα. Να δείς, όμως, τι

έπαθε η Γαλινθιάδα. Για την απάτη της
οι θεοί την μεταμόρφωσαν σε ικτίδα, δη-
λαδή νυφίτσα. Πιστεύεται, πως οι νυφί-
τσες γεννάνε ανώδυνα. Στην Κρήτη
μάλιστα τις έλεγαν "καλογεννούσες". Η
Εκάτη λυπήθηκε τη Γαλινθιάδα-νυφί-
τσα, την πήρε ακόλουθό της και την
έκανε ιερό ζώο της.

Ο Ηρακλής, όταν μεγάλωσε, της έστη-
σε ιερό κοντά στο σπίτι του. Οι Θηβαίοι
της έφερναν δώρα στη γιορτή του Ηρα-
κλή. Την έπαθε η Γαλινθιάδα, αλλά αρ-
γότερα την έπαθε και η μητέρα μου.

– Πώς;

– Επειδή η Αλκμήνη φοβήθηκε τη μη-
τέρα μου, έκρυψε τον Ηρακλή σ' ένα
ερημικό μέρος, που αργότερα ονομά-
στηκε "πεδιάδα του Ηρακλή". Κάποια
μέρα, λοιπόν, καθώς η μητέρα μου περ-
νούσε από την πεδιάδα με την Αθηνά,
είδε το έκθετο μικρό παιδί και το θήλα-
σε, χωρίς να ξέρει πως ήταν το παιδί
της Αλκμήνης.

Έτσι, ο Ηρακλής έγινε αθάνατος, για-
τί, όποιος βύζαινε από τη μάνα μου,
έμπαινε στην αθανασία. Ενώ τον βύζαι-
νε, κατάλαβε τίνος παιδί ήταν και το
τράβηξε με οργή από το βυζί της. Από
το γάλα, που χύθηκε, σχηματίστηκε ο
Γαλαξίας.

– Και να σκεφτεί κανείς, πως, το όνο-
μα ο Ηρακλής το πήρε από τη μάνα σου,
γιατί Ηρακλής σημαίνει "δόξα της
Ήρας".

– Πράγματι, όταν γεννήθηκε, ο Ηρα-
κλής πήρε όνομα, που έμοιαζε με το
όνομα του παππού του, του Αλκαίου.
Τον είπαν Αλκίδη, που σήμαινε και τη

σωματική δύναμη, δηλαδή την αλκή. Όταν αργότερα μεγάλωσε και παντρεύτηκε τη Μεγάρα και σε μια κρίση μαγίας σκότωσε τα παιδιά που απόχτησε μαζί της, πήγε για εξιλέωση στην Πυθία και αυτή του σύστησε να πάρει το

όνομα Ηρακλής, για να εξευμενήσει την Ήρα.

Αυτά είχα να σου πω σχετικά με μερικές επιτυχίες μου.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

Συνέδρια - Ανακοινώσεις

6ο ΔΙΕΘΝΕΣ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΓΙΑ ΤΗ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

13 – 15 Νοεμβρίου 1996

Σίδνεϋ Αυστραλίας (Συνεδριακό Κέντρο Πανεπιστημίου του Σίδνεϋ).

ΔΙΕΘΝΕΣ ΒΡΑΒΕΙΟ BALINT - 12 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 1997

ΔΙΕΘΝΕΣ ΒΡΑΒΕΙΟ BALINT

Θεσπίζεται βραβείο προς τιμήν του Michael Balint, στην εργασία του οποίου βασίζεται το Ascona Model του Διεθνούς Οργανισμού Υγείας (W.H.O.), που σκοπό έχει την προώθηση της φροντίδας, που βασίζεται στις σωστές διαπροσωπικές σχέσεις.

Από το 1997 και μετά, το βραβείο απευθύνεται σε επαγγελματίες δημόσιας υγείας, νοσηλεύτριες-νοσηλεύτες, μαίες-μαιευτές, τεχνικούς ιατρικούς ή ιατρικούς θεραπευτές.

Το βραβείο των 8.000 ελβετικών φράγκων προσφέρεται από το Ίδρυμα Ψυχοσωματικής και Κοινωνικής Ιατρικής της Ascona και τον Ελβετικό Ερυθρό Σταυρό.

Εργασίες 20 σελίδων, (30 γραμμές η σελίδα και 60 χαρακτήρες σε κάθε γραμμή), θα κριθούν σύμφωνα με τα παρακάτω κριτήρια:

1. Η εργασία θα πρέπει να παρουσιάζει μια εμπειρία του συγγραφέα βασισμένη σε διαπροσωπική σχέση του με ένα πελάτη, και την πιθανή ανάπτυξη αυτής της σχέσης. Περιγραφή του επαγγελματικού περιβάλλοντος είναι απαραίτητη (ανάπτυξη).
2. Ο συγγραφέας θα πρέπει να αναλύσει την κατάσταση, λαμβάνοντας υπόψη τη συμπεριφορά του ίδιου και του πελάτη. Προσωπικά συναισθήματα, αντιλήψεις και φαντασιώσεις, που συχνά είναι καταπιεσμένες, θα πρέπει να ληφθούν υπόψη (ανάλυση/σκέψη).
3. Ο συγγραφέας θα πρέπει να αναφέρει τι αποκόμισε από αυτή τη σχέση και αν κατόρθωσε να ενσωματώσει τα οφέλη αυτής της εμπειρίας στην καθημερινή πρακτική (συμπέρασμα και πρόοδος).

Τελευταία ημερομηνία παράδοσης εργασίας: 31 Ιανουαρίου 1997.

Τρία αντίγραφα της εργασίας, συνοδευόμενα από ένα μικρό επαγγελματικό μητρώο, σε κάποια από τις παρακάτω γλώσσες: γερμανικά, γαλλικά, ιταλικά ή αγγλικά, θα πρέπει να σταλούν στη διεύθυνση:

SWISS RED CROSS
Department of Vocational Education
Pro Balint
Werkstrasse 18
CH - 3084 Wabern

Τα βραβεία θα απονεμηθούν στις **12 Απριλίου 1997** στην **Ascona, Centro Monte Verita**, κατά τη διάρκεια της **30ης Διεθνούς Συνάντησης στην Ascona**, με θέμα:

" Ο ΨΥΧΟΣΩΜΑΤΙΚΟΣ ΑΣΘΕΝΗΣ ".

Στη Συνάντηση, (υπό την αιγίδα του Συμβουλίου της Ευρώπης), θα προεδρεύει ο καθηγητής **Dr. h.c. Boris Luban-Plozza**.

Ο διαγωνισμός αναφέρεται στα παραπάνω επαγγέλματα και δεν περιλαμβάνει γιατρούς.



*....Μα, ένα κοινό ενδιαφέρον
πάντα μπορείς να το βρείς.*

Ανοιχτό Ταχυδρομείο Οδηγίες για συγγραφείς

Αγαπητοί Αναγνώστες,

Βρισκόμαστε στην ευχάριστη θέση να σας πληροφορήσουμε ότι ο Σύλλογός μας – Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Αθηνών – με την ευκαιρία της επανέκδοσης του περιοδικού του κλάδου μας «**ΕΛΕΥΘΩ**», θα θεωρήσει μεγάλη του τιμή να φιλοξενήσει στις στήλες του περιοδικού κάποιο άρθρο ή κάποια εργασία σας.

Ελπίζοντας στην ευγενή ανταπόκρισή σας, παραθέτουμε τις παρακάτω μικρές υποδείξεις, ώστε να διευκολυνθεί η έκδοση του περιοδικού.

1. Η έκταση του κειμένου δεν θα πρέπει να ξεπερνά τις 1.000 λέξεις (κατ' εξαίρεση δεχόμαστε μεγαλύτερα άρθρα κατόπιν συνεννόησης με τη Συντακτική Επιτροπή).
 2. Σε περίπτωση, που το κείμενο ξεπερνά τις 500 λέξεις, καλό θα ήταν να προτάσσεται περίληψη αυτού.
 3. Τα άρθρα πρέπει να φθάνουν έγκαιρα στη Συντακτική Επιτροπή του περιοδικού, ώστε να υπάρχει η χρονική άνεση επεξεργασίας τους.
- Σας ευχαριστούμε εκ των προτέρων για τη συνεργασία σας.

Από τη Σύntαξη του «**Ελευθώ**»

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΩΝ Σ.Ε.Μ.

Αγαπητοί συνάδελφοι,

α) Η ετήσια ανανέωση της ταυτότητάς σας, ως μέλη του Συλλόγου, είναι υποχρεωτική και προβλέπεται από τη νομοθεσία της λειτουργίας του Συλλόγου. Η απόκτηση της ταυτότητας προϋποθέτει την εξόφληση της συνδρομής.

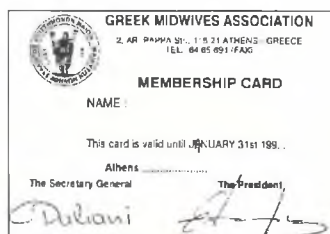
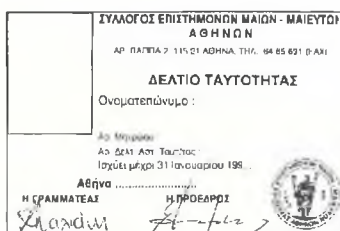
β) Εν όψει υπηρεσιακών ελέγχων της Υγειονομικής Υπηρεσίας της Νομαρχίας στην οποία ανήκει ο χώρος που εργάζεσθε, θα θέλαμε να είσθε καθ' όλα εντάξει στις υποχρεώσεις σας απέναντι στο Σύλλογο, ώστε να μη βρεθούμε στην ανάγκη να επικαλεσθούμε τα προβλεπόμενα από το Νόμο.

Ελπίζουμε στη συνεργασία σας για το συμφέρον του Κλάδου.

Για το Δ.Σ.

Η Πρόεδρος
ΕΛΕΝΗ ΣΑΜΑΡΙΤΑΚΗ

Η Γραμματέας
ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΔΑΛΙΑΝΗ



Πρόσκληση

Ελάτε να συναντήσετε την
CLAREBETH LOPRINZI-KASSEL,
 Διπλωματούχο Μαία από το Oregon των Η.Π.Α.

Η Clarebeth θα αναφερθεί στα πιστεύω της
 και στις εμπειρίες της, επισημαίνοντας
 την ομορφιά της διαδικασίας του **ΦΥΣΙΚΟΥ ΤΟΚΕΤΟΥ**
 και ιδιαίτερα **ΤΟΥ ΤΟΚΕΤΟΥ ΣΤΟ ΣΠΙΤΙ,**
 τη διαχρονική αξία της **ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗΣ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ ΓΝΩΣΗΣ**
 και πώς μπορούμε να την ενσωματώσουμε στην πρακτική μας σήμερα.

Η Clarebeth, επίσης, προσφέρθηκε να διδάξει σε εργαστήρια,
 δίνοντάς μας τη δυνατότητα να μάθουμε και να ανταλλάξουμε
 γνώση και τεχνικές σε θέματα, όπως:

- ΠΡΟΓΕΝΝΗΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΙ ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΤΟΚΕΤΟ
 - Η ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΜΑΣΑΖ
- ΑΝΑΚΟΥΦΙΣΤΙΚΑ ΜΕΤΡΑ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΤΟΥ ΤΟΚΕΤΟΥ
 - ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ ΤΟΥ ΠΕΡΙΝΕΟΥ
 - ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ ΠΕΡΙΟΔΟ ΤΗΣ ΛΟΧΕΙΑΣ
 - ΜΟΞΑ ΚΑΙ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΑΛΛΕΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΤΕΧΝΙΚΕΣ

* * *

Οι διαλέξεις και τα εργαστήρια προγραμματίζονται για:

την ΑΘΗΝΑ στις 17-18 Οκτωβρίου 1996
 " " " 29-31 Οκτωβρίου 1996
 τη ΣΙΦΝΟ " 26-28 Οκτωβρίου 1996
 την ΞΑΝΘΗ " 1-3 Νοεμβρίου 1996

Για περισσότερες πληροφορίες και για εγγραφή, παρακαλούμε επικοινωνήστε με:

για ΑΘΗΝΑ και ΣΙΦΝΟ:
Αλεξία Παπαγιάννη
Πεσμαντζόγλου 15, 145 61 - Κηφισιά
Τηλ.: 6206648

για ΞΑΝΘΗ:
Μιλένα Ρούσκοβα (γυναικολόγος)
Σαραντοπόρου 65 - Ξάνθη
Τηλ.: (0541) 78229

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Όσες μαίες επιθυμούν να συζητήσουν και να ανταλλάξουν εμπειρίες μπορούν να παραβρεθούν στο τσάι, που θα προσφέρει ο Σ.Ε.Μ.Α. στα γραφεία του στις 17 Οκτωβρίου 1996 και ώρα 17.00 μ.μ.



ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΝΤΑΣ ΤΟ ΕΥΑΙΣΘΗΤΟ ΔΕΡΜΑΤΑΚΙ ΤΟΥ ΜΩΡΟΥ ΣΑΣ.

4 ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

1. Πως μπορώ να φροντίσω το δέρμα του νεογέννητου μωρού μου;

Το δέρμα των νεογέννητων είναι πολύ ευαίσθητο. Μετά την γέννηση, μπορεί να ξεφλουδίσει ή να κοκκινίσει καθώς προσαρμόζεται στο εξωτερικό περιβάλλον. Δεν χρειάζεται ιδιαίτερη φροντίδα, απλά κρατάτε το καθαρό και στεγνό, ιδιαίτερα ανάμεσα στις πτυχές.

2. Γιατί είναι σημαντικό να διατηρώ το δέρμα του μωρού μου στεγνό;

Αν το δέρμα παραμένει υγρό για αρκετή ώρα μπορεί να ερεθιστεί και το μωρό σας να αισθάνεται άσχημα. Δερματολογικές έρευνες έχουν δείξει πως μία πάνα βοηθάει στην αποφυγή ερεθισμών κρατώντας τα ούρα μακριά από το δέρμα. Επίσης, ο καλός καθαρισμός σε κάθε αλλαγή πάνας βοηθάει να μειώνονται οι περιπτώσεις ερεθισμών. Άρα, το υγιές δέρμα προϋποθέτει στεγνό και καθαρό δέρμα.

3. Πως βοηθάει μία πάνα να κρατηθεί το δερματάκι του μωρού μου στεγνό;

Μία πάνα πρέπει να απορροφά τα ούρα γρήγορα και να έχει ένα πυρήνα που φυλακίζει την υγρασία μακριά από το δερματάκι του μωρού. Επίσης πρέπει να έχει πλαϊνά τοιχώματα που να εμποδίζουν τη διαρροή υγρών στα ποδαράκια του μωρού σας.

4. Ποιά πάνα για νεογέννητα χρειάζεται το μωράκι μου;

Οι νέες πάνες **Pampers Newborn Baby-Dry Plus** είναι οι πιο στεγνές πάνες που έγιναν ποτέ για νεογέννητα. Και καθώς το μωρό σας μεγαλώνει, υπάρχει πάντα ένα μέγεθος Pampers που θα σας δίνει την καλύτερη στεγνότητα.



Για πιο στεγνά, πιο χαρούμενα μωρά.



ΝΕΑ ΜΩΡΟΜΑΝΤΗΛΑ



Pampers

ΤΑ ΠΙΟ ΑΠΑΛΑ ΜΩΡΟΜΑΝΤΗΛΑ, ΓΙΑ ΠΙΟ ΧΑΡΟΥΜΕΝΑ ΜΩΡΑ !