



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

ΕΛΕΥΘΕΡΑ

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



Β' ΠΕΡΙΟΔΟΣ • ΤΟΜΟΣ 1ος • ΤΕΥΧΟΣ 5ο
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 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.



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



...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 5ο, ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 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 Μ.Μ.Η.
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.

- Πρόσκληση για την Ετήσια Τακτική Γενική Συνέλευση του Συλλόγου 188
- Μητρικός Θηλασμός - Νέα απ' όλο τον Κόσμο 189
- Εμβόλια 194
- 1η Δεκεμβρίου: Παγκόσμια Ημέρα κατά του AIDS 202
- 4ο Μεσογειακό Συνέδριο Ψυχοπροφυλακτικής στη Μαιευτική (Θέμα Συνεδρίου: Γέννηση και Πολιτισμός) 203
- Τεστ Παπανικολάου 206
- Εμμηνόπαυση και Κλιμακτήριος 210
- Λαογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μαμής 212
- Όταν εκεί επάνω! 219
- Συνέδρια - Ανακοινώσεις 224
- Ανοιχτό Ταχυδρομείο - Οδηγίες για συγγραφείς 225
- Πρόσκληση 226

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»



ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ - ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ

(Συσταθείς με το Β.Δ. 8, 15/12/55 και 206, 16/2/66)
ΑΡ. ΠΑΠΠΑ 2, 115 21 ΑΘΗΝΑ, ΤΗΛ.: 64.65.691 (FAX)

ΠΡΟΣΚΛΗΣΗ

ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΤΗΣΙΑ ΤΑΚΤΙΚΗ ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ

Σύμφωνα με τις διατάξεις του Β.Δ. 8, 15/12/55 και 206, 16/12/66: «Περί Συλλόγου Επιστημόνων Μαιών» και με τη σχετική απόφαση της 10ης Τακτικής Συνεδρίασης του Διοικητικού Συμβουλίου του Σ.Ε.Μ. Αθηνών της 6ης Δεκεμβρίου 1996, καλούμε όλα τα μέλη του Συλλόγου στην ετήσια Γενική Συνέλευση, που θα γίνει την 22α Ιανουαρίου 1997, ημέρα Τετάρτη και ώρα 4 μ.μ. στο Ξενοδοχείο "PRESIDENT" επί της Λεωφ. Κηφισίας 43, στην Αθήνα.

Σε περίπτωση που δεν θα υπάρξει απαρτία, η Συνέλευση θα επαναληφθεί την **Τετάρτη 29 Ιανουαρίου 1997, στον ίδιο χώρο και την ίδια ώρα.**

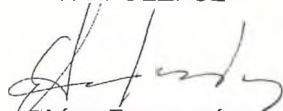
ΘΕΜΑΤΑ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΔΙΑΤΑΞΗΣ

1. Επικύρωση Πρακτικών Γενικής Συνέλευσης 1996.
2. Εκλογή ψηφοελεγκτριών.
3. Έκθεση πεπραγμένων Δ.Σ. κατά το έτος 1996.
4. Απολογισμός Εσόδων - Εξόδων του 1996.
5. Έκθεση Ελεγκτριών για τον οικονομικό απολογισμό του 1996.
6. Προϋπολογισμός 1997.
7. Εκλογή Ελεγκτριών για το 1997.
8. Θεσμικά - Άσκηση Επαγγέλματος - Εκπαίδευση Μαιών (Ανταλλαγή σπουδαστών - Πρόγραμμα Ευρωπαϊκό - Ερευνητικό).
9. Ανακοινώσεις Προέδρου.

Η παρουσία όλων των συναδέλφων στην Ετήσια Τακτική Γενική Συνέλευση είναι **απαραιτήτη** για την επίλυση των σοβαρών θεμάτων, που απασχολούν τον κλάδο μας.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς

Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ


Ελένη Σαμαριτάκη

Η ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ


Αικατερίνη Δαλιάνη



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
Αθήνα - Χανιά

Εορτασμός Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού

Όπως αναφέρθηκε στο προηγούμενο τεύχος μας, από φέτος καθιερώθηκε και θα γιορτάζεται και στη χώρα μας κάθε

χρόνο από 1 έως 7 Νοεμβρίου η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού.

Στα πλαίσια αυτού του εορτασμού το Γ.Π.Ν Μαιευτήριο «ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ», σε συνεργασία με το ΣΥΛΛΟΓΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ, οργάνωσε τις παρακάτω εκδηλώ-

σεις με ελεύθερη είσοδο για τους επαγγελματίες υγείας και το κοινό.

1 - 7 Νοεμβρίου 1996

- Έκθεση με θέμα: «Μητρότητα ανά τους αιώνες και τους λαούς».
- «Προβολή ταινιών με θέματα για το Μητρικό Θηλασμό» (ώρες 10.00 - 14.00 και 16.00 - 20.00).
- «Τηλεφωνική συμβουλευτική γραμμή για το Μητρικό Θηλασμό»
Τηλ.: 64.62.782 (ώρα 10.00 - 13.00).
- «Πληροφόρηση, βοήθεια, υποστήριξη για μέλλουσες μητέρες και μητέρες που θηλάζουν». (Αμφιθέατρο Μαιευτηρίου, ώρα 16.00 - 18.00)

Σάββατο 2 Νοεμβρίου 1996

Στο Αμφιθέατρο του Μαιευτηρίου,

Ημερίδα με θέμα: «Μητρικός Θηλασμός» (ώρα 10.00 - 14.00).

- «Μητρικός θηλασμός από τα αρχαία χρόνια μέχρι σήμερα».
- «Τί σημαίνει "φιλικό για το βρέφος νοσοκομείο"; (Baby friendly hospital)».
- «Το νεογέννητο κοντά στη μητέρα του (Rooming-in)».
- «Η λειτουργία της Τράπεζας Μητρικού Γάλακτος του Μαιευτηρίου ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ».

Κυριακή 3 Νοεμβρίου 1996

- Λειτουργία στο εκκλησάκι του νοσοκομείου (ώρα 9.00 - 10.00).
- Φόρος τιμής στο άγαλμα της θηλάζουσας μητέρας στην Πλατεία «ΕΛΕΝΑΣ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ» (ώρα 10.00 - 10.30).
- Φιλική επίσκεψη στις μητέρες που



Φωτογραφία από το χώρο της εκδήλωσης για τον εορτασμό της «Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού», που έγινε με τη συνεργασία του Γενικού Περιφερειακού Νοσοκομείου Μαιευτηρίου «ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ» και του Συλλόγου μας.



Φωτογραφία από τις εκδηλώσεις στο χώρο της έκθεσης, που είχε ως θέμα τη «Μητρότητα ανά τους αιώνες και τους λαούς».

γέννησαν στο Μαιευτήριο (ώρα 11.00 - 11.30).

- **Δεξίωση προς τιμήν των μητέρων** (ώρα 12.00 - 13.00). Την εκδήλωση τίμησε με την παρουσία του ο κ. Βαζιντάρης, Δ/ντής της Διεύθυνσης Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας.

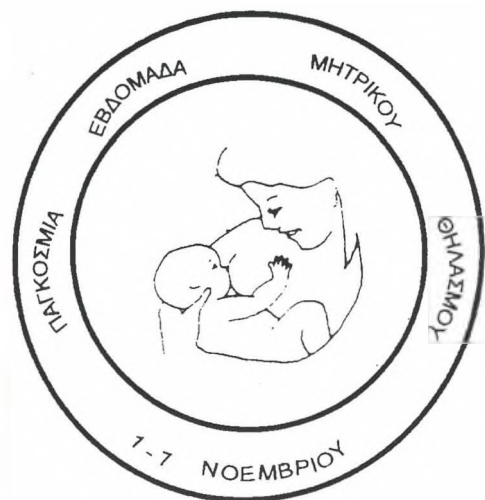
- «**Οι γονείς κουβεντιάζουν**» (ώρα 18.00 - 20.00). Φιλική συγκέντρωση για ανταλλαγή απόψεων και εμπειριών για το μητρικό θηλασμό. Ακολούθησε μουσική εκδήλωση.

Τετάρτη 6 Νοεμβρίου 1996

- «**Γιορτή χαράς**» αφιερωμένη στα παιδιά. Ειδικός χώρος του νοσοκομείου (ώρα 17.00 - 19.00).

Σημείωση σύνταξης: Οι εκδηλώσεις

πραγματοποιήθηκαν με τη χορηγία του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας και της εταιρείας «ΠΡΟΚΤΕΡ & ΓΚΑΜΠΛ ΕΛΛΑΣ».



Από το **ΣΥΛΛΟΓΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΕΦΕΤΕΙΟΥ ΚΡΗΤΗΣ** πήραμε την παρακάτω επιστολή:

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ
ΜΑΙΩΝ - ΜΑΙΕΥΤΩΝ
ΕΦΕΤΕΙΟΥ ΚΡΗΤΗΣ - Τ.Θ. 95 (731 10 ΧΑΝΙΑ)

Χανιά 20/11/96

Με την ευκαιρία του εορτασμού της **«Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού»** στη χώρα μας, σας γνωρίζουμε τις δραστηριότητες του Συλλόγου μας:

1. Έκδοση εντύπων φυλλαδίων και αφισσών, που διανεμήθηκαν σε όλα τα Νοσοκομεία, Τμήματα Υγιεινής, Κέντρα Υγείας, Ι.Κ.Α, Π.Ι.Κ.Π.Α και ιδιωτικές κλινικές των νομών μας (Χανίων, Ρεθύμνης, Ηρακλείου, Λασιθίου), με την παράκληση να τοποθετηθούν σε μέρη που να διαβάζονται.

2. Διοργάνωση εκδήλωσης – Στρογγυλό τραπέζι – στο **«Θεατρικό Σταθμό»** Ηρακλείου, την Παρασκευή 8 Νοεμβρίου 1996, με θέμα:

«ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ: ΕΥΘΥΝΗ ΟΛΩΝ ΜΑΣ»

Στην εκδήλωση συμμετείχαν:

- **Ρελάκης Κωνσταντίνος**, Επίκ. Καθηγητής Μ/Γ Πανεπιστημίου Κρήτης, με θέμα:
«ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΣΤΗ ΜΗΤΕΡΑ»
- **Γαλανάκη Χαρά**, Νεογνολόγος, ΠΕ.ΠΑ. Γ.Ν.Μ, με θέμα:
«ΤΑ ΟΦΕΛΗ ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ. ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ - ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ»
- **Νικολιδάκη-Χαλκιαδάκη Στυλιανή**, Μαία, Κέντρο Προστασίας Μάνας-Παιδιού, με θέμα:
«ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ»
- **Κουγιουμουτζάκης Ιωάννης**, Αν. Καθηγητής Ψυχολογίας Πανεπιστημίου Κρήτης, με θέμα:
«Ο ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ Η ΣΥΜΒΟΛΗ ΤΟΥ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ»

3. Παρουσίαση σε τοπικό τηλεοπτικό σταθμό των Χανίων της μαίας Φραγκιαδάκη Σταυρούλας (Προέδρου του Σ.Ε.Μ.Χ).

4. Συμμετοχή μαιών των Χανίων σε ομιλία, σε ευρύ κοινό, που διοργάνωσε ο Δήμος Χανίων στο ξενοδοχείο **«Σαμαριά»**.

Σας αποστέλλουμε ένα δείγμα έντυπου φυλλαδίου.

Από το Δ.Σ.
Η Γραμματέας
Ε. Μαρνιεράκη

(Ακολουθεί σφραγίδα και υπογραφή)

ΤΑ ΠΟΛΛΑ “ΔΩΡΑ” ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΔΙ

1. Ιδανική σύνθεση των συστατικών του μητρικού γάλακτος για τη σωματική ανάπτυξη του παιδιού.
2. Προστασία από λοιμώξεις αναπνευστικού και γαστρεντερικού συστήματος.
3. Προστασία από ιώσεις, αλλεργίες, αναιμία.
4. Αύξηση της επιβίωσης των προώρων.
5. Αύξηση του δείκτη νοημοσύνης.
6. Προστασία από τον κίνδυνο νενικού διαβήτη.
7. Ελάττωση της συχνότητας του παιδικού καρκίνου.
8. Βελτίωση του λόγου σε παιδιά με σχιστίες.
9. Μείωση της τερηδόνας.
10. Πρόληψη για την παχυσαρκία.
11. Πρόληψη για μελλοντικό κίνδυνο στεφανιαίας νόσου.
12. Η πιο κατάλληλη τροφή για πολλές αρρώστιες της νεογνικής, βρεφικής και παιδικής ηλικίας:
 - σύνδρομο δυσαπορρόφησης
 - δυσανεξία στο γάλα της αγελάδας
 - επίμονη διάρροια
 - ελκώδης κολίτιδα
 - νεκρωτική εντεροκολίτιδα
 - χειρουργικές επεμβάσεις
 - σηψαιμία
 - ανεπάρκεια της I.G.A ανοσοσφαιρίνης
 - μεταμόσχευση μυελού των οστών.
13. Συμβολή στη διαμόρφωση υγιούς προσωπικότητας.
14. Συμβολή στην ηρεμία του βρέφους λόγω ειδικής ορμόνης στο μητρικό γάλα.
15. Συμβολή στο κτίσιμο της ψυχικής υγείας του παιδιού.



ΤΑ ΠΟΛΛΑ “ΔΩΡΑ” ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗ ΜΗΤΕΡΑ - ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

1. Προστασία της μητέρας από τον καρκίνο του μαστού.
2. Μείωση της συχνότητας του καρκίνου του ενδομητρίου.
3. Προστασία από την οστεοπόρωση.
4. Σε σημαντικό ποσοστό προφύλαξη από σύντομη νέα εγκυμοσύνη.
5. Ικανοποίηση για την ολοκλήρωσή της σαν γυναίκα-μητέρα.
6. Προαγωγή της ψυχικής υγείας της μητέρας κατά την περίοδο της λοχείας.
7. Ευκολία στη σύτιση και στις εξόδους με το παιδί.
8. Οικονομία.

ΤΑ ΠΟΛΛΑ “ΔΩΡΑ” ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΟΙΝΩΝΙΑ - ΠΟΛΙΤΕΙΑ

1. Ο μητρικός θηλασμός είναι οικολογικός αστείρευτος πόρος, ευεργετικός για τον πλανήτη και το παιδί.
2. Μείωση της νοσηρότητας, περισσότερα γερά παιδιά.
3. Μείωση εξόδων φαρμακευτικής και νοσοκομειακής περίθαλψης.
4. Μείωση εξόδων αγοράς ξένου γάλακτος.



Εμβόλια

Κωνσταντίνος Φωτίου, Παιδίατρος, Επιμελητής Γ.Π.Ν «ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ».

Η χρήση των εμβολίων αυξάνει ταχύτατα σε όλες τις χώρες του κόσμου. Στις αναπτυγμένες χώρες εμβολιάζεται σχεδόν το 90% του παιδικού πληθυσμού.

Στις περισσότερες από αυτές τις χώρες οι εμβολιασμοί των παιδιών είναι υποχρεωτικοί από τη νομοθεσία και διενεργούνται μέσα στα πλαίσια των καλώς οργανωμένων συστημάτων ιατρικής φροντίδας. Για τις αναπτυσσόμενες χώρες η UNICEF προβλέπει ότι πάνω από το 70% των παιδιών που γεννιούνται θα εμβολιαστούν τους πρώτους 12 μήνες της ζωής, ενώ το 1974 το ποσοστό ήταν μόλις 4%.

Τα εμβόλια σώζουν τις ζωές τουλάχιστον 1,5 εκατομμυρίου παιδιών το χρόνο στις αναπτυσσόμενες χώρες. Το εμβόλιο της ιλαράς προλαμβάνει πάνω από 750.000 θανάτους το χρόνο, το εμβόλιο του κοκκύτη 320.000 και τα εμβόλια της πολιομυελίτιδας και του τετάνου άλλες 200.000 το κάθε ένα.

Η βελτίωση των δεικτών υγείας, που σχετίζεται με την ευημερία και τη βιομηχανική ανάπτυξη, αντανακλά στη μετατόπιση από τα λοιμώδη νοσήματα, σαν την κύρια αιτία θανάτου, προς τα ατυχήματα, την καρδιαγγειακή νόσο και τον καρκίνο.

Πάντως, ακόμη, και στις αναπτυγμένες χώρες η πρόληψη των λοιμωδών νοσημάτων παραμένει ένα κύριο πρόβλημα δημόσιας υγείας.

Μέχρι το 1955 λίγα μόνο εμβόλια ήταν διαθέσιμα. Οι μεγάλες όμως πρόοδοι στη μικροβιολογία, φαρμακολογία και την ανοσολογία, στα τελευταία χρόνια, είχαν ως αποτέλεσμα την ανάπτυξη αρκετών άλλων εμβολίων.

Υπάρχουν διάφορα προγράμματα εμβολιασμών, που βασίζονται σε νομικές απαιτήσεις, σε δεδομένη επιδημιολογία και στα νέα εμβόλια, που δημιουργούνται. Για τη μείωση ή τον έλεγχο όμως ενός λοιμώδους νοσήματος πρέπει να υπάρχουν τρεις προϋποθέσεις:

- α) Επαρκείς ποσότητες του εμβολίου.
- β) Το εμβόλιο πρέπει να παραμένει δραστικό καθόλη τη διάρκεια αποθήκευσής του και χρήσης του.
- γ) Να χορηγηθεί τουλάχιστο στο 80-90% του πληθυσμού, που βρίσκεται σε κίνδυνο για το συγκεκριμένο νόσημα.

Εμβόλιο διφθερίτιδας - τετάνου - κοκκύτη

Με τη συστηματική εφαρμογή του τριπλού εμβολίου (διφθερίτιδας - τετάνου - κοκκύτη - DTP) σχεδόν εξαφανίσθηκε η διφθερίτιδα από τη χώρα μας, τα περιστατικά του νεογνικού τετάνου έγιναν σπανιότατα, ενώ, αντίθετα, οι περιπτώσεις κοκκύτη αρκετές, γιατί ορισμένοι παιδιάτροι δεν είναι πρόθυμοι να χορηγούν το εμβόλιο του κοκκύτη, φοβούμενοι τον κίνδυνο επιπλοκών.

Ο βασικός εμβολιασμός περιλαμβάνει την ενδομυϊκή χορήγηση τριών δόσεων, με την πρώτη δόση να χορηγείται στην ηλικία των 2 μηνών και τις υπόλοιπες δύο με μεσοδιαστήματα 2 μηνών.



Ένα χρόνο μετά την τελευταία βασική δόση χορηγείται η πρώτη αναμνηστική, ενώ στην ηλικία των 4-5 ετών η δεύτερη αναμνηστική δόση του τριπλού εμβολίου. Πέντε χρόνια μετά χορηγείται μία δόση διπλού εμβολίου (DT) και στη συνέχεια απλό αντιτετανικό εμβόλιο (Te) κάθε δέκα περίπου χρόνια.

Το τριπλό εμβόλιο δεν συνιστάται να χορηγείται μετά το 6ο έτος της ηλικίας. Τελευταία κυκλοφορεί και στη χώρα μας το ακυτταρικό εμβόλιο του κοκκύτη, που στερείται σοβαρών παρενεργειών και μπορεί να χορηγείται και μετά από αυτή την ηλικία. Αντίθετα στη χώρα μας δεν κυκλοφορεί το διπλό εμβόλιο τύπου ενήλικα.

Σε περίπτωση σοβαρής αντίδρασης από το τριπλό εμβόλιο (πυρετός 39° C, απάθεια, παρατεταμένο και έντονο κλάμα, σπασμοί, shock) η επόμενη δόση πρέπει να συνεχίζεται με το διπλό εμβόλιο.

Σε περιπτώσεις τραυματισμών - και εφόσον έχουν παρέλθει πάνω από πέντε χρόνια από τον τελευταίο αντιτετανικό εμβολιασμό - συνιστάται η χορήγηση μιας αναμνηστικής δόσης αντιτετανικού εμβολίου.

λίου, χωρίς να χορηγηθεί αντιτετανικός ορός. Η χορήγηση αντιτετανικού ορού μπορεί να συσταθεί σε περίπτωση βαθέων και ρυπαρών τραυμάτων.

Εμβόλιο πολιομυελίτιδας

Το εμβόλιο της πολιομυελίτιδας (Sabin) εφαρμόζεται ομαδικά στη χώρα μας από το 1960, με αποτέλεσμα την εκκρίζωση αυτής της σοβαρής νόσου.

Ο βασικός εμβολιασμός περιλαμβάνει τη χορήγηση τριών δόσεων, συγχρόνως με το σχήμα του βασικού εμβολιασμού των βρεφών με το DTP, δηλαδή η πρώτη δόση χορηγείται στην ηλικία των 2 μηνών και οι επόμενες δόσεις με μεσοδιαστήματα 2 μηνών.

Ένα χρόνο μετά την τρίτη βασική δόση χορηγείται η πρώτη αναμνηστική και μετά από τρία χρόνια η δεύτερη αναμνηστική δόση. Οι πέντε αυτές δόσεις εξασφαλίζουν άριστο βαθμό ανοσίας. Για μεγαλύτερα παιδιά και έφηβους, που δεν έχουν εμβολιασθεί, δίνονται δύο δόσεις με μεσοδιαστήματα 2 μηνών και στη συνέχεια οι δύο αναμνηστικές δόσεις όπως προηγούμενα.

Το εμβόλιο πρακτικά δεν προκαλεί παρενέργειες. Αντενδείκνυται η χορήγησή του κατά την εγκυμοσύνη και σε περιπτώσεις σοβαρών διαρροιών. Το ποσοστό προστασίας, που παρέχει, φθάνει το 98-100%. Δίνεται από το στόμα με τη μορφή σταγόνων (υπάρχει και σε σακχαρωτά για μεγαλύτερα παιδιά).

Εμβόλιο ιλαράς - παρωτίτιδας - ερυθράς

Το εμβόλιο της ιλαράς - παρωτίτιδας - ερυθράς (MMR), (υπάρχει και μεμονωμένο εμβόλιο), ενδείκνυται για την ταυτόχρονη ανοσοποίηση έναντι αυτών των

ασθενειών, οι οποίες μπορεί να διαδράμουν με σοβαρές επιπλοκές, όπως π.χ. εγκεφαλίτιδα, πνευμονία κ.ά. επί ιλαράς, εγκεφαλίτιδα, ορχίτιδα κ.ά. επί παρωτίτιδας ή εμβρυοπάθειας επί συγγενούς ερυθράς.

Το εμβόλιο χορηγείται σε παιδιά ηλικίας άνω των 15 μηνών. Παιδιά ηλικίας κάτω των 15 μηνών μπορεί να μην έχουν καλή ανοσολογική ανταπόκριση, λόγω της κυκλοφορίας αντισωμάτων ιλαράς μητρικής προέλευσης.

Σε περίοδο όμως επιδημίας ιλαράς συνιστάται ο εμβολιασμός των βρεφών ηλικίας από 8 μηνών, σ' αυτή την περίπτωση όμως πρέπει αυτά τα παιδιά να επαναμβολιάζονται στην ηλικία των 15 μηνών. Επίσης, για όλα τα παιδιά συνιστάται η χορήγηση μίας αναμνηστικής δόσης στην ηλικία των 10-12 ετών.

Εμβολιασμός συνιστάται και για έφηβους και ενήλικες, εφόσον βέβαια δεν έχουν νοσήσει.

Οι γυναίκες που βρίσκονται στην ηλικία της τεκνοποίησης δεν πρέπει να μένουν έγκυες για τρεις μήνες μετά από τον εμβολιασμό. Γι' αυτό, συνιστάται να γίνεται έλεγχος για τυχόν ύπαρξη ανοσίας έναντι της ερυθράς.

Εκτός από τις γνωστές αντενδείξεις για τη διενέργεια εμβολιασμών, το εμβόλιο αντεδείκνυται σε άτομα με διαπιστωμένη αλλεργία στα αβγά, με πραγματική αλλεργία στο αντιβιοτικό νεομυκίνη και καναμυκίνη, στην εγκυμοσύνη, όπως αναφέρθηκε, σε ενεργή φυματίωση, που δεν βρίσκεται σε θεραπεία. Θα πρέπει να χορηγείται με προσοχή σε παιδιά με ιστορικό πυρετικών σπασμών και εγκεφαλικής κάκωσης.

Το εμβόλιο της ιλαράς μπορεί να προκαλέσει παροδική ελάττωση της ευαισθησίας της φυματινοαντίδρασης Mantoux. Γι' αυτό, αν πρόκειται να γίνει ένα τεστ

φυματίνης, αυτό θα πρέπει να γίνει 2-3 ημέρες πριν ή και την ίδια ημέρα με τον εμβολιασμό.

ΠΑΡΕΝΕΡΓΕΙΕΣ: Σε ποσοστό 5-20% των περιπτώσεων εμφανίζεται μετά από 6-12 ημέρες μέτριος πυρετός (σε μερικές περιπτώσεις και υψηλός), που συνήθως διαρκεί μέχρι 48 ώρες.

Ειδικότερα, μετά από εμβολιασμό έναντι της ιλαράς μπορεί να εμφανισθεί στο 5% των περιπτώσεων ιλαροειδές εξάνθημα, ρινοφαρυγγίτιδα, γαστρεντερίτιδα. Πυρετικοί σπασμοί εμφανίζονται σε ποσοστό 1%, εγκεφαλίτιδα σπανιότατα και σε ποσοστό 1:1.000.000, ενώ επί ιλαράς η συχνότητα της εγκεφαλίτιδας είναι 1%.

Ο εμβολιασμός έναντι της παρωτίτιδας σπάνια προκαλεί παρωτίτιδα την 6η έως την 15η ημέρα.

Ο εμβολιασμός έναντι της ερυθράς προκαλεί σε ποσοστό 10% – και μετά 2-3 εβδομάδες – αρθραλγίες ή και αρθρίτιδα και λεμφαδενοπάθεια, που είναι προσωρινές.

Το εμβόλιο εξασφαλίζει ανοσία σε ποσοστό 95-98% των περιπτώσεων. Χορηγείται υποδόρια ή ενδομυϊκά. Το εμβόλιο πρέπει να διατηρείται στο ψυγείο, σε θερμοκρασία +2° έως +8° C.

Εμβόλιο ηπατίτιδας Β

Η ηπατίτιδα Β αποτελεί σημαντικό – και συνεχώς αυξανόμενο παγκόσμια – ιατρικό, κοινωνικό και οικονομικό πρόβλημα.

Υπολογίζεται ότι υπάρχουν περί τους 300.000 χρόνιους φορείς του ιού σε όλο τον κόσμο. Οι χρόνιοι φορείς του ιού είναι η κύρια δεξαμενή διασποράς του ιού. Το ποσοστό των χρόνιων φορέων στις χώρες της Δυτικής Ευρώπης και στις Η.Π.Α είναι κάτω από 2% του συνολικού πληθυσμού της χώρας (στην Ελλάδα 3%).

Εντούτοις, και στις χώρες της Δύσης η



ηπατίτιδα Β αποτελεί πρόβλημα, γιατί διαδίδεται κυρίως στις ομάδες «υψηλού κινδύνου μόλυνσης», όπως βλέπουμε και από τα παρακάτω στοιχεία:

Ομάδες πληθυσμού με υψηλό κίνδυνο να μολυνθούν από τον ιό της ηπατίτιδας Β

1. Υγειονομικό προσωπικό.
2. Άρρωστοι που υποβάλλονται σε αιμοκάθαρση.
3. Άρρωστοι που μεταγγίζονται αίμα ή προϊόντα αίματος.
4. Τρόφιμοι ιδρυμάτων για νοητική καθυστέρηση.
Φυλακισμένοι (και προσωπικό).
5. Σύζυγοι και οικείοι χρόνιων φορέων.
6. Άνδρες ομοφυλόφιλοι.
Εκδιδόμενοι άνδρες και γυναίκες (και ετεροφυλόφιλοι σύντροφοι φορέων του ιού).
Ετεροφυλόφιλοι με πολλαπλούς συντρόφους.
7. Χρήστες ναρκωτικών ενδοφλέβιας λήψης.
8. Προσωπικό κέντρων υποδοχής μεταναστών και προσφύγων από χώρες με υψηλή ενδημικότητα.
Εργαζόμενοι σε ασθενοφόρα και το προσωπικό της αστυνομίας.
Ταξιδιώτες με μακρά παραμονή (>6 μήνες) σε χώρες με υψηλή ενδημικότητα.



Περίπου το 90% των νεογνών, που γεννιούνται από μητέρες φορείς του ιού, εξελίσσονται σε χρόνιους φορείς και περίπου 10% των ενηλίκων, που προσβάλλονται από τη νόσο, εξελίσσονται επίσης σε χρόνιους φορείς.

Από τα βρέφη, που γίνονται χρόνιοι φορείς, το 25-30% θα πεθάνουν από τα χρόνια επακόλουθα της ηπατίτιδας Β, δηλαδή τη χρόνια ηπατίτιδα, την κίρρωση του ήπατος ή τον πρωτοπαθή καρκίνο του ήπατος.

Η σεξουαλική επαφή είναι σήμερα ο κύριος τρόπος μετάδοσης του ιού, γι' αυτό η ηπατίτιδα Β θεωρείται ως σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα.

Η μετάδοση με το αίμα ή τα παράγωγα αυτού σήμερα θεωρείται σπάνια, λόγω του ελέγχου που γίνεται.

Η είσοδος του ιού από βλεννογόρους (στόμα, επιπεφυκότες κ.λπ) είναι άλλος ένας τρόπος μετάδοσης.

Η στενή επαφή, ιδιαίτερα κάτω από

ανθυγιεινές συνθήκες συγχρωτισμού, ευνοεί επίσης τη μόλυνση.

Τα εμβόλια που χρησιμοποιούνται σήμερα για την ηπατίτιδα Β παρασκευάζονται με την τεχνολογία του ανασυνδυασμού του DNA και δεν περιέχουν προσμίξεις παραγώγων αίματος.

Ο βασικός εμβολιασμός απαιτεί τη χορήγηση τριών δόσεων. Το ποσοστό προστασίας υπερβαίνει το 99% των εμβολιαζομένων.

Το εμβόλιο ενίεται ενδομυϊκά στην προσθιοπλάγια θέση του μηρού – στα νεογνά, βρέφη και μικρά παιδιά – και στο δελτοειδή στους ενήλικες. Η διάρκεια ανοσίας, που παρέχει το εμβόλιο, δεν είναι επί του παρόντος γνωστή. Είναι πιθανό να χρειάζεται η χορήγηση αναμνηστικής δόσης κάθε 5-10 χρόνια.

Μερικές φορές το εμβόλιο προκαλεί ήπιες τοπικές αντιδράσεις, κυρίως πόνο και σπανιότερα ερυθρότητα και οίδημα, διάρκειας 2-3 ημερών. Ενίοτε προκαλεί

πυρετό, κεφαλαλγία, κόπωση. Δεν έχει αναφερθεί περίπτωση αλλεργικής αντίδρασης. Δεν υπάρχει κίνδυνος μετάδοσης του ιού του AIDS, της ηπατίτιδας Β ή άλλων ιών. Δεν πρέπει να χορηγείται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης. Σε περίπτωση, όμως, υψηλού κινδύνου μπορεί να ληφθεί υπόψη ο εμβολιασμός εγκύου.

Το εμβόλιο για την ηπατίτιδα Β μπορεί να χορηγηθεί ταυτόχρονα – σε διαφορετική όμως θέση και με διαφορετική σύριγγα – με το εμβόλιο της διφθερίτιδας-τετάνου-κοκκύτη, της πολιομυελίτιδας, της ιλαράς-παρωτίτιδας-ερυθράς, του αιμοφίλου της ινφλουέντζας τύπου Β, της φυματίωσης. Πρέπει να διατηρείται στο ψυγείο, σε θερμοκρασία +2° έως +8° C.

Ο κίνδυνος μόλυνσης από τον ιό της ηπατίτιδας Β αυξάνει σημαντικά κατά την εφηβεία. Οι έφηβοι, όμως, συνήθως δεν είναι πρόθυμοι να συνεργαστούν για τη διενέργεια ενός εμβολιασμού, που περιλαμβάνει τη χορήγηση τριών δόσεων σε διάστημα έξι μηνών.

Ο έλεγχος της μετάδοσης του ιού της ηπατίτιδας Β θα απαιτήσει, όπως και για πολλά άλλα λοιμώδη νοσήματα (πολιομυελίτιδα, ιλαρά, ερυθρά, παρωτίτιδα κ.ά), στρατηγική, που θα περιλάβει τον εμβολιασμό πάνω από το 90% του πληθυσμού της χώρας.

Αυτός ο σκοπός μπορεί να επιτευχθεί προοδευτικά μόνο με τον εμβολιασμό όλων των βρεφών. Σήμερα σε πολλές από τις αναπτυσσόμενες χώρες το εμβόλιο για την ηπατίτιδα Β έχει ενσωματωθεί στα προγράμματα εμβολιασμού της βρεφικής ηλικίας.

Συνιστάται η πρώτη δόση του εμβολίου να χορηγείται κατά τη γέννηση, η δεύτερη μετά από ένα μήνα και η τρίτη δόση μετά από πέντε μήνες από τη δεύτερη. Πάντως, για βρέφη που δεν εμβολιάστηκαν κατά τη γέννηση ισχύουν τα ίδια σχή-

ματα. Τα νεογέννητα, που οι μητέρες τους είναι φορείς του αυστραλιανού αντιγόνου, πρέπει αμέσως μετά τη γέννηση να λαμβάνουν υπεράνοση σφαιρίνη για την ηπατίτιδα Β και συγχρόνως να αρχίζουν τον εμβολιασμό.

Σ' αυτά τα νεογνά, και γενικά όταν επιθυμούμε ταχύτερη ανοσοποίηση, το σχήμα του εμβολιασμού μπορεί να είναι το εξής: Κατά τη γέννηση η πρώτη δόση, στην ηλικία του ενός μηνός η δεύτερη, στην ηλικία των 2 μηνών η τρίτη και μετά 12 μήνες μία αναμνηστική δόση.

Ο συνδυασμός εμβολίου και υπεράνοσης σφαιρίνης προστατεύει το 85-95% των νεογνών από τη μετάπτωση σε χρονιότητα.

Εμβόλιο αιμοφίλου ινφλουέντζας τύπου Β

Ο αιμόφιλος της ινφλουέντζας (*Haemophilus influenzae*) τύπου Β ή γρίππης είναι ένα μικρόβιο, το οποίο προκαλεί σοβαρές λοιμώξεις σε βρέφη και σε παιδιά κυρίως μέχρι 5 ετών.

Είναι το συχνότερο αίτιο πυώδους μηνιγγίτιδας στις ηλικίες αυτές. Επίσης, είναι σχεδόν το αποκλειστικό αίτιο επιγλωττίτιδας. Άλλες σοβαρές λοιμώξεις, τις οποίες μπορεί να προκαλέσει, είναι η σηψαιμία, αρθρίτιδα, πνευμονία, περικαρδίτιδα, οστεομυελίτιδα κ.ά.

Επομένως, αφενός η συχνότητα των λοιμώξεων από τον αιμόφιλο της ινφλουέντζας τύπου Β και αφετέρου η σοβαρότητα ορισμένων από αυτές δικαιολογούν τον εμβολιασμό έναντι αυτού του μικροβίου. Συνιστάται ο εμβολιασμός όλων των παιδιών από την ηλικία των 2 μηνών μέχρι 5 ετών. Το σχήμα εμβολιασμού είναι το εξής:

α) Για παιδιά ηλικίας από 2 μέχρι 6 μηνών χορηγούνται τρεις δόσεις – με μεσο-



διαστήματα δύο μηνών – και μία αναμνηστική δόση στην ηλικία των 15 μηνών ή μεγαλύτερη.

β) Για παιδιά 7 μέχρι 11 μηνών χορηγούνται δύο δόσεις – με μεσοδιαστήματα δύο μηνών – και μία αναμνηστική δόση στην ηλικία των 15 μηνών ή μεγαλύτερη.

γ) Για παιδιά 12 μέχρι 14 μηνών χορηγείται μία δόση και μία αναμνηστική στην ηλικία των 15 μηνών ή μεγαλύτερη.

δ) Για παιδιά 15 μηνών μέχρι 5 ετών χορηγείται μία μόνο δόση.

Το εμβόλιο ενίεται ενδομυϊκά. Γίνεται πολύ καλά ανεκτό. Τοπικές αντιδράσεις, όπως πόνος, ερύθημα και σκληρία είναι ήπιες και παρατηρούνται στο 10% των περιπτώσεων. Σπανιότερα παρατηρείται μέτριος πυρετός και ενίοτε ευερεθιστικότητα, υπνηλία. Όλα αυτά τα συμπτώματα υποχωρούν συνήθως μέσα σε 48 ώρες.

Το εμβόλιο είναι πολύ αποτελεσματικό και εξασφαλίζει ανοσία στο 99% των εμβολιαζομένων. Μπορεί να χορηγηθεί ταυτόχρονα – αλλά σε διαφορετική σύριγγα και σε διαφορετικό σημείο – με άλλα εμβόλια της παιδικής ηλικίας. Δεν συνιστάται ο εμβολιασμός σε εγκύους. Πρέπει να διατηρείται στο ψυγείο σε θερμοκρασία +2° έως +8° C.

Παρενέργειες

Πολλά εμβόλια μπορεί να έχουν παρενέργειες. Οι παρενέργειες μπορεί να είναι τοπικές ή συστηματικές. Οι περισσότερες είναι ελαφρές και περιορισμένης διάρκειας. Ενίοτε μπορεί να συμβούν σοβαρές παρενέργειες.

Οι τοπικές αντιδράσεις είναι συνηθισμένες. Κατά κανόνα είναι ήπιες και γενικά υποχωρούν μέσα σε 24 με 48 ώρες. Στο σημείο της ένεσης δημιουργείται ελαφρά διόγκωση με ερυθρότητα και πόνο. Συνηθέστερα παρατηρούνται με το τριπλό εμβόλιο. Επίσης, με αυτό το εμβόλιο και σε ποσοστό 5-10% δημιουργείται στο σημείο της ένεσης ανώδυνο οζίδιο, που μπορεί να διατηρηθεί για αρκετές εβδομάδες.

Οι συστηματικές αντιδράσεις περιλαμβάνουν πυρετό, εξάνθημα, αρθραλγίες, αλλεργικές αντιδράσεις. Χαμηλός πυρετός είναι συνηθισμένος (5-10%). Υψηλός πυρετός, συνοδευόμενος από κεφαλαλγία, ρίγη και κακουχία, μπορεί να συμβεί κυρίως με το εμβόλιο του κοκκύτη. Οι περισσότερες από αυτές τις αντιδράσεις υποχωρούν συνήθως μέσα σε 48 ώρες και ελέγχονται με τα αντιπυρετικά. Πυρετός μπορεί να παρουσιασθεί με το εμβόλιο της ιλαράς, αρθραλγία με το εμβόλιο της ερυθράς, 6 με 12 ημέρες μετά τον εμβολιασμό.

Αλλεργική αντίδραση με κνιδωτικό εξάνθημα ή και με ρινίτιδα, βήχα και σπάζια με αναπνευστική δυσχέρεια ή shock μπορεί να συμβεί. Οι κνιδωτικές αντιδράσεις συνήθως υποχωρούν μέσα σε 3 με 6 ημέρες και αντιμετωπίζονται με αντιισταμινικά.

Νευρολογικές επιπλοκές μπορεί να συμβούν μετά από εμβολιασμό με το εμβόλιο του κοκκύτη. Όμως, η συχνότητα αυτών των επιπλοκών είναι πολύ σπανιό-

τερη σε σχέση με αυτή, που μπορεί να έχει ο κοκκύτης στη βρεφική ηλικία. Η συχνότητα των σπασμών μετά από το εμβόλιο είναι 1 στις 10.000 δόσεις και της εγκεφαλοπάθειας (επιληψία, άλλες νευρολογικές διαταραχές) 1 στο 1.000.000 δόσεις εμβολίου.

Αντενδείξεις

Οι γενικές αντενδείξεις για εμβολιασμό είναι οι εξής:

- 1) Όξείες εμπύρετες λοιμώξεις (ελαφρές λοιμώξεις χωρίς πυρετό δεν αποτελούν αντένδειξη), όπως επίσης δεν αποτελούν αντένδειξη συνήθεις διάρροιες (για το εμβόλιο της πολιομυελίτιδας).
- 2) Παθήσεις με διαταραχές του ανοσολογικού συστήματος, όπως κακοήθειες νεοπλασίες, νόσοι του κολλαγόνου κ.ά.
- 3) Θεραπεία ανοσοκαταστολής, όπως ακτινοβολία, κορτικοστεροειδή, αντινεοπλασματικά φάρμακα κ.ά.
- 4) Εγκυμοσύνη (αποτελεί αντένδειξη για εμβολιασμούς με ζώντες ιούς, όπως ιλαράς, ερυθράς, παρωτίτιδας, πολιομυελίτιδας κ.ά).
- 5) Πρόσφατη (εντός 8 εβδομάδων) χορήγηση γ-σφαιρίνης.
- 6) Μετάγγιση αίματος ή πλάσματος.

ΕΡΩΤΗΜΑΤΑ

- 1) Η ταυτόχρονη χορήγηση πολλών εμβολίων μπορεί να γίνει. Οι παρενέργειες, που μπορεί να παρατηρηθούν, είναι οι ίδιες με αυτές που παρατηρούνται όταν τα εμβόλια χορηγούνται ξεχωριστά. Αντίθετα μπορεί να είναι περισσότερο ικανοποιητική η ανοσολογική απάντηση.
- 2) Εάν υπάρξει καθυστέρηση στη διενέργεια του προγράμματος ενός εμβολίου, ο εμβολιασμός δεν πρέπει να αρχίζει εκ νέου αλλά να συνεχίζεται η συμπλήρωση των δόσεων του προγράμματος.

3) Σε περίπτωση που ένα άτομο έχει εμβολιασθεί με το εμβόλιο της ιλαράς-ερυθράς-παρωτίτιδας και επανεμβολιασθεί, ουδεμία αντίδραση θα συμβεί.

4) Ο συστηματικός εμβολιασμός των παιδιών ηλικίας 15-16 μηνών κατά της ιλαράς και ερυθράς έχει σκοπό να εξαφανίσει την ιλαρά και την ερυθρά – και επομένως και τις επιπλοκές τους – αλλά και το μεγάλο κίνδυνο, που διατρέχουν οι οροαρνητικές έγκυες.

5) Όταν ένα παιδί εμβολιασθεί έναντι της ερυθράς δεν υπάρχει κίνδυνος μετάδοσης της νόσου στην έγκυο μητέρα του, γιατί ο εξασθενημένος ιός του εμβολίου έχει χάσει την ικανότητα μετάδοσης της νόσου.



1η Δεκεμβρίου: Παγκόσμια Ημέρα κατά του AIDS

Παλαιότερα το Υπουργείο Υγείας Πρόνοιας και Κοινωνικών Ασφαλίσεων, με τη συμβολή του ΕΟΦ για την Εθνική Επιτροπή του AIDS, είχε κυκλοφορήσει ένα ενημερωτικό φυλλάδιο με τον τίτλο «**AIDS: ΜΑΘΕ ΚΑΙ ΠΡΟΦΥΛΑΞΟΥ**», σκιτσαρισμένο από το γνωστό γελοιογράφο Γιάννη Κυριακόπουλο (ΚΥΡ). Με την ευκαιρία της 1ης Δεκεμβρίου, που είναι Παγκόσμια Ημέρα κατά του AIDS, παρουσιάζουμε μερικά χρήσιμα αποσπάσματα από το έντυπο αυτό.

AIDS: είναι πρόβλημα όλων μας.

AIDS: είναι πρόβλημα που δεν πρέπει να το αγνοούμε.

AIDS: είναι μια αρρώστια με την οποία πρέπει να μάθουμε να συνυπάρχουμε.

AIDS: είναι μια αρρώστια που προλαμβάνεται.

ΚΕΝΤΡΑ ΑΝΑΦΟΡΑΣ ΚΑΙ ΚΕΝΤΡΑ ΕΛΕΓΧΟΥ AIDS

ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΦΟΡΑΣ AIDS ΒΟΡΕΙΟΥ ΕΛΛΑΔΑΣ

Εργαστήριο Μικροβιολογίας Αριστ. Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης
Περιφ. Γεν. Νοσοκ. Θεσσαλονίκης «ΑΧΕΠΑ»
Τ.Κ. 540 06 - Τηλ.: (031) 991.347 - 992.718.

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ AIDS

ΒΟΡΕΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

Τομέας Παθολογίας - Ιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Ιωαννίνων, Τ.Κ. 451 10 Ιωάννινα,
Τηλ. (0651) 92.728. Για εξέταση: Παλαιό
«Χατζηκώστα», τηλ. εργαστ.: (0651) 26.529

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ AIDS

ΝΟΤΙΟΔΥΤΙΚΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ

Εργαστήριο Υγιεινής - Ιατρικό Τμήμα

Σχολής Επιστημών Υγείας, Πανεπ. Πατρών
Τ.Κ. 261 10 ΡΙΟΝ ΠΑΤΡΑΣ - Τ.Θ. 1045,
Τηλ. (061) 277.924

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΦΟΡΑΣ AIDS ΝΟΤΙΟΥ ΕΛΛΑΔΑΣ

Υγειονομική Σχολή Αθηνών
Λεωφ. Αλεξάνδρας 196, Τ.Κ. 115 21 Αθήνα,
Τηλ. (01) 64.44.906 - 64.47.941

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΦΟΡΑΣ AIDS ΚΡΗΤΗΣ

Περιφ. Γεν. Νοσοκ. Ηρακλείου Κρήτης
«Βενιζέλειο και Πανάειο»

Τ.Κ. 710 21 Ηράκλειο Κρήτης

Τηλ. (081) 237.502 (εσωτ. 269)

Τηλ. κ. Γεωργούλια: (081) 234.010 (εσωτ. 28)

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ ΚΥΤΤΑΡΙΚΗΣ ΑΝΟΣΙΑΣ

Ανοσολογικό Τμήμα - Περιφ. Γεν. Νοσοκ.
Αθηνών «Ευαγγελισμός», Τ.Κ. 106 76 Αθήνα,
Τηλ. (01) 72.20.001, απευθείας 72.11.022

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΩΣ

ΜΕΤΑΔΙΔΟΜΕΝΩΝ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ AIDS

Νοσοκομείο «Α. ΣΥΓΓΡΟΣ»

Τ.Κ. 116 21 Αθήνα, Τηλ. (01) 72.39.611

Τηλ. κ. Στρατηγού (01) 72.10.839

ΕΘΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΦΟΡΑΣ ΡΕΤΡΟΪΩΝ

Εργαστήριο Υγιεινής και Επιδημιολογίας
Πανεπιστημίου Αθηνών

Μ. Ασίας 75, Τ.Κ. 115 27 Γουδί,

Τηλ. (01) 77.71.165

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΕΓΧΟΥ AIDS

ΙΚΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ

Ανατολ. Θράκης 58, Τ.Κ. 681 00 Αλεξαν-
δρούπολη, Τηλ. (0551) 20.403 και 26.810



ΓΝΩΡΙΣΕ ΚΑΛΑ ΤΟ ΣΥΝΤΡΟΦΟ ΣΟΥ (ΚΥΡ)

4ο Μεσογειακό Συνέδριο Ψυχοπροφυλακτικής στη Μαιευτική Θέμα Συνεδρίου: Γέννηση και Πολιτισμός*

Ελένη Σαμαριτάκη, Πρόεδρος του Συλλόγου Επιστημόνων Μαιών - Μαιευτών Αθηνών.

(* Ομιλία από το 4ο Μεσογειακό Συνέδριο Ψυχοπροφυλακτικής στη Μαιευτική, στις 3 Μαΐου του 1995, στο ξενοδοχείο «CARAVEL»).

Η επαγγελματική δεοντολογία στην αναπαραγωγή

Θα μπορούσαμε να επεξηγήσουμε τον τίτλο του θέματος ως: "**Δεοντολογία στην άσκηση του μαιευτικού επαγγέλματος**", και αυτό γιατί από τη σκοπιά της μαίας θα ήταν ευδόκιμος ο όρος, αφού στην αναπαραγωγή του ανθρώπου προσφέρουν τις υπηρεσίες τους όσοι ασκούν μαιευτικό επάγγελμα.

Οι αρχές και οι κανόνες, που πρέπει να ακολουθεί η μαία/μαιευτής στην άσκηση του έργου τους, αλλά και η γενικότερη συμπεριφορά τους, συνθέτουν τη δεοντολογία του επαγγέλματος.

Από νομική άποψη, επάγγελμα είναι η νόμιμη και συστηματική συμπεριφορά προσανατολισμένη στην εξεύρεση και εξασφάλιση πρόσφορων τρόπων και μέσων για τη διαρκή ικανοποίηση τουλάχιστον των βασικών αναγκών του κοινωνικού ανθρώπου.

Τα επαγγέλματα που προσφέρουν χρήσιμες υπηρεσίες στο κοινωνικό σύνολο, είναι λειτουργήματα και ιδιαίτερα αν αναφέρονται στην υγεία και στη ζωή των ανθρώπων.

Σ' αυτό το έργο ασχολούνται επαγγελματικά ο γιατρός, η μαία, η νοσηλεύτρια, η κοινωνική λειτουργός, η ψυχολόγος. Με

τη σύγχρονη έκφραση οι επαγγελματίες αυτοί ανήκουν στα επαγγέλματα υγείας.

Το επάγγελμα-λειτουργήμα δημιουργεί στη μαία την υποχρεωτική συμπεριφορά κανόνων, πέραν εκείνων που προέρχονται από το ανθρώπινο ένστικτο ως πράξεις καλής πρόθεσης και βούλησης για τον κοινωνικό συνάνθρωπό της.

Οι κανόνες αυτοί της ηθικής δεοντολογίας δίνουν έμφαση ανάμεσα στο καθήκον και την ηθικότητα των ανθρώπινων πράξεων. Το σύνολο των κανόνων αυτών – διαταγμένων συστηματικά – συνθέτει τη δεοντολογία του επαγγέλματος και του κώδικα της επαγγελματικής ηθικής.

Η δεοντολογία υπάρχει από αρχαιότατων χρόνων. Άλλες φορές είχε την έννοια του άγραφου ηθικού νόμου και άλλοτε ήταν καταγραμμένη, αποδεκτή και υποχρεωτική.

Ο πρώτος γραπτός δεοντολογικός κώδικας είναι ο "**Όρκος του Ιπποκράτη**", ενώ από το 1955 ισχύει με νόμο ο "**Δεοντολογικός Ιατρικός Κώδικας**". Τον ίδιο χρόνο, με το Ν.Δ. 2592/53, η Ελληνίδα μαία έχει νόμιμα κατοχυρωμένα επαγγελματικά δικαιώματα και υποχρεώσεις, απ' όπου προκύπτουν τα δεοντολογικά στοιχεία για την άσκηση του μαιευτικού επαγγέλματος.

Τα παραγγέλματα της δεοντολογίας είναι ειδικά προσαρμοσμένα στο χαρα-



κτήρα και τις συνθήκες του επαγγέλματος και έχουν υπαγορευθεί από αυτές. Έτσι, μια πράξη – σύμφωνα με τη δεοντολογική ηθική – είναι ηθικά καλή χάρη στα χαρακτηριστικά της (ίδιας της πράξης και όχι επειδή το αποτέλεσμα είναι καλό.

Η μαία στην άσκηση του επαγγέλματός της υποχρεούται να προσαρμόζεται στις συνθήκες εργασίας, αλλά χρειάζεται πολύ προσοχή ώστε το μέγεθος και ο βαθμός υποχωρητικότητας στα δεδομένα να μην έρχεται σε αντίθεση με αυτό, που είναι συμφέρον για τη μητέρα και το παιδί. Αν μια μητέρα π.χ. έχει δυσκολία να θηλάσει το παιδί της, η μαία θα πρέπει να πολεμήσει και να ξεπεράσει τις δυσκολίες και όχι να προσαρμοστεί στις συνθήκες και να αποδεχθεί αμαχητί τη διακοπή του μητρικού θηλασμού.

Η γνώση των κανόνων δεοντολογίας και η πιστή τήρησή τους είναι απαραίτητες και σπουδαίο συμπλήρωμα της επαγγελματικής προετοιμασίας και εγγυώνται την καλύτερη εκπλήρωση της κοινωνικής αποστολής της μαίας μέσα στην επαγγελματική οικογένεια. Με τον τρόπο αυτό αποφεύγεται η επαγγελματική και ηθική φθορά της μαίας.

Στην αναπαραγωγή βασίζεται η συνέχεια της ζωής στον πλανήτη Γή. Η δημιουργία ενός νέου ανθρώπου είναι η

προσδοκία της δημιουργίας τέλειου ατόμου, που να μοιάζει στη φθορά – σε όλο το βιολογικό κύκλο – με τον ενήλικα της προηγούμενης γενιάς, από τη γονιμοποίηση του ωαρίου μέχρι την ενηλικίωση.

Σ' αυτή τη διαδικασία εργάζεται επαγγελματικά η μαία και πρέπει – εκτός από τις εξειδικευμένες γνώσεις – να τηρεί και τους δεοντολογικούς κανόνες με σεβασμό και αγάπη, για τη γυναίκα, το παιδί της, την οικογένεια.

Η επαγγελματική δεοντολογία της μαίας μπορεί να αναλυθεί σε δύο τομείς:

α) Στη διαμόρφωση της επαγγελματικής προσωπικότητας της μαίας μέσα στην ομάδα των επαγγελματιών υγείας. Η μαία πρέπει να είναι εργατική, ήρεμη, συνεργάσιμη, προγραμματισμένη και ευσυνείδητη.

β) Να σέβεται την προσωπικότητα των άλλων.

Επιπλέον πρέπει:

- Να φροντίζει για την ψυχική και σωματική υγεία των ατόμων, που προσφεύγουν και χρειάζονται τις υπηρεσίες της.
- Να είναι άκρως εχέμυθη.
- Να δείχνει κατανόηση για τα προβλήματα των άλλων.
- Να μην εκμεταλλεύεται την εμπιστοσύνη, που δείχνουν για εκείνη.
- Να μη δρά εξουσιαστικά όταν οι άλλοι βρίσκονται στην ανάγκη να ζητούν βοήθεια.
- Να σέβεται το χώρο της εργασίας της.
- Να είναι τυπική, ολιγόλογη, αλλά ζεστή στην ανθρώπινη επικοινωνία.
- Να είναι αθόρυβη και σεμνή και να μη διαφημίζει το έργο της.
- Να αμείβεται χωρίς να κερδοσκοπεί και να προσφέρει εθελοντικά τις υπηρεσίες της όταν χρειάζεται.
- Να μην υπερβαίνει τα επαγγελματικά της καθήκοντα, αν αυτό δεν γίνεται για λόγους έκτακτης ανάγκης.

- Να μην καταχράται της επαγγελματικής και κοινωνικής θέσεώς της και να μην επεμβαίνει στην ιδιωτική ζωή των άλλων, ή να θίγει την τιμή και την κοινωνική υπόληψή τους.
- Να μη δημιουργεί εξαρτημένα άτομα με την οποιαδήποτε επιρροή της.
- Η προσωπική ζωή της μαίας να είναι αξιοπρεπής, σεμνή και διακριτική.

Ο Σωρανός ο Εφέσιος, μαιευτήρας, (2ος μ.Χ. αιώνας), έγραψε για τη μαία:

«Οποία πρέπει να είναι η μαία λέγω: Επιτήδειος εστί προ το γενέσθαι μαία, η γραμμάτων εντός, αγχίνους, μνήμων, φιλόπονος, κοσμία και κατά το κοινόν απαρεμπόδιστος ταις αισθήσεσιν, αρτιμελής, έντονος γραμμάτων μεν εντός, ίνα και διά θεωρίας την τέχνην ισχύση παραλαβείν, αγχίνους δε προς τα ραδίως τοις λεγομένοις και γινομένοις παρακολουθείν, μνήμων δε, ίνα και των παραδιδομένων αυτή κρατή μαθημάτων, μάθησις γαρ, εκ μνήμης γίνεται και καταλήψεως, φιλόπονος δε προς το επιμένειν τοις συμβεβηκόσι, κοσμία δε διά το μέλλον οικίας πιστεεύεσθαι και μυστήρια βίου και ότι τοις φαύλοις το ήθος εις το επιβουλεύειν εφόδιον εστί, το δοκείν ιατρικάς έχει κατηχήσεις.

Απαρεμπόδιστος δε τοις αισθήσεσιν, επει τα μεν οράν δει, των δε ανακρίσεων ακούει, τα δε διά της αφής καταλαμβάνειν, αρτιμελής δε προς το τοις εν έργοις υπηρεσίας απαρεμπόδιστος είναι, έντονος δε προς διά γαρ εν τω περιόδεύειν, κακοπαθείας δις, την πράξιν παραλαμβάνειν, τοιαύτην μεν είναι την αρίστην μαίαν».

Η μετάφραση του παραπάνω κειμένου έχει ως εξής:

«Είναι λοιπόν ικανή να γίνει μαία η εγγράμματη, η έξυπνη, που έχει ισχυρή μνήμη, η εργατική και η φρόνιμη (ευπρεπής) και γενικώς όταν έχει ακμαίες τις αισθή-

σεις, όταν είναι αρτιμελής και ζωηρή.

Πρέπει να είναι εγγράμματη, για να είναι σε θέση να αντιλαμβάνεται μαζί με την πράξη και τη θεωρία.

Έξυπνη, για να παρακολουθεί με ευκολία ό,τι λέγεται ή ό,τι γίνεται. Να έχει ισχυρή μνήμη, για να συγκρατεί καθετί που μαθαίνει, επειδή η μάθηση εξαρτάται από την κατανόηση και τη μνήμη.

Εργατική, για να αντιμετωπίζει με ψυχραιμία και επιμονή καθετί που θα της συμβαίνει.

Ευπρεπής, επειδή θα της εμπιστεύονται τα σπιτικά μυστικά της ζωής και επειδή όποια έχει κακή ηθική τη χρησιμοποιεί για το κακό της ιατρικής γνώσης της.

Η μαία πρέπει να έχει ζωηρές και ακμαίες τις αισθήσεις της, επειδή χρειάζεται άλλα μεν να βλέπει, άλλα να ρωτά και να μαθαίνει και άλλα να αντιλαμβάνεται με την αφή.

Να είναι αρτιμελής, για να μπορεί να εκτελεί ελεύθερα την εργασία της.

Να είναι ζωηρή και ευκίνητη, επειδή υφίσταται ταλαιπωρίες κατά την περιόδεία της και έτσι υποβάλλεται σε διπλούς κόπους για την άσκηση του επαγγέλματός της. Έτσι πρέπει να είναι η καλή μαία».



Τεστ Παπανικολάου

Αναστασία Γιακουμή, Μαία

Πάνε σαράντα χρόνια σχεδόν από τότε, που ο Έλληνας γιατρός Γεώργιος Παπανικολάου κατάφερε μετά από σκληρή δουλειά και σειρά ερευνών να αναπτύξει κυτταροδιαγνωστική μέθοδο κατά του καρκίνου, που έμελλε να σώσει εκατομμύρια γυναικών σε όλο τον κόσμο από τη "μάστιγα του αιώνα".

Η βιβλιογραφία βρίθει από εργασίες πάνω στο θέμα αυτό, η δε έρευνα δεν περιορίζεται πια μόνο στη διάγνωση του καρκίνου του τραχήλου της μήτρας από το κολπικό έκκριμα, (το οποίο αποτελεί και το θέμα της πρώτης έρευνας του Παπανικολάου), αλλά επεκτάθηκε στην αναζήτηση νεοπλασματικών κυττάρων στην απόχρεμψη, στο γαστρικό υγρό, στα ούρα, στα εξιδρώματα και διδρώματα των ορογονικών κοιλοτήτων κ.λπ.

Η μαία, που πάντα είναι κοντά στη γυναίκα-μητέρα αλλά και στη γυναίκα γενικότερα, έχει άμεση σχέση, τόσο με τη σωστή λήψη και ερμηνεία των αποτελεσμάτων της εξέτασης όσο και με την ενημέρωση του γυναικείου πληθυσμού, για πρόληψη και έγκαιρη θεραπεία αν χρειαστεί.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΤΕΣΤ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ

Η κυτταρολογική διάγνωση του καρκίνου είναι δυνατή, γιατί κύτταρα πέφτουν συνεχώς από τις επιθηλιακές επιφάνειες, τους βλεννογόνους και τις κοιλότητες του σώματος. Έτσι, το κολπικό επίχρισμα περιέχει κύτταρα, που προέρχονται από τον κόλπο, τον τράχηλο της μήτρας και το ενδομήτριο.

Η απόχρεμψη περιέχει κύτταρα, που προέρχονται από τους βρόγχους και τις ανώτερες αναπνευστικές οδούς κ.λπ.

Εάν αναπτυχθεί κάποια κακοήθης εξεργασία σε μια επιθηλιακή επιφάνεια, καρκινοματώδη κύτταρα θα αποπίπτουν από τον όγκο με τον ίδιο τρόπο, όπως και τα φυσιολογικά κύτταρα. Επομένως, εάν τα αποπίπτοντα αυτά κύτταρα συλληχθούν, μονιμοποιηθούν και χρωσθούν κατάλληλα, είναι δυνατόν να εντοπισθούν χαρακτηριστικές μορφολογικές διαφορές ανάμεσα στα καλοήθη και στα κακοήθη κύτταρα. Οι μορφολογικές αυτές διαφορές αφορούν στους πυρήνες και ιδιαίτερα στον τρόπο διάταξης της χρωματίνης τους. Σ' αυτή ακριβώς την αρχή στηρίζεται η "μέθοδος Παπανικολάου".

Όσοι ασχολούνται με την ενημέρωση, προώθηση, λήψη και ερμηνεία του τεστ Παπανικολάου, πρέπει να δώσουν ιδιαίτερη προσοχή στα εξής:

1. Η μέθοδος Παπανικολάου είναι η πιο αξιόλογη εργαστηριακή μέθοδος για τη διάγνωση του καρκίνου, επειδή, τα χαρακτηριστικά από αυτή ως "θετικά αποτελέσματα" αντιστοιχούν, κατά μεγάλη προσέγγιση, στο 90% των περιπτώσεων.
2. Το "αρνητικό αποτέλεσμα" δεν αποκλείει την πιθανότητα ύπαρξης καρκίνου, γι' αυτό και επιβάλλεται η επανάληψη της εξέτασης σε τακτά χρονικά διαστήματα.
3. Σε μικρό αριθμό περιπτώσεων είναι δυνατόν το αποτέλεσμα να βγει "θετικό", χωρίς να υπάρχει κάποια κακοήθης εξεργασία. Γι' αυτό, όταν η κλινική εικόνα δεν συμβιβάζεται με το "θετικό αποτέλεσμα",

επιβάλλεται η επανάληψη της εξέτασης και ο συνδυασμός της με βιοψία, σε συνεννόηση πάντα με τον κυτταρολόγο.

4. Εάν η κυτταρολογική εξέταση είναι "αρνητική", κανένας κλινικός δεν μπορεί με βεβαιότητα να αποκλείσει τον καρκίνο.

5. Εάν το αποτέλεσμα της βιοψίας είναι "αρνητικό" και της κυτταρολογικής εξέτασης επανειλημμένα "θετικό", ενδείκνυται απολύτως η χειρουργική διερεύνηση.

6. Η ακρίβεια και η αξία της μεθόδου εξαρτώνται από την πείρα και τις γνώσεις του κυτταρολόγου, αλλά και από τον τρόπο συλλογής του υλικού.

Ο ΚΑΡΚΙΝΟΣ ΤΟΥ ΓΕΝΝΗΤΙΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΣΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ

Από τις μέχρι τώρα δημοσιευμένες στατιστικές, δεν υπάρχει καμιά αμφιβολία ότι ο καρκίνος της μήτρας – και ιδιαίτερα του τραχήλου – μπορεί να διαγνωσθεί ασφαλώς μέσω της κυτταρολογικής εξέτασης του κολπικού εκκρίματος καθώς και με τη βιοψία.

Καρκίνος του τραχήλου της μήτρας

Η διάγνωση γίνεται με την κυτταρολογική εξέταση, σε όλες σχεδόν τις περιπτώσεις. Η μέθοδος αποβαίνει ιδιαίτερα αξιόλογη, μια και η διάγνωση είναι δυνατόν να γίνει στο αρχικό, στο πλήρως ασυμπτωματικό στάδιο.

Το 1976, στη Μασαχουσέτη της Αμερικής, έγινε έρευνα σε μεγάλο αριθμό γυναικών. Οι γυναίκες χωρίστηκαν σε δύο ομάδες: σε εκείνες, που δεν παρουσίαζαν απολύτως κανένα σύμπτωμα και σε εκείνες, που παρουσίαζαν μερικά συμπτώματα, ικανά να θέσουν υποψία για ύπαρξη νεοπλασίας (π.χ. μικρή αιμορραγία). Στην πρώτη ομάδα, (ασυμπτωματική), η συχνότητα του καρκίνου ήταν 0,5 -

1%, ενώ στη δεύτερη 10%.

Η αξία της μεθόδου συνεχίζεται και μετά τη διάγνωση της παθήσεως και την εφαρμογή της θεραπείας, μια και στις κατά διαστήματα κυτταρολογικές εξετάσεις του κολπικού εκκρίματος είναι δυνατόν να ανακαλυφθεί υποτροπή της παθήσεως.

Καρκίνος του ενδομητρίου

Η αξία της μεθόδου στη διάγνωση του καρκίνου του ενδομητρίου είναι μικρότερη απ' ό,τι στη διάγνωση του καρκίνου του τραχήλου. Πράγματι, οι στατιστικές ανεβάζουν την πιθανότητα διάγνωσης στο 60-90% περίπου των περιπτώσεων. Γι' αυτό συντελούν δύο κυρίως αίτια:

α. Η κυτταρολογική διαφοροποίηση του αδενοκαρκινώματος γίνεται δυσκολότερη στα μεμονωμένα κύτταρα, (όπως ακριβώς μερικές φορές είναι δύσκολη και η ιστολογική διάκριση μεταξύ ενός καλά διαφοροποιημένου καρκίνου του ενδομητρίου από ένα υπερπλαστικό ενδομήτριο).

β. Ο χρόνος, που περνάει από την πτώση των κυττάρων του ενδομητρίου μέχρι την άφιξή τους στον κόλπο και τη λήψη του κολπικού επιχρίσματος, προκαλεί πιθανότατα εκφύλιση των κυττάρων και έτσι γίνεται πιο δύσκολη η κυτταρολογική εξέταση.

Σε κάθε περίπτωση, η κυτταρολογική εξέταση δεν αντικαθιστά τη βιοψία αλλά τη συμπληρώνει. Εάν, λοιπόν, σε κάποια ασθενή γίνει συνδυασμός αυτών των δύο μεθόδων, το ποσοστό φτάνει το 97% των περιπτώσεων.

Η ΚΑΤΑ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ

I. Δεν υπάρχει ένδειξη κακοήθους νεοπλασίας, (φυσιολογικά αποπίπτοντα

κύτταρα των οργάνων ή κοιλοτήτων). **(Αρνητική)**.

II. Δεν υπάρχει ένδειξη κακοήθειας, (υπάρχουν μορφολογικές ατυπίες των κυττάρων, που όμως οφείλονται κύρια σε χρόνιες φλεγμονώδεις εξεργασίες των επιθηλίων).

III. Χαρακτηρίζεται από την παρουσία άτυπων κυττάρων, που δίνουν υπόνοια για κακοήγη νεοπλασία. **(Ένδειξη επαναλήψεως)**.

IV. Υπάρχει αρκετά πειστική ένδειξη για κακοήγη νεοπλασία. **(Θετική;)**.

V. Υπάρχει βάσιμη πειστική ένδειξη κακοήθους νεοπλασίας. **(Θετική)**.

ΤΙ, ΠΟΥ, ΠΩΣ, ΠΟΤΕ

Όπως ήδη τονίσαμε, για να έχουμε τη μέγιστη απόδοση της "μεθόδου Παπανικολάου", σημασία έχει ο τρόπος συλλογής του δείγματος, η πείρα του κυτταρο-



ΕΛΕΥΘΩ 1(5) 1996

λόγου κ.λπ. Αυτό το κεφάλαιο θα δούμε τι πρέπει να κάνει το ειδικευμένο προσωπικό αλλά και η ίδια η γυναίκα, για να έχουμε το μεγαλύτερο ποσοστό επιτυχίας στο αποτέλεσμα.

Σήμερα, το "τεστ Παπανικολάου" γίνεται δωρεάν στα δημόσια νοσοκομεία της χώρας, (στα περισσότερα κατόπιν ραντεβού), στα κέντρα υγείας, σε ιδιωτικά ιατρεία γυναικολόγων και κυτταρολόγων.

Το προσωπικό, που ασχολείται με τη λήψη του τεστ, πρέπει να είναι ειδικευμένο και ακόμα καλύτερα να έχει και την άμεση συνεργασία του κυτταρολόγου όσον αφορά στον τρόπο, στην ποσότητα, στο στρώσιμο στις αντικειμενοφόρες πλάκες και στη μονιμοποίηση του υλικού προς μελέτη.

Παλαιότερα, για τη λήψη του υλικού από τον τραχήλο χρησιμοποιούσαν απλές ξύλινες σπάτουλες (γλωσσοπίεστρα) με στρογγυλές άκρες, και για τον ενδοτράχηλο βαμβακοφόρους στυλεούς. Για τη μονιμοποίηση υπήρχε ο εμβαπτισμός σε καθαρό οινόπνευμα και, σε πολλές περιπτώσεις, η κοινή λακ των μαλλιών.

Σήμερα, και μετά από τις πρόσφατες ανακοινώσεις των κυτταρολόγων, προτιμάται η σπάτουλα με καρδιόμορφες άκρες και ο στυλεός με βουρτσάκι αντίστοιχα. Για τη μονιμοποίηση χρησιμοποιούνται ειδικά σπρέυ.

ΚΑΘΕ ΠΟΤΕ

Το 1990, στο Ρίο (Πάτρα), στο συνέδριο με θέμα: **"Καρκίνος του τραχήλου της μήτρας και ιογενείς λοιμώξεις"**, υποστηρίχθηκε από τους κυτταρολόγους ότι το "τεστ Παπανικολάου" πρέπει να γίνεται με την έναρξη της σεξουαλικής ζωής του ατόμου, σε όποια ηλικία και αν γίνει αυτή.

Κατόπιν αυτού, και εφόσον δεν υπάρχει πρόβλημα, κάθε ένα ή δύο χρόνια εί-

ναι η ενδεδειγμένη συχνότητα επανάληψης της εξέτασης. Σε άτομα με συχνές εναλλαγές ερωτικών συντρόφων ή πάσχοντα από ιογενείς λοιμώξεις του γεννητικού συστήματος, (π.χ. κονδυλώματα, έρπης), επιβάλλεται η επανάληψη κάθε χρόνο.

Εάν παρουσιαστεί πρόβλημα ή υπόνοιες για πάθηση ή άτυπα – δυσκαρτωτικά κύτταρα ή τραχηλίτιδες κ.λπ., ο χρόνος επανάληψης καθορίζεται από τον υπεύθυνο γυναικολόγο και, κυρίως, από τις συστάσεις του κυτταρολόγου, (γιατί η χρήση του στυλεού με βουρτσάκι, όπως υποστηρίχθηκε, πολύ συχνά – και στην προσπάθεια αποκόλλησης των κυττάρων – μπορεί από μόνο του να προκαλέσει κάποιες αλλοιώσεις, που θα δημιουργήσουν σύγχυση στο αποτέλεσμα).

Όσον αφορά στη φάση του κύκλου, που πρέπει να γίνεται η εξέταση, οι κυτταρολόγοι ανέκαθεν συμφωνούσαν ότι στην περίοδο της ωοθυλακιωρρηξίας η τραχηλική βλέννη παρέχει τις περισσότερες πληροφορίες, (λόγω πυκνότητας, σύστασης και ορμονικών επιδράσεων). Αυτό δεν αποκλείει την πραγματοποίηση της εξέτασης σε οποιαδήποτε φάση του κύκλου κριθεί απαραίτητο.

ΠΡΟΫΠΟΘΕΣΕΙΣ

Απαραίτητη προϋπόθεση για τη λήψη του τεστ Παπανικολάου είναι η μη αλλοίωση των επιθηλιακών κυττάρων από εξωτερικούς παράγοντες. Στην καθημερινή μας επαφή με τις γυναίκες παρατηρούμε ότι ξεχνούν, μπερδεύουν ή παραποιούν, από άτομο σε άτομο, και τις πιο απλές οδηγίες.

Πρέπει, λοιπόν, να επαναλαμβάνουμε πάντα τις απαραίτητες προϋποθέσεις σε όλες τις γυναίκες κάθε φορά, που πρόκειται να εξετασθούν και να μη θεωρού-

με τίποτα δεδομένο. Αυτές είναι οι εξής:

1. Για 3-4 εικοσιτετράωρα η γυναίκα δεν πρέπει να έχει σεξουαλική επαφή, να μην έχει γίνει γυναικολογική εξέταση, κολπικός υπέρηχος, κολπική πλύση και χρήση φαρμάκων στον κόλπο, (π.χ. αντισυλληπτικές κρέμες, υπόθετα κ.λπ.). Η συγκεκριμένη οδηγία συγχέεται πάντα και με την εξωτερική πλύση, για την καθημερινή υγιεινή.

2. Να μην υπάρχουν κολπίτιδες. Αυτό ειδικά το σημείο πρέπει να το διευκρινίζουμε όταν δίνουμε οδηγίες για την εξέταση, γιατί οι γυναίκες, πολλές φορές, έχοντας συμπτώματα κολπίτιδας νομίζουν ότι μπορούν να κάνουν τεστ Παπανικολάου, για να διαγνώσουν και την κολπίτιδα και τον πιθανό καρκίνο με μια εξέταση.

Όστόσο αυτό είναι λάθος, γιατί μπορεί πράγματι ο κυτταρολόγος μελετώντας τα ληφθέντα κύτταρα να "δει" και κάποια βακτηρίδια, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι μια εξέταση αντικαθιστά μια άλλη.

Οι κυτταρικές αλλοιώσεις από μια φλεγμονή στον κόλπο μπορεί να καλύψουν μια πραγματική νεοπλασματική εξεργασία ή να δώσουν ένα επισφαλές αποτέλεσμα, όσον αφορά τη φλεγμονή και τα πραγματικά αίτια. Συνήθως και οι ίδιοι οι κυτταρολόγοι ζητούν επανάληψη μετά τη θεραπεία της φλεγμονής.

3. Αποφεύγονται οι ημέρες που είναι πολύ κοντά στην αρχή ή στο τέλος της εμμήνου ρύσεως, για να μην έχουμε αιματηρά επιρίσματα, που δυσκολεύουν το έργο του κυτταρολόγου.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Αγγελόπουλος Βασ.: Επεξηγήσεις και κλινική σημασία των εργαστηριακών εξετάσεων και δοκιμασιών. **1976.**

Πρακτικά – Σημειώσεις Συνεδρίου: Καρκίνος του τραχήλου της μήτρας και ιογενείς λοιμώξεις. Ρίο (Πάτρα). **1990.**

Εμμηνόπαυση και Κλιμακτήριος

Τσίλια Αναστασία, Μαία

Όπως συμβαίνει με πολλούς ιατρικούς όρους, υπάρχει σύγχυση στον ακριβή προσδιορισμό του όρου «**εμμηνόπαυση**». Κατά το FIGO (Διεθνές Ίδρυμα Γυναικολογίας και Μαιευτικής), η εμμηνόπαυση αρχίζει από τη στιγμή της τελευταίας φυσιολογικής αιμορραγίας από το ενδομήτριο. Αν είναι πραγματικά η τελευταία μπορεί να αποδειχτεί, εφόσον η περίοδος απουσιάζει για διάστημα έξι μηνών ως ένα χρόνο.

Αντίθετα, η κλιμακτήριος αρχίζει από την πρώτη απόκλιση από τη φυσιολογική ωοθηκική λειτουργία, ως τη στιγμή, που η παραγωγή οιστρογόνων έχει φτάσει στο χαμηλότερο σημείο, δηλαδή 6 έως 8 χρόνια μετά την εμμηνόπαυση.

Η διάρκεια της κλιμακτηρίου ποικίλλει σημαντικά μεταξύ των γυναικών. Συνήθως διαιρείται σε δυο φάσεις: στην υποπρογεστερονική και στην υποοιστρογονική φάση. Συνήθως, στην υποπρογεστερονική φάση η λειτουργία του ωχρού σωματίου – και επομένως η παραγωγή προγεστερόνης – αρχίζει να ελαττώνεται και τα μεσοδιαστήματα μεταξύ των ωοθυλακιορρηξιών επιμηκύνονται.

Επειδή η παραγωγή οιστρογόνων από την ωοθήκη είναι ακόμη υψηλή, η ανάπτυξη του ενδομητρίου διεγείρεται φυσιολογικά, αλλά επειδή ο ρυθμός παραγωγής ωαρίων είναι μικρότερος και επειδή η λειτουργία του ωχρού σωματίου είναι μικρότερη του φυσιολογικού η έμμηνη ρύση είναι ανώμαλη.

Κατά τη διάρκεια της υποοιστρογονικής φάσης υπάρχει προοδευτική ελάττωση στην παραγωγή οιστρογόνων. Η έμμηνη ρύση γίνεται ακόμα πιο ανώμαλη έως ότου σταματήσει τελείως, και πλέον έχει φθάσει η εμμηνόπαυση.

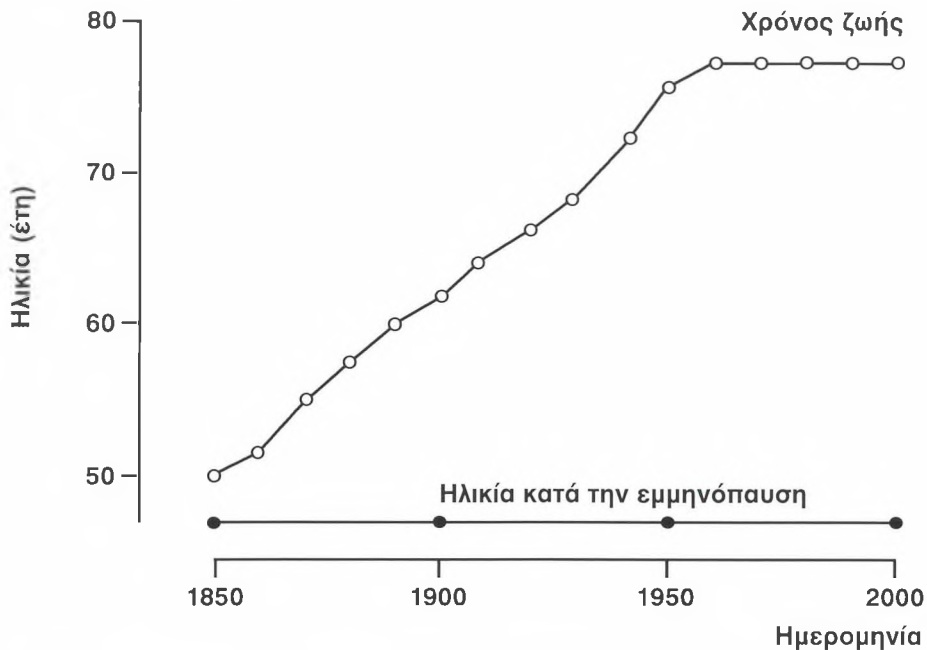
Ο μέσος όρος ζωής στο Δυτικό Κόσμο έχει αυξηθεί δραματικά τα τελευταία 100 χρόνια. Το 1900 ο μέσος όρος ζωής για τις γυναίκες ήταν 60 χρόνια. Σήμερα, ο μέσος όρος ζωής είναι 78 χρόνια περίπου. Σε αντίθεση, κατά το ίδιο χρονικό διάστημα, η μέση ηλικία εμμηνόπαυσης έχει παραμείνει ίδια (βλέπε σχήμα).

Έτσι, ενώ οι γυναίκες του 1900 θα πεθαιναν σε 10 χρόνια μετά την εμμηνόπαυση τώρα ζουν άλλα 30 χρόνια. Αυτό σημαίνει ότι, προοδευτικά περισσότερες γυναίκες είναι εκτεθειμένες για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα στη μετεμμηνοπαυσική ζωή.

Συμπύσματα της Κλιμακτηρίου

Ανώμαλη έμμηνη ρύση: Η έμμηνη ρύση στην κλιμακτήριο καθίσταται όλο και περισσότερο ακανόνιστη, τόσο ως προς το μεταξύ τους χρονικό διάστημα, όσο ως και προς την ποσότητα του αίματος.

Αγγειοκινητικές διαταραχές: Το σύνδρομο που κυριαρχεί στη μετεμμηνοπαυσική περίοδο είναι οι εξάψεις. Το σύνδρομο αυτοπεριορίζεται και αυτόματα εξαφανίζεται σε 1 έως 5 χρόνια μετά την εμμηνόπαυση. Η πιο αποτελεσματική αντιμετώπιση των εξάψεων είναι η χορή-



Η διάρκεια ζωής των γυναικών και η ηλικία κατά την εμμηνόπαυση από το 1850 έως το 2000. Παρατηρήστε την προοδευτική διαφορά μεταξύ της διάρκειας ζωής και της ηλικίας κατά την εμμηνόπαυση, έτσι ώστε το έτος 2000 οι γυναίκες θα ζούν κατά μέσο όρο για τριάντα χρόνια μετά την εμμηνόπαυση (Whitehead).

γηση οιστρογόνων.

Διαταραχές στο ουρογεννητικό σύστημα: Με την πάροδο της μετεμμηνόπαυσιακής φάσης το επιθήλιο του κόλπου και του ουροποιητικού συστήματος καθίσταται λεπτό και ατροφικό. Επομένως, ελαττώνεται ο προστατευτικός του ρόλος έναντι των παθογόνων μικροοργανισμών και ως εκ τούτου παρουσιάζονται συμπτώματα, όπως πόνος κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής επαφής.

Σωματικό βάρος: Η απότομη αύξηση του σωματικού βάρους μετά την εμμηνόπαυση είναι πολύ γνωστό φαινόμενο. Στις μισές περίπου γυναίκες παρατηρείται αύξηση 2,5 με 5,0 Kgr.

Ψυχολογικές διαταραχές: Η εμμηνό-

παυση είναι συνδεδεμένη με αλλαγές, που μπορεί να οφείλονται άμεσα ή έμμεσα στην έλλειψη οιστρογόνων.

Σκελετός: Η έλλειψη οιστρογόνων προκαλεί αυξημένη οστική ανακατασκευή και απώλεια οστού.

Προβλήματα σχετιζόμενα με την εμμηνόπαυση

- Ανωμαλίες έμμηνης ρύσης
- Εξάψεις
- Ξηρότητα και πόνος του κόλπου
- Λεπτό - ξηρό δέρμα
- Αύξηση σωματικού βάρους
- Αύξηση κινδύνου για οστεοπόρωση
- Ψυχολογικά συμπτώματα

Λογογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μамής

Δρ Χρίστος Θ. Οικονομόπουλος, Παιδοχειρουργός.

(Συνέχεια από το προηγούμενο)

Άγιος Ερμογένης, ο, προστάτης των εγκύων. Οι έγκυες δεν εργάζονται στη μνήμη του (24 Ιουλίου), για να μην πεθάνουν στον τοκετό και μένει έρμο το παιδί.

Άγιος Ευθύμιος, ο, προστάτης άγιος των εγκύων. Βοηθάει την αρρενογονία. Προστάτης των άκληρων γυναικών. «Τ' Άη Θυμιού θυμήσου με, κλήρα για να σ' αφήσω».

Άγιος Ευστάθιος, ο, προστάτης των εγκύων. Προστατεύει από τις αποβολές. Επίσης σταματάει την αιμορραγία της εγκύου και τη γέννηση κοριτσιών.

Άγιος Ευστράτιος, (Άη Στράτης), ο, βοηθάει τα μικρά παιδιά να περπατήσουν γρήγορα.

Άγιος Θεόδωρος, ο, (Άγιοι Θεόδωροι), οι, προστάτες των ανύπαντρων κοριτσιών. Στη γιορτή τους η μαμή κάνει μαγική για το μέλλοντα γαμπρό.

Άγιος Ισίδωρος, (Σίδερος), ο, άγιος που κάνει σιδερένια τα ασθενικά νεογέννητα, τα «σιδερώνει». Προστάτης των προώρων, αδυνάτων και καχεκτικών νεογνών και βρεφών. Μόλις πρωτοκλάψει το παιδί στη γέννα, η μαμή παρακαλεί και λέει: «Άγιε μου Σίδερε, να το έχεις σιδερένιο το παιδί και σιδεροκέφαλη τη μάνα του».

Άγιος Ιωάννης, (Πρόδρομος), ο, προστάτης των στειρών γυναικών. Θεραπεύει τη στειρώση και τους ελώδεις πυρετούς. Επίσης σε δυστοκία βοηθάει τη μαμή.

Άγιος Κυπριανός, ο, προστάτης της λεχώνας και του νεογνού από τη βασκανία και τη γλωσσοφαγιά.

Άγιος Μηνάς, ο, προστάτης άγιος των ανύπαντρων κοριτσιών. Βοηθάει να ανοίξει η τύχη τους.

Άγιος Νικόλαος, ο, προστάτης των ναυτικών, ιδίως των ξενιτεμένων. Επίσης βοηθάει τις ανύπαντρες μεγαλοκοπέλες να βρούν γαμπρό.

Άγιος Παντελεήμων, ο, προστάτης των λεχώνων από το ξαρμένιασμα (ψύχωση λοχείας) και από κάθε πάθηση του νευρικού και κινητικού συστήματος. Προστάτης γενικά για όλες τις αρρώστιες της εγκύου, της λεχώνας και του παιδιού.

Άγιος Παχώμιος, ο, προστάτης άγιος των προώρων νεογνών. Τα βοηθάει να παχύνουν.

Άγιος Πολύκαρπος, ο, (23 Φεβρουαρίου), προστάτης άγιος της μάνας, για να κάνει πολλά παιδιά, να πολυκαρπίσει. Προστάτης της πολύτεκνης μητέρας. Επίσης της στειράς, για να πιάσει παιδί.

Άγιος Προκόπιος, ο, προστάτης άγιος για τα ανδρόγυνα και κάθε ζεύγος νιόπαντρων, για να προκόψουν, να μη χωρίσουν. Επίσης είναι προστάτης γενικά της τεκνοποίησης, βοηθάει τις στειρές να πιάσουν παιδί.

Άγιος Στέργιος, ο, προστάτης των εγκύων. Οι έγκυες δεν εργάζονται στη μνήμη του, για να στεργιώσει το παιδί μέσα τους. Το ίδιο και ο Άγιος Στυλιανός, για να στελιώσει μέσα τους το παιδί.

Άγιος Στυλιανός, ο, προστάτης άγιος των εγκύων και των βρεφών. Προστατεύει την έγκυο από αποβολή και στελιώνει το έμβρυο στη μήτρα. Όταν η μάνα χάσει ένα παιδί, η μαμή τη συμβου-

λεύει για το επόμενο, που θα γεννήσει, να το βαφτίσει Στυλιανό ή Στέλιο, για να στεργιώσει (στελιώσει). Όλες οι μαμές έχουν στο εικονοστάσι τους εκτός από τον Άγιο Ελευθέριο και την εικόνα του Αγίου Στυλιανού, για να στεργιώνουν τα παιδιά και να μην αποβάλουν οι έγκυες.

Άγιος Συμεών, ο, προστάτης άγιος των εγκύων. Τον εορτάζουν οι έγκυες για να μη σημειωθεί το δέρμα του παιδιού με αιμαγγείωμα ή σπίλο.

Άγιος Τρύφων, ο, προστάτης άγιος των εγκύων. Τις προσπατεύει από την «οστεομαλακίαν» (να μη στραβώνουν και τρίβονται τα κόκαλα της εγκύου). Προστατεύει επίσης το βρέφος από ραχίτιδα. Ο Άγιος Τρύφων θυμώνει όταν οι έγκυες δεν τιμούν τη μνήμη του και χαλάει τα οστά τους.

Άγιος Φανούριος, ο, ευλαβούμενος άγιος της μάνας, γιατί φανερώνει την τύχη των κοριτσιών της (φανερώνει τους γαμπρούς). Επίσης προστάτης άγιος της μαμής, γιατί σε δυστοκία, εκτός από τον Άγιο Ελευθέριο, η μαμή ικετεύει τον Άγιο Φανούριο να φανερώσει το παιδί ζωντανό, χωρίς ασφυξία. Επίσης, ο Άγιος Φανούριος φανερώνει τα χαμένα πράγματα.

Άγιος Χαράλαμπος, ο, προστάτης των πολύτεκνων μητέρων και διώκτης της πανούκλας.

Αγιοσκούλαρικο, το, όταν η μαμή ξεγεννήσει πρωτότοκο αγόρι σε δυστοκία, που έχει κακοπάθει στη γέννα και είναι κωφικό, το αεροβαφτίζει και του βάζει επειγόντως ένα σκουλαρικάκι στο δεξιό αφτί και το τάζει μαζί με τη μάνα στο Χριστό και στην Παναγία.

Αγιοτικά, τα, οι επωδές της μαμής με χρήση σκευών, για θεραπεία της δυστοκίας. Καίει λουλούδια από τη γιορτή του Σταυρού μέσα σε θυμιατό, καπνίζοντας την έγκυο που δυστοκεί.

αγκαλιά, η, η αγκάλη της μάνας. Το γλυκύτερο φάρμακο για τους ψυχικούς και

σωματικούς πόνους του παιδιού. Όταν γεννηθεί το παιδί η μαμή το τοποθετεί στην αγκαλιά της μάνας λέγοντας: «Προβατινίτσα μου, σου έφερα το αρνάκι σου. Παιδί-αρνί, παιδί-αρνί», λέει τρεις φορές η μαμή και το επαναλαμβάνει η λεχώνα.

αγκούσα, η, η δύσπνοια.

αγκυλωμένο, το, το βρέφος με νεογνική τετανία. Συνήθως πεθαίνει από λαρυγγόσπασμο. Η μαμή πιστεύει ότι το τρύπησαν (το αγκέλωσαν) οι νεράιδες.

αγλωσσοφάγωτη, η, η παρθένα κόρη άμεμτης αγωγής.

αγόρι, το, το άρρεν σε μικρή ηλικία. Η γέννηση αγοριού πανηγυρίζεται με πυροβολισμούς και συμπόσια, ενώ η γέννηση κοριτσιού προκαλεί θλίψη. Η αμοιβή της μαμής σε γέννηση αγοριού είναι γενναία, με χρυσό ή ασημένιο νόμισμα, αλλά στη γέννηση κοριτσιού της δίνουν μόνο μια πλάκα σαπούνη και ένα πιάτο φακές.

αγορομάνα, η, αυτή που γεννάει πολλά αγόρια ή όλο αγόρια.

αγουλοφάγος, ο, το σκορβούτο, νόσημα από αβιταμίνωση C.

αγούρεμα, το, η αφορμή για κλάμα του βρέφους.

αγουρόγεννο, το, το πρόωρο νεογνό. Λέγεται και αγουρογέννητο.

αγριοβασιλικός, ο, το Κενταύριο. Το χρησιμοποιεί η μαμή για αλοιφή στις ραγάδες της εγκυμοσύνης.

αγριοφλασκούνι, το, είδος μέντας. Η μαμή φτιάχνει μ' αυτό το «φλασκουνόρακο», για θεραπεία του στομαχόπονου της λεχώνας και του βρέφους.

αδελφι, το, ο πλακούντας με το αμνιακό υγρό, το ύστερο.

αδελφοδιώκτης, ο, το παιδί μετά τη γέννηση του οποίου πεθαίνουν οι αδελφοί του. Λέγεται και αδελφοφάγος. Η μαμή το φουρνίζει σε φούρνο, με ήπια θερμοκρασία, για να φύγει η γρουσουζιά.

αδελφοπαίδι, το, ο πρώτος εξάδελφος.

Με προτροπή της μαμής τα αλληλοβουζαίνουν οι μανάδες τους, για να μην παντρεύονται ποτέ μεταξύ τους και χαθεί το γένος.

αδελφός, ο, αυτός που είναι από την ίδια κοιλιά, την ίδια μήτρα (α-δελφός). Επιβίωση από τη μητριαρχική εποχή όπου αδέρφια είναι αυτά, που έχουν κοινή μάνα και όχι κοινό πατέρα.

αδελφοτρώγος, ο, ο αδελφοδιώχτης.

αδελφοφάης, ο, ο αδελφοδιώχτης, ο αδελφοτρώγος.

αδιάβαστη, η, η λεχώνα που δεν της ανέγνωσε ευχή ο ιερέας μετά τον τοκετό, συνήθως όταν το παιδί είναι από κλεψιγαμία.

αδικοθάνατη, η, η μάνα που πέθανε στον τοκετό.

αδράχτι, το, 1) η συνήθης άτρακτος που γνέθουν, 2) ο κόλπος της γυναίκας κατά την εξώθηση του εμβρύου. Η μαμή λέει: «Μπήκε το σφοντύλι στο αδράχτι».

άδραχτος, ο, είναι σιδερένιο αδράχτι με ρόδα στη μέση και στην άκρη άγκιστρο. Είναι εργαλείο της μαμής για διάνοιξη αποστημάτων του μαστού της μάνας, αφού πρώτα το κάψει στη φωτιά.

αδύνατη, η, η γέννηση θηλυκού τέκνου, η κόρη γενικά. Η μαμή λέει προς τον πατέρα: «Μας ήρθε αδύνατη. Στ' άλλα θα έρθουν αρσενικά. Μη χολιάζεις».

αεροβάπτισμα, το, το αναγκαστικό, το επείγον βάπτισμα, που γίνεται από τη μαμή στον αέρα σε ετοιμοθάνατο νεογνό. Η μαμή σηκώνει το παιδί στον αέρα τρεις φορές – προς την Ανατολή – και το σταυρώνει με μια εικόνα αγίου και του ορίζει το όνομα Σωτήρης, Σωτηρία, Παναγιώτης, Παναγιώτα, Μαρία, Αθανάσιος, Αθανασία... Το βάπτισμα αυτό της μαμής θεωρείται σαν σε κολυμβήθρα.

αερογκάστρωμα, το, η ψευδοκύηση. Η μαμή πιστεύει ότι η γυναίκα συνευρέθη με δαίμονα ή νέραιδο (ωραίο, γοητευτικό ανύπαντρο άνδρα).

άζα, η, η καπνιά της καπνοδόχου. Πρόχειρο αιμοστατικό της μαμής για τον ομφαλό του νεογνού.

αθάνατα, τα, αν πέθαιναν συνέχεια τα παιδιά μιας μάνας η μαμή πήγαινε σε μια πολύτεκνη μητέρα, που είχε εφτά παιδιά στη ζωή και της έδινε εφτά κομμάτια από τα ρούχα τους με εφτά γνώμες (συμβουλές). Τα κομμάτια αυτά τα έλεγαν αθάνατα ή εφτάγνωμα. Μ' αυτά τύλιγε η μαμή το επόμενο παιδί και έτσι ζούσε.

Αίμα του Χριστούλη, το, η θεία μετάληψη του βρέφους.

αιματερούσα, η, η γυναίκα με άφθονα καταμήνια.

αιματοστάτης, ο (ή ματοστάτης), είναι δαχτυλίδι με ερυθρό λίθο και θεωρείται αλεξιφάρμακο για την αιμορραγία της εγκύου. Το κρεμούν προληπτικά οι έγκυες στο λαιμό τους.

αίσωπος, ο, ιαματικό βότανο της μαμής για τις αδιαθεσίες της εγκυμοσύνης. Λέγεται και ύσωπος.

Άη-Τάφου το πουλί, το, το άνθος ιαματικής βοτάνης, που δίνει η μαμή στις στείρες γυναίκες για να τεκνοποιήσουν.

ακάθαρτη, η, η εμμηνοροούσα γυναίκα και η λεχώνα. Η λεχώνα καθαρίζεται μετά την ευχή του ιερέα, στις 40 ημέρες. Συνήθως τη συνοδεύει η μαμή στην εκκλησία, η οποία κρατάει και το βρέφος. Επίσης, ακάθαρτη λέγεται και η αστεφάνωτη γυναίκα.

άκαιρο, το, το νεογνό που γεννήθηκε πρόωρα.

άκαρπη, η, η γυναίκα που δεν κάνει παιδιά.

άκληρη, η, αυτή που δεν έχει παιδί, η στείρα. Λέγεται και ακληρήτισσα.

ακληριάρα, η, η στείρα γυναίκα. Λέγεται και μαρμάρια.

ακληρότρυπες, οι, μικρά ριζοσπηλάκια, όπου η μαμή συνοδεύει τις στείρες να αλλάξουν τα εσώρουχά τους και να βρακωθούν διάφορα αρωματικά βότανα για

να συλλάβουν παιδί.

ακόλουθο, το, ο πλακούς. Η μαμή μετά την έξοδό του το τεμαχίζει, γιατί πιστεύει ότι είναι ζωντανό, και το θάβει στο υπόγειο, στην ανατολική γωνία του σπιτιού.

ακοίμητο καντήλι, το, (ή **άσβεστο καντήλι**), αναμμένο καντήλι από τα χέρια της μαμής στο δωμάτιο της λεχώνας. Δεν το αφήνουν καθόλου να σβήσει για να μην πάθει κακό η λεχώνα, την οποία φυλάει για τρεις νύχτες η μαμή.

ακούνιαστο, το, το ασπαργάνωτο βρέφος.

ακουσμένη, η, η κοπέλα που είχε σχέσεις πριν από τον αρραβώνα. Λέγεται και πειραγμένη ή μαλαγμένη ή μεταχειρισμένη ή χαλασμένη ή παρατημένη ή φιλημένη ή τριμμένη ή μαλαφαρισμένη ή πιασμένη ή σαλιασμένη ή αταριασμένη. Μόνη βοηθό της έχει τη μαμή και τη μάνα της. Η μαμή με διάφορα βότανα της στενεύει τον κόλπο και συνιστά να δώσουν και πανοπροίκι στο γαμπρό, για να την παντρέψουν.

ακριβοπόκτιστος, ο, ο μοναχογιός τον οποίο η μάνα ακριβά τον απόκτησε, μετά από προσηγηθείσες αποβολές.

άκριτο νερό, το, το νερό που παίρνουν από τη βρύση χωρίς να μιλήσουν. Συνήθως το φέρνει η μαμή στο στόμα της άκριτη (αμίλητη), όταν την καλούν σε γέννα και το ρίχνει στον κόρφο της επιτόκου λέγοντας: «Όπως περνάει το νερό να περάσει και το παιδί».

αλάτισμα, το, το πασπάλισμα (επίταση) του νεογνού μετά τη γέννηση με λεπτό αλάτι από τη μαμή, πριν φασκιωθεί. Λέγεται και λάτισμα.

αλαφίνα, η, η γυναίκα που γέννησε παιδί μετά από επτά χρόνια έγγαμης ζωής. Συνήθως η μαμή της θεράπευε τη στειρότητα ποτίζοντάς την τριμμένο ελαφοκέρατο.

αλαφροϊσκιωτη, η, η έγκυος που τους τελευταίους μήνες βλέπει στον ύπνο της φαντάσματα, νεράιδες, αερικά και ίσκιους.

«Η Χαραυγή της Μητρόπολης»



Σκίτσο φιλοτεχνημένο από τον Παιδοχειρουργό κ. Χρίστο Θ. Οικονομόπουλο, αρθρογράφο της στήλης μας: «Λογογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μамής». Τον ευχαριστούμε.

Γενικά η αλαφροϊσκιωτη τρομάζει τη μαμή (συμπτώματα προεκλαμψίας).

αλαφρόστειχη, η, η έγκυος που βλέπει φαντάσματα να χορεύουν μπροστά της (προεκλαμψία).

αλεξιβάσκανο, το, το φυλακτό εναντίον της βασκανίας της εγκύου ή της λεχώνας. Μέσα σ' αυτό η μαμή συρράπτει την ευχή της βασκανίας του Αγίου Κυπριανού.

αλειτούργητη, η, η μοιχαλίσ που την έχει αφορίσει ο ιερέας.

αλεπουδεύω, όταν το βρέφος έρπει με τα τέσσερα. Λέγεται και μπουσουλεύω ή αρκουδεύω.

αλευρόγαλο, το, τροφή της λεχώνας από βρασμένο γάλα και μπομποτά.

αλευτέρωτη, η, η γυναίκα που δεν γέννησε ακόμα.

αλευρίτης, ο, η στοματίτιδα του νεογνού που θηλάζει.

αλεύρωμα, το, η μαμή αφού αλατίσει το άρρεν βρέφος τού αλευρώνει τα μαλλιά

για να ζήσει και να γεράσει και παίρνει φιλοδώρημα από τον πατέρα.

Άλης, ο, δαίμων, πνεύμα κακοποιό, που βλάπτει τη λεχώνα. Προσωποποίηση της κατακλυσμιαίας θανατηφόρου αιμορραγίας της λεχώνας, πιθανόν από τον ποταμό Άλη: «Την επάτησε ο Άλης».

αλησμονόνερο, το, το νερό της λήθης. Όταν πεθαίνουν τα νεογνά στη γέννα η μαμή πιστεύει ότι στον Κάτω Κόσμο τα ποτίζουν με αλησμονόνερο, για να μην κλαίνε και ζητούνε τις μανάδες τους να τα βυζιάξουν. Αυτές όμως αρνούνται και γι' αυτό λέγεται και νερό της αρνησίας ή της Άρης.

αλησμονοχώρταρο, το, μαγικό βότανο, ο ελέβορος ο μέλας, με έγχυμα του οποίου ποτίζει η μαμή τη λεχώνα όταν χάνει στη γέννα το παιδί της, για να το λησμονήσει.

αλλαξοφαίζω, η μάνα με τη συμβουλή της μαμής, μετά τον απογαλακτισμό, αλλάζει συνεχώς φαγητά στο βρέφος για να τα συνηθίσει.

αλόη, η, φάρμακο καθαρτικό πικρής γεύσης. Το χρησιμοποιεί η μαμή για να βοηθήσει τη μάνα να απογαλακτίσει το βρέφος της. Η μαμή περιλαίφει τη ρόγα του μαστού, πράγμα που δεν αντέχει να το πράξει η ίδια η μάνα, και έτσι την αποστρέφεται το βρέφος. Το βρέφος αυτό λέγεται γαλοκαμμένο.

αμετάλαβη, η, η έγκυος που απέβαλε απαγορεύεται να κοινωνήσει των αγράντων μυστηρίων. Ο ιερέας της επιρρίπτει ευθύνη και της βάζει «Κανόνα» (ηθική τιμωρία) να μην κοινωνήσει για ένα χρόνο.

αμίλητο νερό, το, νερό που φέρνει από τη βρύση η μαμή στο στόμα της χωρίς να μιλήσει στο δρόμο. Το ρίχνει επάνω στον κόρφο της επιτόκου με την ευχή να ευκολογεννήσει και να βγει το παιδί σαν το νερό. Λέγεται και «το ανάχεργο νερό της μαμής».

αμπενοκλάδι, το, 1) η αναφυλαξία του

νεογνού και βρέφους, 2) το φυτό αριστολοχία, που θεραπεύει την πάθηση αυτή. **αμπόδεμα, το**, η ορχιπέδη, το μαγικό δέσιμο του γαμπρού, ώστε να μην κατορθώσει να συνουσιασθεί με τη νύφη την πρώτη νύχτα του γάμου. Λέγεται και δέμα ή δέσιμο. Συνήθως η μαμή είναι ξαμποδέστρα και λύνει το αμπόδεμα, δηλαδή την ψυχική ανικανότητα του γαμπρού, με μαγικές πράξεις. Συνήθως του δίνει να φάει αμποδεμόπιτα (είδος αλμυροκουλούρας).

αμυγδαλόαδο, το, αλοιφή για να φύγουν οι πανάδες της λεχώνας. Η μαμή το χρησιμοποιεί επίσης για καθαρτικό στο νεογέννητο, για να αποβάλει το μηκώνιο.

αμφόψυχη, η, η έγκυος γυναίκα.

αναβρυάδες, οι, οι τόποι που αναβρύζουν άφθονα νερά. Εκεί συνοδεύει η μαμή όσες λεχώνες δεν έχουν γάλα, για να κατεβάσουν.

αναγαλατσιάζω, όταν το βρέφος έχει μικρή αναγωγή γάλακτος.

αναγιαλλιάζω, χαίρω, αγαλλιώ, σκιρτώ από χαρά. Όταν η μαμή φέρει στον κόσμο γερό παιδί χορεύει και λέει κρατώντας το με ευτυχία: «Χαίρε γή, αγάλου, καινούργια πόδια θα σε πατήσουν» (ιδίως αν είναι αγόρι) και φιλοδωρείται από τον πατέρα.

αναγούλα, η, ο εμετός και η τάση για εμετό της εγκύου.

ανάδεμα, το, το βύζαγμα του νεογνού, που έχει χάσει τη μητέρα του στον τοκετό, από άλλη θηλάζουσα μάνα (τη βυζιάστρα, την οποία παρακαλεί η μαμή να κάνει αυτό το ψυχικό).

αναζώ, σκιρτώ. Όταν για πρώτη φορά η μάνα ακούει το παιδί και το αισθάνεται να κουνιέται μέσα στη μήτρα: «Ανάζησε το παιδί = σκίρτησε».

Αναλήψεως ζώνη, η, η μονοημερίτικη ζώνη από μαλλί προβάτου, που ζώνει η μαμή την επίτοκο για ευτοκία.

ανάμοιρο, το, το παιδί χωρίς μοίρα, όταν χάνει τη μάνα του στον τοκετό ή στη λοχεία.

αναπαψίδια, τα, οι κρίκοι που τους κρεμούσαν από το πατερό και περνούσαν από μέσα τους οι στείρες μετά τη συνουσία, για να βοηθηθούν να πιάσουν παιδί. Συνήθως τις είχε και τις δάνειζε η μαμή. Λέγονται και πιανόλες ή γαμιόλες.

αναπαψίματα, τα, τα κόλλυβα σε πεθαμένη λεχώνα το Ψυχοσάββατο της Πεντηκοστής.

αναποδιασμένη, η, η ημέρα Τρίτη. Οι έγκυες δεν κάνουν καμιά εργασία για να μην έρθει ανάποδα το παιδί στη γέννα.

αναράδιαστο, το, το αβάφτιστο βρέφος, αυτό που γεννήθηκε νεκρό. Είναι χαμένη ψυχή και δεν του διαβάζουν τις «αράδες».

ανασόνι, το, το αραιό ύφασμα (τουλουπάνι) με λίγο λουκούμι, το οποίο δίνει η μαμή στο βρέφος να το θηλάσει μέχρι να κατεβάσει γάλα η μάνα του.

ανάστα, η, η ανάνηψη του νεογνού από τη μαμή, μετά από δύσκολο τοκετό.

αναστοβότανο, το, μαγικό βότανο, που θεραπεύει τις μελαγχολικές κοπέλες που έπαθαν από αγάπη. Είναι ένα από τα μυστικά βότανα της γριάς Μπάμπως.

ανατριχίλα, η, η φρικίαση με πυρετό στην επιλόχειο λοίμωξη.

ανατροφή, η, η ανάθρεψη των τέκνων. Λέγεται και θρέμμα. Η μαμή παραδίνοντας το μωρό στη μάνα του ευχόταν: «Καλά θρέμματα. Σου δίνω παιδί-αρνί».

ανατροφούδι, το, το παιδί που παραδίνει η μαμή στη γιαγιά για να το αναθρέψει, όταν πεθάνει η μάνα του στον τοκετό ή στη λοχεία.

ανδρειωμένος, ο, το παιδί που γεννιέται με ουρά (διασπηματομυελία). Το γεγονός διαλαλεί η μαμή μαζί με τη μάνα του στα τρίστρατα, στους λόγγους και στα βουνά. Το βαφτίζει η μαμή σε σπηλαιώδη εκκλησία (κρυφοβάπτισμα) και το ονομάζει Σπήλιο. Παλιά τα σπήλιωναν και τα

άφηναν να πεθάνουν μέσα στο σπήλαιο αν η κατάστασή τους ήταν σοβαρή.

ανεβαλλούσα, η, 1) η επιτυχημένη μαμή, όταν της ζούν όλα τα παιδιά στη γέννα, 2) η πολυτόκος μάνα.

ανεβασούρα, η, το άσθμα, η δύσπνοια σε επιπλοκές της λοχείας. Είναι σοβαρό σύμπτωμα της επιλόχειας λοίμωξης.

ανεβασταχτήρας, ο, ο κρατητήρας. Κόκκινη ημιπολύτιμη πέτρα, που κρεμούν οι έγκυες στο λαιμό τους για να μην αποβάλουν. Συνήθως τη χαρίζει ή τη δανείζει η μαμή στην έγκυο. Λέγεται και «αιματοστάτης», γιατί πιστεύουν ότι σταματάει την αιμορραγία της εγκύου και συγκρατεί το έμβρυο.

ανέγγιαχτη, η, η παρθένος κόρη.

ανεκούρκουδα, η θέση και στάση της εγκύου κατά τον τοκετό, ημικαθιστή.

ανεμόγαλα, το, το σφυριδωμένο από μαστίδα ή απόστημα του μαστού γάλα. Είναι κοκκινωπό και ακατάλληλο για το βρέφος. Επίσης ανεμόγαλα λέγεται το πικρόχολο γάλα, που βγάζει η λεχώνα όταν χάσει το παιδί της στον τοκετό. Το πετάει συνήθως η μαμή σε απάτητο μέρος.

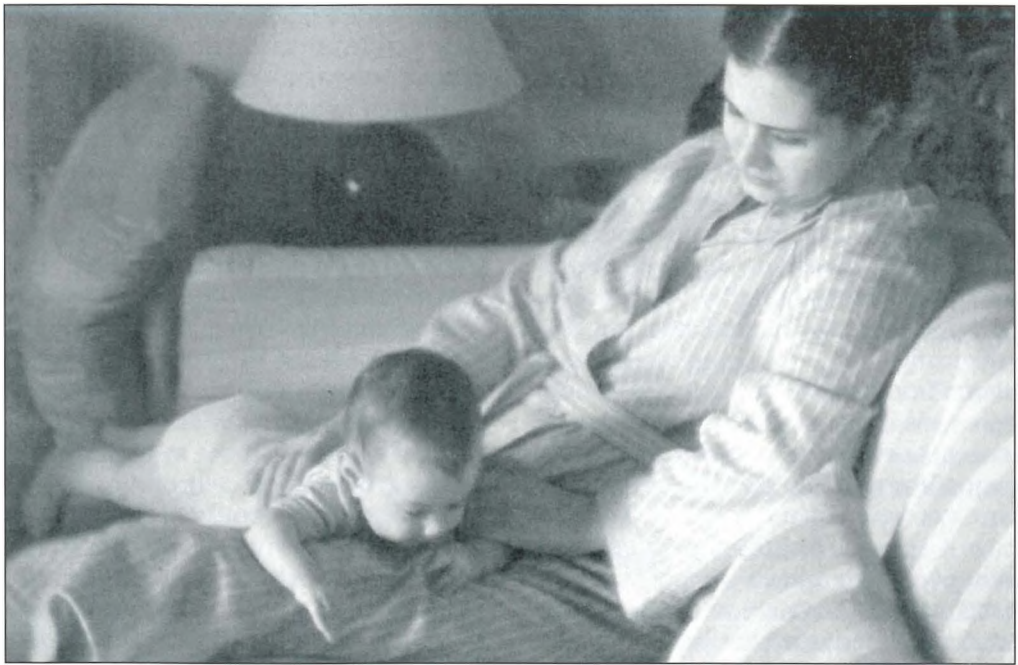
ανέμισμα, το, το σκίρτημα του εμβρύου στον τέταρτο μήνα της εγκυμοσύνης. «Αν είναι αγόρι ανεμίζεται νωρίς, αν είναι κορίτσι αργεί».

ανεμογκάστρι, το, η ψευδοκύηση, η κατά φαντασίαν εγκυμοσύνη.

ανεμολίθαρο, το, πολύχρωμη ημιπολύτιμη πέτρα, που κρεμούν στο λαιμό τους οι λεχώνες για να κατεβάσουν γάλα και να μη το χάσουν.

ανεμοπύρωμα, το, ο ερυσίπελας των εγκύων. Λέγεται και αχαμνό ή ρουσουμπιλή ή πυρό. Η μαμή βάζει σκόνη από αχαμοχόρτι για να μην αποβάλει η γυναίκα, το «φοβερίζει» με πυρωμένο σίδερο ή το ξορκίζει με κόκκινο πανί.

ανεμοστρόβιλος, ο, αν μια έγκυος πέσει μέσα σε ανεμοστρόβιλο την πηγαίνουν στη γριά Μπάμπω και την ξορκίζει,



για να μην πάθει αυτή και το παιδί της, γιατί πιστεύουν ότι μέσα στον ανεμοστρόβιλο κατοικεί ο Σατανάς.

ανεμοσύρισμα, το, ο θάνατος του βρέφους ή παιδιού από αερικά, «απ' έξω από δω». (Προσωποποίηση της μηνιγγίτιδας και εγκεφαλίτιδας).

ανέπλερο, το, (ή άπλερο), το πρόωρο νεογνό.

ανεσήκωμα, το, όταν η λεχώνα σηκώνεται από το κρεβάτι, συνήθως στις εννέα ημέρες. «Στις εννιά, για νάναι πάντα νιά». Οι πολύ φτωχές σηκώνονται την τρίτη ημέρα.

Ανεστημένα, τα, τα βρέφη που τα χορεύουν και τα ταχταρίζουν 40 ημέρες μετά την Ανάσταση, για να αναστηθούν ψυχικά και σωματικά.

ανέσωστο, το, το πρόωρο νεογνό, το άκαιρο.

ανέτριχα, ανάποδα. Στη συμφόρηση του

μαστού από μαστίτιδα, η μαμή συμβούλευε τη μάνα και έβαζε το παιδί να θηλάσει ανέτριχα (ανάποδα), για να ελευθερωθούν οι γαλακτοφόροι πόροι (τρίχα = πηγμένο γάλα στον πόρο). Ανέτριχα σημαίνει: όταν βυζαίνει η μάνα με το δεξί βυζί, το κεφάλι του βρέφους πηγαίνει αριστερά και τα πόδια του δεξιά. Το παιδί με τον τρόπο αυτό δεν μπορεί να κοιτάξει τη μάνα του, η οποία πονάει κατά το θηλασμό.

ανθρωπάκι, το, το ασημένιο ή χρυσό ομοίωμα βρέφους ή παιδιού, συνήθως τάμα της λεχώνας σε Άγιο.

ανθρωπέυω, ανατρέφω το παιδί με καλούς τρόπους, ευπρέπεια και κοσμιότητα, για να γίνει καλός άνθρωπος. «Καλό ανθρώπευμα»: Ευχή της μαμής όταν παραδίνει το παιδί στη μάνα.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

Όταν εκεί επάνω ... (Διάλογος με την Ειλείθια)

Νίκου Α. Παπανικολάου, Ομότιμου Καθηγητή Μαιευτικής – Γυναικολογίας.

(Συνέχεια από το προηγούμενο)

ΠΑΡΑΞΕΝΟΙ ΤΟΚΕΤΟΙ

Γένες της Γαίας

Αφού ευχαρίστησα την Ελευθώ για όσα μου είπε πάνω στη δική της δραστηριότητα και αφού τη συγχάρηκα γι' αυτή, θέλησα να πληροφορηθώ για κάποιους «παράξενους» τοκετούς, στους οποίους μπορεί αυτή να μη βοήθησε, αλλά αξίζει να αναφερθούν. Ξεκινήσαμε από την πρώτη γέννα, τη γέννα της Γαίας, γιατί απ' αυτή ξεκίνησε ο κόσμος. Μ' απάντησε:

– Όπως καταλαβαίνεις, ο κόσμος δεν μπορούσε παρά να ξεκινήσει από μια γυναίκα και από τη γέννα της. Η γυναίκα αυτή ήταν η Γαία ή Γή, που χωρίς ερωτικό πόθο, έσμιξε με τον Έρωτα και από την ένωσή τους γεννήθηκε ο Ουρανός και ο Πόντος.

– Μετά τη γέννηση δύο αρσενικών πώς συνεχίστηκε η γέννηση άλλων;

– Η Γαία πήρε το σπέρμα του γιού της Ουρανού και αυτογονιμοποιήθηκε. Από αυτή τη «σπερματέγχυση» απέκτησε τους Τιτάνες, δηλαδή τον Ωκεανό, τον Κοίο, τον Κρείο, τον Υπερίωνα, τον Ιαπετό και τον Κρόνο, τις Τιτανίδες, δηλαδή την Τηθύ, τη Θεία, τη Μνημοσύνη, τη Φοίβη και τη Ρέα, τους Εκατόγχειρες, δηλαδή τον Αιγαίωνα, τον Βριάριο, τον Κόττο και τον Γύγη. Τους ονόμασε έτσι,

γιατί είχαν εκατό χέρια και πενήντα κεφάλια.

Αλλά η Γαία δεν χρησιμοποίησε μόνο το σπέρμα του γιού της Ουρανού, χρησιμοποίησε και το σπέρμα του άλλου γιού της, του Πόντου, και απέκτησε τον Νηρέα, τον Θαύμαντα, τον Φόρκυ και την Κητώ.

– Νάτες λοιπόν οι πρώτες σπερματέγχυσεις με τη χρησιμοποίηση σπέρματος γιών!

– Φαίνεται, πώς και άλλους τρόπους γονιμοποίησης είχε η Γαία, γιατί, εκτός από τα παραπάνω παιδιά, γέννησε και τους αυτόχθονες γενάρχες των Ελλήνων, δηλαδή τον Πελασγό, τον Κέκροπα, τον Εριχθόνιο. Παιδιά της ήταν και τέρατα, όπως οι Σειρήνες, η Έχιδνα, η Χάρυβδη, ο Πύθωνας και άλλα.

– Τώρα κατάλαβα γιατί η Γαία, με τη γονιμοποιητική ικανότητα που είχε, καθιερώθηκε στη συνείδηση των ανθρώπων σαν «Παμμήτηρ». Αλλά, κοντά στους Τιτάνες, αναφέρονται και οι Γίγαντες. Αυτοί πώς γεννήθηκαν;

– Αν οι Τιτάνες γεννήθηκαν με σπερματέγχυση οι Γίγαντες γεννήθηκαν με «αιματέγχυση».

– Δηλαδή;

– Ο Κρόνος, γιός του Ουρανού και της Γαίας, όπως σου είπα, έκοψε τα γεννητικά όργανα του πατέρα του. Οι σταγόνες του αίματος, που χύθηκαν, έπεσαν στην Παλλήνη της Χαλκιδικής, στην Κασσάν-

δρα, και μάλιστα στη Φλέγρα. Από τις σταγόνες γεννήθηκαν οι Γίγαντες, δηλαδή ο Αλκυονέας, ο δυνατότερος απ' όλους, ο Πορφυρίονας, ο Εφιάλτης, ο Εύρυτος, ο Κλυτιός, ο Μίμαντας, ο Εγκέλαδος, ο Πάλλαντας, ο Πολυβώτης, ο Ιππόλυτος, ο Γρατίωνος, ο Άγριος, ο Θόωνας και άλλοι. Βασιλιάς των Γιγάντων ήταν ο Ευρυμέδοντας.

– Οι Ερινύες και οι Νύμφες, πώς γεννήθηκαν;

– Πάλι από αίμα των γεννητικών οργάνων του Ουρανού. Τις Ερινύες τις λέγανε και Ευμενίδες, δηλαδή καλοπροαίρετες. Ήταν σαν τις Μοίρες. Γνωστότερες ήταν η Αλκητώ, η Τεισιφώνη και η Μέγαιρα. Οι Νύμφες κατοικούσαν στα δάση και στα νερά και συχνά ήταν ακόλουθες κάποιας θεάς. Υπήρχαν πολλών κατηγοριών, όπως οι Μελιάδες, δηλαδή των δέντρων και των μελιών, που ήταν και οι μεγαλύτερες, οι Ναϊάδες, των πηγών και των νερών, οι Νηρηίδες της ήρεμης θάλασσας, οι Ορεάδες των βουνών, οι Αλσιίδες των αλσών και άλλες.

Γέννηση Δία

Ρώτησα ύστερα την Ελευθώ για τη γέννηση του Δία.

– Και η γέννηση του πατέρα σου, του «νεφεληγερέτη» Δία, νομίζω πως έχει ενδιαφέρον.

– Ο πατέρας μου γεννήθηκε στο όρος Ίδη της Κρήτης, από τη μάνα του τη Ρέα, ύστερα από περιπέτειές της. Ο παππούς μου ο Κρόνος φοβόταν, πως ο διάδοχός του θα τον εκθρονίσει, γι' αυτό κάθε φορά, που γεννούσε η Ρέα, αυτός κατάπινε τα παιδιά. Έτσι, είχε καταπιεί με τη σειρά τα πέντε πρώτα, δηλαδή την Εστία, τον Πλούτωνα, τον Ποσειδώνα, τη Δήμητρα και τη μητέρα μου την Ήρα. Στην έκτη εγκυμοσύνη της η γιαγιά μου, που

επιθυμούσε πολύ να νιώσει τη χαρά της μητρότητας, αποφάσισε να ξεγελάσει τον Κρόνο. Του έδωσε μια σπαργανωμένη πέτρα να την καταπιεί αντί για το νεογέννητο, που ήταν ο πατέρας μου. Ύστερα από τη γέννα της, έπλυσε το παιδί της στον ποταμό Νέδα και το παρέδωσε στην προγιαγιά μου τη Γαία. Αυτή, το έκρυψε σε σπηλιά της πόλης Λύκτο της Κρήτης, όπου το ανάθρεψαν οι κόρες του Μελισσέα, βασιλιά της Κρήτης, η Αμάλθεια και η Μέλισσα, που ήταν Νύμφες και οι Κουρήτες, που ήταν διαβολικές μορφές. Η Αμάλθεια, για να μη μπορέσει ο πατέρας του να βρεί το Δία, τον κρέμασε σε κούνια πάνω σ' ένα δέντρο. Έτσι δεν θα τον έβρισκε, ούτε στη γή, ούτε στον ουρανό, ούτε στη θάλασσα. Οι Κουρήτες χόρευαν γύρω από την κούνια του και χτύπαγαν δυνατά τις χάλκινες ασπίδες τους κάθε φορά ο μικρός Δίας έκλαιγε, για να μην ακούσει το κλάμα του ο Κρόνος.

Τον πατέρα μου τον θήλαζε μια κασίκα. Όταν αργότερα έγινε βασιλιάς του Ολύμπου τη θυμήθηκε και την έκανε λαμπερό αστέρι στον ουρανό. Το δέρμα της το έκανε ασπίδα, την περίφημη «αιγίδα», που τη χρησιμοποίησε στον πόλεμο με τους Τιτάνες και το κέρατό της το χάρισε στην Αμάλθεια, για να της προσφέρει άφθονα αγαθά. Είναι το γνωστό «κέρας της Αμάλθειας». Μερικοί συγχέουν την κασίκα με την Αμάλθεια. Θέλουν, δηλαδή, να πούν, πως και την κασίκα τη λέγανε Αμάλθεια.

– Η Κνωσός δεν έχει κάποια σχέση με τη γέννηση του πατέρα σου;

– Έχει. Λένε, πως κοντά στην Κνωσό και σε μια θέση, που λέγεται Ομφάλιον, έκοψαν τον ομφάλιο λώρο του νεογέννητου πατέρα μου.

– Αυτή ήταν η τύχη του πατέρα σου, του Δία. Η τύχη των αδελφών του στο στομάχι του παππού σου ποιά ήταν;

– Όταν μεγάλωσε ο πατέρας μου και ανδρώθηκε, ύστερα από συμβουλή της Τιτανίδας Μήτιδας, πήγε και συνάντησε τη μητέρα του τη Ρέα και της ζήτησε να γίνει οινοχόος κρυφά. Η μητέρα του τον βοήθησε και η Μήτιδα του έδωσε εμετικό φάρμακο, που ο Δίας το έριξε μέσα στο νέκταρ του Κρόνου. Τότε, ο Κρόνος έκανε εμετό, έβγαλε τα πέντε αδέρφια του Δία, που είχε καταπιεί και που στο χρονικό διάστημα, που πέρασε, ήταν ώριμα και τα αγόρια έτοιμα για πόλεμο. Ζήτησαν από το Δία να τους οδηγήσει ενάντια στον πατέρα τους και τους Τιτάνες με αρχηγό τον Άτλαντα.

– Μαζί με τα αδέρφια του πατέρα σου ασφαλώς ο Κρόνος θα έβγαλε και την πέτρα που κατάπιε.

– Την έβγαλε και αυτή και την παρέδωσε στο Μαντείο των Δελφών για προσκύνημα.

Γέννηση Αθηνάς

– Άλλη, παράξενη γέννα Ελευθώ, ήταν της αδελφής σου από πατέρα, της Αθηνάς.

– Ήταν, πραγματικά, περίεργη. Όταν μετά την ήττα των Τιτάνων ο πατέρας μου έγινε κυβερνήτης των θεών του Ολύμπου, έσμιξε με τη θεά της φρόνησης, τη Μήτιδα, που ήταν κόρη του Ωκεανού και της Τηθύος. Ήταν αυτή, που του έδωσε το εμετικό για να γεννηθούν τα αδέρφια του. Ο παππούς του, ο Ουρανός, και η γιαγιά του, η Γαία, του είπαν, πως μετά το κορίτσι, που θα γεννηθεί από τη Μήτιδα, θα γεννηθεί και ένα αγόρι, που θα του πάρει την εξουσία.

Ο πατέρας μου τότε κατάπιε τη Μήτιδα και την κράτησε μέσα του εννιά μήνες. Τότε, είπε στον αδερφό μου από τη μητέρα μου και όχι από τον πατέρα μου, τον Ήφαιστο, να του σχίσει το κεφάλι με

μια τσεκουριά. Μέσα από την τσεκουριά πετάχτηκε πάνοπλη η Αθηνά βγάζοντας πολεμική κραυγή, που ακούστηκε σε γή και ουρανό.

Γέννηση Αφροδίτης

Μέχρι τώρα ανταμώνσαμε γέννες ύστερα από αυτοσπερματέγχυση και αιματέγχυση. Αναφερθήκαμε σε στομαχογέννηση και κεφαλογέννηση.

– Έχουμε άλλη περίεργη γέννηση Ελευθώ;

– Έχουμε και αφρογέννηση.

– Δηλαδή;

– Θυμάσαι όταν μιλήσαμε για τη γέννηση των Γιγάντων, πως αυτοί γεννήθηκαν από το αίμα των κομμένων γεννητικών οργάνων του Ουρανού από τον γιό του τον Κρόνο;

– Ναι, και πώς από τις ίδιες σταγόνες αίματος γεννήθηκαν οι Ερινύες και οι Νύμφες.

– Όταν, λοιπόν, ο Κρόνος έκοψε τα γεννητικά όργανα του πατέρα του, τα πέταξε στη θάλασσα. Για πολύ καιρό έπλεαν στα κύματα και γύρω τους μαζεύτηκε άσπρος αφρός, απ' τον οποίο γεννήθηκε μια παρθένα, που, επειδή βγήκε από τους αφρούς, την ονόμασαν Αφροδίτη. Όταν γεννήθηκε, κολύπησε προς τα Κύθηρα, γι' αυτό την ονόμασαν «Κυθήρεια» και, επειδή πρώτα πάτησε τη στεριά της Κύπρου, την ονόμασαν και «Κύπρι».

Η Αφροδίτη ήταν η θεά της ομορφιάς και του έρωτα, προσωποποίηση της γενετήσιας ορμής και της γονιμότητας. Ενέπνεε τον πόθο για συνουσία ακόμα και στα άγρια ζώα, ιδιαίτερα στον τράγο, στα πτηνά, στα κουνέλια και στα στρουθία. Στους ανθρώπους ενέπνεε έρωτα με το μαγικό της «κεστό», δηλαδή με ένα πλατύ κεντημένο λουρί, που φορούσε στο στήθος της.

Γέννηση Διόνυσου

Υπάρχει και ένας διπλογεννημένος θεός. Τον θυμήθηκα και ζήτησα να μάθω σχετικά.

– Διπλογεννημένος και «μηρογεννημένος». Ήταν ο Διόνυσος, εξώγαμο παιδί του πατέρα μου με τη Σεμέλη, κόρη του Κάδμου, βασιλιά της Θήβας, και της Αρμονίας. Όταν έμεινε έγκυος η Σεμέλη, η μητέρα μου, για να την εκδικηθεί, μεταμορφώθηκε σε τροφό, πλησίασε τη Σεμέλη και τη συμβούλεψε να ζητήσει από το Δία να εμφανιστεί μπροστά της σ' όλο του το μεγαλείο, μ' όλη του τη βασιλική μεγαλοπρέπεια.

Ο πατέρας μου πραγματοποίησε την επιθυμία της αγαπημένης του Σεμέλης και εμφανίστηκε μέσα σε τέτοιες βροντές και τέτοιους κεραυνούς, που η Σεμέλη έπεσε κεραυνόπληκτη. Η μάνα μου πέτυχε το σκοπό της, αλλά ο πατέρας μου έδωσε αμέσως εντολή στον αδελφό μου από άλλη μάνα, τον Ερμή, ν' ανοίξει αμέσως την κοιλιά της Σεμέλης και να βγάλει το εφταμηνίτικο έμβρυο.

– Δηλαδή, ο Ερμής ήταν αυτός, που εκτέλεσε για πρώτη φορά καισαρική τομή;

– Νομίζω, πως πρέπει να του αναγνωριστεί αυτή η πρωτιά. Όταν βγήκε από την κοιλιά της Σεμέλης το εφταμηνίτικο μωρό, για να μη χαθεί από την προωρότητά του, ο πατέρας μου το έκλεισε μέσα στο μηρό του και, όταν συμπληρώθηκε ο χρόνος της εγκυμοσύνης, τον άνοιξε και έβγαλε το Διόνυσο. Επειδή δύο μήνες τους πέρασε μέσα στο μηρό του πατέρα μου, τον έβγαλαν «μηροτραφή».

Τον για δεύτερη φορά γεννημένο Διόνυσο, ο πατέρας μου τον παρέδωσε στον Ερμή και αυτός στις Νύμφες της Νύσας, που ήταν ένα βουνό με πολλές πηγές και

πυκνά δάση. Εκεί, όταν μεγάλωσε, δίδαξε στους ανθρώπους την καλλιέργεια του αμπελιού.

Γέννηση Ήφαιστου

Επειδή ο Δίας γέννησε την Αθηνά από μόνος του με τσεκουριά στο κεφάλι, η γυναίκα του η Ήρα θέλησε να τον μιμηθεί. Γέννησε κι αυτή από μόνη της, δηλαδή χωρίς άντρα, κάποιο θεό. Ρώτησα την Ελευθώ αν πράγματι συνέβηκε αυτό.

– Ναι, γέννησε τον Ήφαιστο. Η αλήθεια είναι πως η μητέρα μου, οργισμένη από τις απιστίες του πατέρα μου και ενοχλημένη από το γεγονός πως από μόνος του ο πατέρας μου γέννησε την Αθηνά, θέλησε και αυτή να γεννήσει χωρίς τη μεσολάβηση άντρα. Άλλωστε αυτή ήταν προστάτισσα του γάμου και ποτέ δεν θ' αποκτούσε ένα εξώγαμο παιδί. Αυτή η αυτογονιμοποίηση δεν της βγήκε σε καλό, γιατί το παιδί, που γεννήθηκε, ήταν κουτσό και άσχημο τόσο, που ανάγκασε τη μητέρα μου να το πετάξει στη θάλασσα. Μια κόρη του θαλασσινού γέροντα του Νηρέα, η Θέτιδα, περιμάζεψε τον Ήφαιστο και τον ανάθρεψε.

Για να εκδικηθεί τη μητέρα του και μητέρα μου ο Ήφαιστος γι' αυτό που του έκανε, όταν μεγάλωσε, της έφτιαξε ένα θρόνο και της τον έστειλε. Μόλις αυτή κάθισε πάνω του, δέθηκε χειροπόδαρα. Ο Διόνυσος, τότε, κατάφερε να μεθύσει τον Ήφαιστο και να τον βάλει να λύσει τη μητέρα μας. Έτσι, συμφιλιώθηκαν και αργότερα, στον Τρωϊκό πόλεμο, συνεργάστηκαν στο πλευρό του Αχιλλέα. Η αγάπη της μάνας μου για τον Ήφαιστο εξόργιζε τον πατέρα μου.

Γέννηση Πανδώρας

Μπορεί ο Ήφαιστος να εξόργιζε το Δία όμως αυτό δεν τον εμπόδισε να αναθέ-

σει στον Ήφαιστο τη γέννηση της Πανδώρας, άλλη περιέργη γέννηση αυτή, για την οποία μου είπε η Ελευθώ.

– Η αλήθεια είναι πως ο πατέρας μου στο πρόσωπο του Προμηθέα, που έκλεψε την ουράνια φωτιά, θέλησε να τιμωρήσει το ανθρώπινο γένος. Έδωσε λοιπόν εντολή στον Ήφαιστο να πλάσει μια γυναίκα από πηλό και νερό. Αφού την έπλασε, οι θεές τη στόλισαν μ' όλες τις χάρες. Ο Ερμής την πρόσφερε για σύζυγο στον Προμηθέα, αλλά αυτός αρνήθηκε. Τότε την έδωσε στους ανθρώπους, για να τους διδάξει αριθμηση, αλφάβητο, μαντική, ιατρική, μεταλλουργία κ.λπ. Την Πανδώρα την ερωτεύτηκε ο αδελφός του Προμηθέα, ο Επιμηθέας, πάλι ύστερα από σύσταση του Ερμή.

Η νεόνυμφη Πανδώρα είχε μαζί της τα γαμήλια δώρα της και ανάμεσα σ' αυτά μια «πυξίδα», δηλαδή ένα δοχείο ή ένα πίθο, που περιείχε όλα τα δεινά των ανθρώπων. Μόλις το άνοιξε η Πανδώρα χύθηκαν όλα τα φτερωτά δεινά. Τότε, ο Επιμηθέας, έσπευσε να κλείσει το δοχείο και μόλις πρόφτασε να μείνει μέσα σ' αυτό μόνο ένα αγαθό, η ελπίδα.

Γέννηση Εριχθόνιου

Τον Ήφαιστο τον συνδέουν και με μια άλλη γέννηση, τη γέννηση ενός τέρατος. Ενδιαφέρθηκα γι' αυτό και μ' απάντησε:

– Ο Εριχθόνιος, που ήταν από τη μέση και πάνω άνθρωπος και από τη μέση και κάτω φίδι, όπως και ο Κέκροπας. Δεν μπορώ να πιστέψω, πως είναι αλήθεια, γιατί ο Εριχθόνιος ήταν βασιλιάς της Αθήνας, μετά τον Αμφικτύονα. Δεν μπορώ να φανταστώ ένα βασιλιά-τέρας.

Όσο για τη συμβολή του Ήφαιστου στη γέννησή του έχω να σου πω, πως κάποια μέρα η Αθηνά επισκέφτηκε τον Ήφαιστο στο εργαστήρι του να της φτιά-

ξει τα όπλα της, γιατί ήταν μεταλλουργός. Την εποχή εκείνη ο Ήφαιστος ζούσε μόνος του, γιατί τον εγκατέλειψε η γυναίκα του η Αφροδίτη. Μόλις είδε την Αθηνά, όρμησε να τη βιάσει. Η Αθηνά, που ήθελε να κρατήσει την παρθενιά της, και που αισθανόταν αποστροφή για τον κουτσό και άσχημο Ήφαιστο, αντιστάθηκε με το δόρυ της και αυτός, φλεγόμενος από ερωτικό πάθος, δεν μπόρεσε να κρατηθεί και εκσπερμάτωσε. Μέρος του σπέρματος έπεσε πάνω στο πόδι της Αθηνάς, που με αηδία το καθάρισε με μια τούφα από τα μαλλιά της. Την τούφα την πέταξε στη γή. Η γή γονιμοποιήθηκε από το πεταμένο σπέρμα του Ήφαιστου και γέννησε τον Εριχθόνιο. Το όνομά του το πήρε από το έριο, που σημαίνει μαλλί και το χθων, που σημαίνει γή.

– Ποιά ήταν η τύχη του Εριχθόνιου;

– Παρά την αηδία, που ένιωσε για την πράξη του Ήφαιστου η Αθηνά, πήρε τον μικρό Εριχθόνιο και τον μεγάλωνε μακριά από τους άλλους. Τον έβαλε μαζί με δυο φίδια σ' ένα κιβώτιο και το παρέδωσε στις κόρες του Κέκροπα, βασιλιά της Αττικής, να τον φυλάνε χωρίς να ανοίξουν το κουτί, μέχρι τότε που αυτή θα το ζητήσει. Ήθελε να πάει στην Πελλήνη, για να μεταφέρει ένα βουνό, να το βάλει μπροστά στην Ακρόπολη για προφύλαξη. Από τις τρεις κόρες του Κέκροπα, την Πάνδροσο, την Άγραυλο και την Έρση, η Πάνδροσος υπάκουσε την εντολή της Αθηνάς, ενώ οι άλλες δύο όχι, γι' αυτό άνοιξαν από περιέργεια το κουτί, είδαν το μωρό τυλιγμένο με τα φίδια, φοβήθηκαν μέχρι τρέλας και έπεσαν από τα τείχη της Ακρόπολης. Λένε, πως η Αθηνά τις τρέλανε επειδή άνοιξαν το κιβώτιο. Άλλοι, λένε, πως πέθαναν από δάγκωμα των φιδιών.

Γυρίζοντας η Αθηνά από την Πελλήνη φορτωμένη το βουνό, έμαθε από μια κου-

ρούνα για την περιέργεια των θυγατέρων του Κέκροπα και το άνοιγμα του κιβώτιου και από το θυμό της πέταξε το βουνό, που κρατούσε. Το βουνό αυτό είναι ο σημερινός Λυκαβηττός. Την κουρούνα, που της μετέφερε το δυσάρεστο μήνυμα, την καταράστηκε να μη πλησιάσει ποτέ την Ακρόπολη, γι' αυτό, ανάμεσα στην Ακρόπολη και το Λυκαβηττό, δεν υπάρχουν κουρούνες.

-Τί απέγινε το μωρό;

- Το πήρε η Αθηνά και το έκλεισε πάνω στο ναό της Ακρόπολης, που ονομάστηκε Ερέχθειο. Εκεί μεγάλωσε ο Εριχθόνιος και αργότερα έδωξε από το θρόνο τον βασιλιά Αμφικτύονα και έγινε βασιλιάς της Αθήνας. Αυτός έστησε άγαλμα της Αθηνάς πάνω στην Ακρόπολη και εγκαινίασε τα Παναθήναια.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

Συνέδρια - Ανακοινώσεις

Τέταρτες Ευρωπαϊκές Ημέρες

«Γέννηση και Μέλλον»

«Η πρόσβαση στη γονεϊκότητα της ευάλωτης οικογένειας:

Παράγοντας αποκλεισμού ή ένταξης;

Διεπιστημονικές προσεγγίσεις»

17, 18, 19 Μαΐου 1997

Συμπόσιο που πραγματοποιείται από το

Ίδρυμα Ερευνών για το Παιδί «Σπύρος Δοξιάδης».

Χώρος: Εκπαιδευτικό Κέντρο Κτηματικής Τράπεζας,

Λεωφ. Βασιλέως Γεωργίου Α' 41-43, Γλυφάδα, Τηλ.: 89.82.851-1

Τελικά, ποιοί δουλεύουν;

ΑΝΩΝΥΜΟΣ στατιστικόλογος υπενθυμίζει το πόρισμα έρευνας για την παραγωγικότητα. Ιδού:

«Συνολικός πληθυσμός της χώρας: άτομα 9.000.000.

ΜΕΙΟΝ άτομα με ηλικία άνω των 65 χρόνων: 2.500.000.

Απομένουν να εργαστούν: άτομα 6.500.000.

ΜΕΙΟΝ άτομα με ηλικία μικρότερη των 18 χρόνων: 3.500.000.

Απομένουν να εργαστούν: άτομα 3.000.000

ΜΕΙΟΝ δημόσιοι υπάλληλοι: 1.511.000.

Απομένουν να εργαστούν: άτομα 1.489.000.

ΜΕΙΟΝ στρατιωτικοί, κληρικοί και λοιποί: άτομα 500.000.

Απομένουν να εργαστούν: άτομα 989.000.

ΜΕΙΟΝ κυβερνητικοί και άλλοι επίσημοι: άτομα 800.000.

Απομένουν να εργαστούν: άτομα 189.000.

ΜΕΙΟΝ τεμπέληδες, που δεν επιθυμούν να εργάζονται: άτομα: 175.000.

Απομένουν να εργαστούν: άτομα 13.107.

ΜΕΙΟΝ φυλακισμένοι: άτομα 13.105.

ΑΠΟΜΕΝΟΥΝ ΝΑ ΕΡΓΑΣΤΟΥΝ : Άτομα 2.

Επομένως, εσύ και εγώ πρέπει να εργαζόμαστε σκληρά. **Ειδικά εσύ, γιατί εγώ έχω κουραστεί να τα κάνω όλα.**

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.

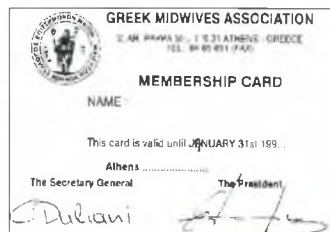
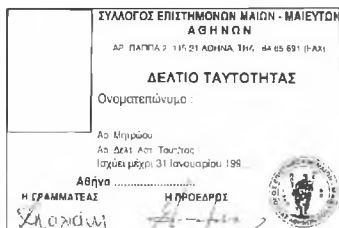
β) Εν όψει υπηρεσιακών ελέγχων της Υγειονομικής Υπηρεσίας της Νομαρχίας στην οποία ανήκει ο χώρος που εργάζεσθε, θα θέλαμε να είστε καθ' όλα εντάξει στις υποχρεώσεις σας απέναντι στο Σύλλογο, ώστε να μη βρεθούμε στην ανάγκη να επικαλεσθούμε τα προβλεπόμενα από το Νόμο.

Ελπίζουμε στη συνεργασία σας για το συμφέρον του Κλάδου.

Για το Δ.Σ.

Η Πρόεδρος
ΕΛΕΝΗ ΣΑΜΑΡΙΤΑΚΗ

Η Γραμματέας
ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΔΑΛΙΑΝΗ





*Το Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου
Επιστημόνων Μαιών – Μαιευτών Αθηνών
σας καλεί στο κόψιμο της πίτας, που θα γίνει
μαζί με την Ετήσια Τακτική Γενική Συνέλευση.
Η εκδήλωση θα γίνει στις 29 Ιανουαρίου 1997,
ημέρα Τετάρτη και ώρα 4.00 μ.μ.,
στο ξενοδοχείο «PRESIDENT».*



Χρόνια Πολλά

και Ευτυχισμένο το 1997





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 παραμείνει 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;

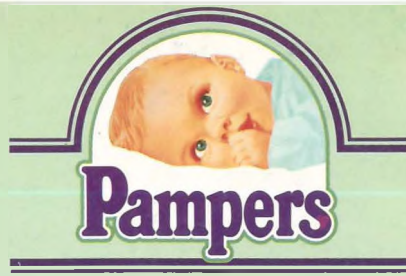
Μία πάνα πρέπει να απορροφά τα ούρα γρήγορα και να έχει ένα πυρήνα που φυλακίζει την υγρασία μακριά από το δερματάκι του μωρού. Επίσης πρέπει να έχει πλαϊνά τοιχώματα που να εμποδίζουν τη διαρροή υγρών στα ποδαράκια του μωρού σας.

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.

NEA **Pampers**
BABY-DRY PLUS

Για πιο στεγνά, πιο χαρούμενα μωρά.



ΝΕΑ ΜΩΡΟΜΑΝΤΗΛΑ



Pampers

ΤΑ ΠΙΟ ΑΠΑΛΑ ΜΩΡΟΜΑΝΤΗΛΑ, ΓΙΑ ΠΙΟ ΧΑΡΟΥΜΕΝΑ ΜΩΡΑ !