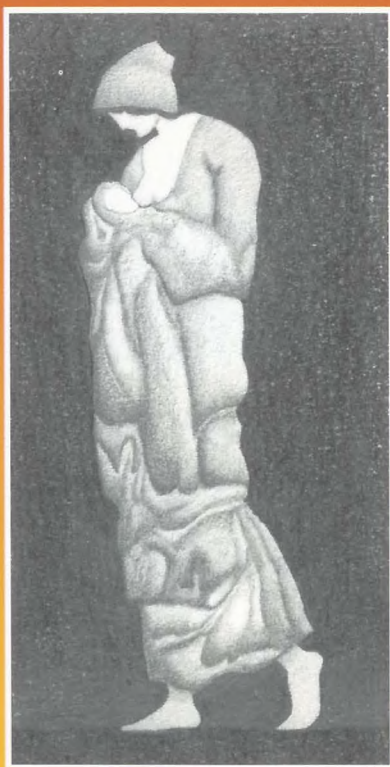




ΕΝΤΥΠΟ ΚΛΕΙΣΤΟ Αρ. Άδειας Κ.Δ.Α. 912/96  
Αρ. Πρωτ. 2 115 21 Αθήνα Τηλ. 64 65 691 (fax)

# ΕΛΕΥΘΡ

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



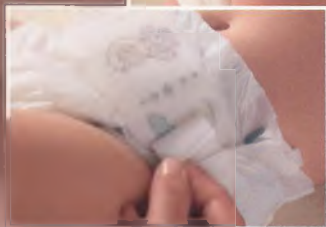
Β' ΠΕΡΙΟΔΟΣ • ΤΟΜΟΣ 2ος • ΤΕΥΧΟΣ 4ο  
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 1997

# "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.



Επόμενα καλύτερα πάνα



Pampers

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



Επόμενα καλύτερα πάνα



Pampers

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

**NEA Pampers**  
**Premiums**

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

# ΕΛΕΥΘΩ

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

Διευθύνεται από το Δ. Σ. του Συλλόγου Επιστημόνων Μαιών - Μαιευτών Αθηνών  
με τη συνεργασία των λοιπών Σ.Ε.Μ.

Ιδιοκτήτης: **Σ.Ε.Μ.Α.**, Αριστείδου Παππά 2 - 115 21 ΑΘΗΝΑ - Τηλ.: 64.65.691 (Fax)

Εκδότης: **Α. ΝΙΚΟΛΑΪΔΟΥ**, Κεφαλληνίας 47 - 112 57 ΑΘΗΝΑ

Τηλ.: 88.10.848 - Fax: 82.35.371

Υπεύθυνη κατά το νόμο: **ΕΛΕΝΗ ΣΑΜΑΡΙΤΑΚΗ**, Πρόεδρος Σ.Ε.Μ.Α.

**Β' ΠΕΡΙΟΔΟΣ - ΤΟΜΟΣ 2ος, ΤΕΥΧΟΣ 4ο, ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ - ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ - ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 1997**

### 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., τέρως Διδάκτρουσα 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 Γενική Συνέλευση του Συλλόγου ..... 136
- Μητρικός Θηλασμός - Νέα απ' όλο τον Κόσμο ..... 137
- Στη μνήμη του Κώστα Παπά ..... 143
- Παλμικό οξύμετρο: Τί είναι και πώς χρησιμοποιείται ..... 144
- Ηθικά διλήμματα του εξειδικευμένου προσωπικού στα Κέντρα Υπογονιμότητας ..... 147
- Καισαρική Τομή: Ο εύκολος τρόπος τοκετού; ..... 155
- Ο Ρόλος των Κέντρων Ψυχοπροφυλακτικής στο Ι.Κ.Α. .... 159
- Λαογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μαμής ..... 162
- Όταν εκεί επάνω! ..... 167
- Ανοιχτό Ταχυδρομείο - Οδηγίες για συγγραφείς ..... 173
- Ανακοινώσεις ..... 174

*ΣΗΜΕΙΩΣΗ:* Οι απόψεις των συγγραφέων δεν εκφράζουν απαραίτητα τις απόψεις της Συντακτικής Επιτροπής.

**ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ - ΠΑΡΑΓΩΓΗ: «ΑΚΙΔΑ» Α. ΝΙΚΟΛΑΪΔΟΥ, ΕΚΔΟΣΕΙΣ - ΓΡΑΦΙΚΕΣ ΤΕΧΝΕΣ**

Κεφαλληνίας 47 - 112 57 ΑΘΗΝΑ - Τηλ.: 88.10.848 - Fax: 82.35.371

**ΕΚΤΥΠΩΣΗ: ΔΙΟΝ. ΠΡΙΦΤΗΣ & ΥΙΟΙ Ο.Ε., Σωνιέρου 6 - 104 38 ΑΘΗΝΑ - Τηλ.: 52.32.323**

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 8ης Τακτικής Συνεδρίασης του Διοικητικού Συμβουλίου του Σ.Ε.Μ. Αθηνών της 11ης Νοεμβρίου 1997, καλούμε όλα τα μέλη του Συλλόγου στην Ετήσια Γενική Συνέλευση, που θα γίνει την 11η Φεβρουαρίου 1998, 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 18 Φεβρουαρίου 1998, στον ίδιο χώρο και την ίδια ώρα.**

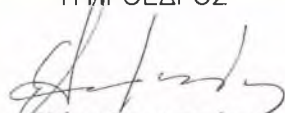
#### ΘΕΜΑΤΑ ΗΜΕΡΗΣΙΑΣ ΔΙΑΤΑΞΗΣ

1. Επικύρωση Πρακτικών Γενικής Συνέλευσης 1997.
2. Εκλογή ψηφοελεγκτριών.
3. Έκθεση πεπραγμένων Δ.Σ. κατά το έτος 1997.
4. Απολογισμός Εσόδων - Εξόδων του 1997.
5. Έκθεση Ελεγκτριών για τον οικονομικό απολογισμό του 1997.
6. Προϋπολογισμός 1998.
7. Εκλογή Ελεγκτριών για το 1998.
8. Θεσμικά - Άσκηση Επαγγέλματος - Εκπαίδευση Μαιών (Ανταλλαγή σπουδαστών - Πρόγραμμα Ευρωπαϊκό - Ερευνητικό).
9. Διεξαγωγή εκλογών για την ανάδειξη νέου Δ.Σ. του Συλλόγου.
10. Ανακοινώσεις Προέδρου.

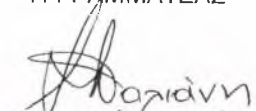
Η παρουσία όλων των συναδέλφων στην Ετήσια Τακτική Γενική Συνέλευση είναι **απαραίτητη**, για την επίλυση των σοβαρών θεμάτων, που απασχολούν τον κλάδο μας.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς

Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ

  
Ελένη Σαμαριτάκη

Η ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ

  
Αικατερίνη Δαλιάνη



## Μητρικός Θηλασμός Νέα απ' όλο τον Κόσμο

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

### Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού 1-7 Νοεμβρίου 1997

Η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού, που στόχο έχει την πληροφόρηση και ευαισθητοποίηση του κόσμου για την προστασία, υποστήριξη και προαγωγή του Μητρικού Θηλασμού, γιορτάζεται σε περισσότερες από 120 χώρες. Στη χώρα μας, από το 1996 ο εορτασμός καθιερώθηκε από 1-7 Νοεμβρίου κάθε χρόνο. Η ανταπόκριση στο κάλεσμα της συμμετοχής ήταν μεγάλη, σημαντική και ουσιαστική, απ' άκρη σ' άκρη στον τόπο μας.

Η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού οργανώνεται από την WABA (World Alliance for Breastfeeding Action) και υποστηρίζεται από την Παγκόσμια Οργάνωση

Υγείας, την UNICEF, άλλους διεθνείς οργανισμούς, που ασχολούνται με την υγεία και διατροφή του παιδιού, καθώς και από κυβερνήσεις κρατών.

Κάθε χρόνο ορίζεται ειδικό θέμα για τον εορτασμό. Το φετινό θέμα είναι: «**Μητρικός Θηλασμός: Δρόμος της Φύσης**». Με το θέμα αυτό διακηρύσσονται:

- **Η εκπληκτική ικανότητα της γυναίκας να διατηρεί τη ζωή.**
- **Τα αδιάψευστα και αναντικατάστατα πλεονεκτήματα του Μητρικού Θηλασμού.**
- **Η αναγνώριση του Μητρικού Θηλασμού ως το πιο οικολογικό σύστημα διατροφής στον κόσμο.**



Η μοναδικότητα του Μητρικού Θηλασμού και τα ανεκτίμητα οφέλη του για τα παιδιά και τις μητέρες είναι σ' όλους γνωστά, αλλά η συμβολή του στην προστασία του περιβάλλοντος είναι σχεδόν άγνωστη. Στις μέρες μας, που άνθρωποι και κυβερνήσεις στρέφονται στην προστασία του περιβάλλοντος, αναλογίστηκε κανένας ότι ο Μητρικός Θηλασμός είναι μια φιλική προς το περιβάλλον πρακτική;

Ο Μητρικός Θηλασμός δεν δημιουργεί κατάλοιπα, δεν καταστρέφει τις φυσικές πηγές, δεν χρειάζεται μεταφορά και είναι ο πιο φυσικός και ασφαλής τρόπος διατροφής των νεογέννητων και των μικρών παιδιών. Εκατομμύρια ζωές παιδιών σώθηκαν με το μητρικό γάλα και είναι σημαντικότερο στοιχείο επιβίωσης ακόμη περισσότερων. Είναι φυσική πηγή που συνεχώς ανανεώνεται και οι γυναίκες είναι οι **μόνες** που το παράγουν, οι **μόνες** που διατηρούν τη ζωή. Ατυχώς, αρνητικές κοινωνικές συμπεριφορές για το Μητρικό Θηλασμό και έλλειψη σχετικών νό-

μων για την προστασία και προαγωγή του, πολλές φορές, στερούν από τις γυναίκες το προνόμιο αυτό της φύσης.

Η τεχνητή διατροφή βασίζεται στο τροποποιημένο γάλα της αγελάδας. Οι αγελάδες χρειάζονται περίπου 10.000 τ.μ. βοσκότοπου η κάθε μία. Έτσι, δασώδεις περιοχές μετατρέπονται σε βοσκοτόπια, που οδηγούν σε αποδασώσεις, αποψιλώσεις του εδάφους και μείωση των ζώων και των φυτών του δάσους.

Τα χημικά λιπάσματα, που χρησιμοποιούνται για την καλλιέργεια των τροφών για τις αγελάδες, αποξηραίνουν το χώμα, μολύνουν τα ποτάμια και το υπέδαφος. Τα ούρα των αγελάδων προκαλούν ρύπανση της ατμόσφαιρας με αμμωνία και τα περιττώματα υπερβολική βλάστηση στα ποτάμια, με αποτέλεσμα να εξαφανίζεται κάθε άλλη μορφή ζωής σ' αυτά.

Η τροποποίηση του γάλακτος της αγελάδας είναι το τελικό προϊόν ενός σημαντικού αριθμού βιομηχανικών επεξεργασιών, που προκαλούν μόλυνση του αέρα, του νερού και της γης, και σπατάλη φυσικών πηγών με τη μορφή των καυσίμων.

Η συσκευασία, μεταφορά, διαφήμιση, διάθεση και κατανάλωση (κουτιά, μπουκάλια, θηλές), συμβάλλουν στη μόλυνση της ατμόσφαιρας και στην περιβαλλοντική αθλιότητα.

**«Αν τα 550 εκατομμύρια κουτιά ξένου γάλακτος, που πουλιούνται στην Αμερι-**



**κή το χρόνο, τοποθετηθούν το ένα δίπλα στο άλλο, καλύπτουν κυκλικά τη γη μιάμιση φορά»** λέει ο Andrew Radford, σύμβουλος της UNICEF στην Αγγλία. Επιπλέον, ένα μεγάλο μέρος της συσκευασίας δεν ανακυκλώνεται και χρειάζονται 200-450 χρόνια για να διαλυθεί.

Λόγω της εκτεταμένης μόλυνσης του περιβάλλοντος, τοξικές ουσίες βρίσκονται σε όλη την τροφική αλυσίδα. Πιθανόν, σ' ορισμένες περιοχές, να ανιχνεύονται μικρές ποσότητες τοξικών ουσιών και στο μητρικό γάλα. Αυτό δεν πρέπει να χρησιμοποιείται σαν εκφοβισμός και να αποτρέπονται οι μητέρες από το θηλασμό. Η συγκέντρωση των τοξικών ουσιών στο σώμα του μωρού δεν αυξάνεται, γιατί κατά τη διάρκεια του θηλασμού αυξάνει σημαντικά το βάρος του και ελαττώνονται τα επίπεδα τοξικών ουσιών στο γάλα.

Σε πρόσφατη αναφορά της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας για το δυνητικό κίνδυνο από έκθεση σε χημικά στοιχεία με το μητρικό γάλα, τονίζεται ότι θα πρέπει να εξετάζεται η συγκέντρωση των τοξικών ουσιών στο γάλα της αγελάδας και στο νερό, να συγκρίνεται μ' αυτή του μητρικού γάλακτος και να εξισορροπούνται οι κίνδυνοι από τις λοιμώξεις ή τη διατροφική στέρηση, εκεί που ο Μητρικός Θηλασμός έχει περικοπεί ή διακοπεί.

Η στέρηση του μητρικού γάλακτος προ-



καλεί το θάνατο σε ενάμισυ εκατομμύριο μωρά κάθε χρόνο και διάφορες αρρώστιες σε αμέτρητα άλλα.

Το επίκαιρο θέμα του εορτασμού της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού 1997 ας γίνει οδηγός μας, γιατί:

- **Το μητρικό γάλα είναι φυσική διατροφή.**
- **Ο Μητρικός Θηλασμός προστατεύει τη Φύση. Είναι ο Δρόμος της Φύσης. Ας τον ακολουθήσουμε, για ένα πιο υγιή και υπεύθυνο τρόπο ζωής.**

#### BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. **UNICEF:** Breastfeeding, Nature's Way, World Breastfeeding Week 1977.
2. **WABA:** Breastfeeding, Nature's Way, World Breastfeeding Week, 1-7 August 1977.
3. **Andrew Radford:** Breastmilk a world resource, Baby Milk Action, Cambridge, 1995.
4. **Andrew Radford:** The ecological Impact of bottle feeding, Baby Milk Action, Cambridge, 1995.
5. **Υπουργείο Υγείας και Πρόνοιας:** Καθιέρωση εορτασμού Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού στη χώρα μας (26-8-1996).

**ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ**  
**ΓΕΝΙΚΟ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ-ΜΑΙΕΥΤΗΡΙΟ "ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ"**  
**ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ - ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ**

Στα πλαίσια του εορτασμού της **Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού, 1-7 Νοεμβρίου 1997**, οργανώθηκαν οι παρακάτω εκδηλώσεις, με ελεύθερη είσοδο για τους επαγγελματίες Υγείας και το κοινό:

**1-7 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 1997**

- Εκπαιδευτικό πρόγραμμα 30 ωρών για το Μητρικό Θηλασμό, για επαγγελματίες Υγείας, υπό την Αιγίδα του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας.
  - Τηλεφωνική συμβουλευτική γραμμή για το Μητρικό Θηλασμό: Τηλ.: 64.62.782. **Ώρα: 09.00-11.00.**
  - Έκθεση με θέμα **"Μητρότητα ανά τους αιώνες και τους λαούς"**.
  - Προβολή ταινιών με θέματα για το Μητρικό Θηλασμό.
- Οι εκδηλώσεις αυτές έγιναν στο Κτήριο της Σχολής Μαιών. **Ώρα: 17.30-20.00.**

**Κυριακή 2 Νοεμβρίου 1997**

- Λειτουργία στο Εκκλησάκι του Νοσοκομείου. **Ώρα: 09.00-10.00.**
- Φόρος τιμής στο άγαλμα της θηλάζουσας μητέρας, στην Πλατεία Έλενας Ελ. Βενιζέλου. **Ώρα: 10.00-10.30.**



Ένα τριαντάφυλλο στη μητέρα και το νεογέννητο: από τη φιλική επίσκεψη στις μητέρες, στη διάρκεια των εκδηλώσεων της "Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού". Από τα αριστερά προς τα δεξιά: κ. Χαρά Τζαχρήστα, Μαία, κ. Αναστασία Χάλιου, Μαία, εκπρόσωπος του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας, κ. Γρισμπολάκη, εκπρόσωπος του Υφυπουργού Υγείας και Πρόνοιας.



- Φιλική επίσκεψη στις μητέρες που γέννησαν στο Μαιευτήριο. **Ωρα: 11.00 - 11.30.**
- Δεξίωση προς τιμήν των μητέρων. **Ωρα: 12.00-13.00.**

Τις εκδηλώσεις ετίμησαν: ο Υφυπουργός του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας κ. Μ. Σκουλάκης, εκπρόσωποι διαφόρων Κοινωνικών Φορέων και το κοινό.

### Παρασκευή 7 Νοεμβρίου 1997

- Ημερίδα με θέμα: **"Μητρικός Θηλασμός"**, στο Αμφιθέατρο του Νοσοκομείου. **Ωρα: 10.30-14.00.**
- Απονομή πιστοποιητικών σε όσους παρακολούθησαν το εκπαιδευτικό πρόγραμμα. **Ωρα: 19.30-20.30.**
- Συναυλία για τη Γυναίκα, το Παιδί και τη Ζωή. **Ωρα: 20.30-21.30.**  
Τραγούδι: **Δάφνη Πανουργιά.**  
Τραγούδι, κιθάρα-λαούτο: **Ελένη Καραβούζη.**
- Αποχαιρετιστήρια δεξίωση στο Κτήριο της Σχολής Μαιών. **Ωρα: 21.30-22.30.**



Φόρος τιμής στη θηλάζουσα μητέρα, στη διάρκεια των εκδηλώσεων της "Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού".

## ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΣΤΑ ΧΑΝΙΑ

Ο Σ.Ε.Μ. Εφετείου Κρήτης μας έστειλε την παρακάτω επιστολή:

**ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΕΦΕΤΕΙΟΥ ΚΡΗΤΗΣ**  
ΚΡΙΑΡΗ 40 - 73 135 ΧΑΝΙΑ

Χανιά 11/11/97

Αριθμ. Πρωτ. 51

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

1. Έκδοση εντύπων φυλλαδίων, που διανεμήθηκαν σε όλα τα Νοσοκομεία, Τμήματα Υγιεινής, Κέντρα Υγείας, Ι.Κ.Α., Π.Ι.Κ.Π.Α. και Ιδιωτικές Κλινικές των Νομών της Κρήτης: Ν. Χανίων, Ν. Ρεθύμνου, Ν. Ηρακλείου και Ν. Λασιθίου.
2. Διοργάνωση εκδήλωσης στην αίθουσα "ΑΝΔΡΟΓΕΩΣ" του Δήμου Ηρακλείου, την Τετάρτη 5-11-97, με θέμα: **"Μητρικός Θηλασμός: Αστήρευτη πηγή τροφής και αγάπης"**. Στην εκδήλωση συμμετείχαν:
  - Μαρταβατζής Νικόλαος, Μαιευτήρας-Γυναικολόγος, με θέμα: **"Μητρικός Θηλασμός: Οφέλη στη μητέρα"**

- Γιαννακοπούλου Χριστίνα, Νεογνολόγος, με θέμα:  
"Μητρικός Θηλασμός: Οφέλη στο παιδί"
- Βασιλάκη Εύα, Μαία, με θέμα:  
"Τεχνικές συμβουλές του Μητρικού Θηλασμού"
- Μπιτζαράκη Αικατερίνη, Παιδοψυχολόγος, με θέμα:  
"Ο Θηλασμός, ο δρόμος της φύσης"
- Ταχατάκη Ειρήνη, Συγγραφέας-Λαογράφος, με θέμα:  
"Η γαλουχία στην παράδοσή μας"

Η ομιλία συνοδεύτηκε από ηχητικό απόσπασμα του "Ερωτόκριτου", σχετικό με τη διαδικασία του μητρικού θηλασμού, καθώς και προβολή Video της Unicef.

3. Παρουσία σε τοπικά τηλεοπτικά κανάλια, εφημερίδες και ραδιόφωνο.
4. Διοργάνωση εκδήλωσης στο Δήμο Αρχανών.
5. Διοργάνωση εκδήλωσης στο Δήμο Αλικαρνασού.

Από το Δ.Σ.

Η Πρόεδρος  
ΒΑΣΙΛΑΚΗ Ε.

Η Γραμματέας  
ΜΑΡΝΙΕΡΑΚΗ Ε.



Φωτογραφία από την Ημερίδα για το Μητρικό Θηλασμό, στη διάρκεια των εκδηλώσεων της "Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού". Ομιλητής: Dr A. Williams, Senior Lecturer, Consultant in Neonatal Paediatrics Department. Ακροατήριο: Παιδιάτροι, Νεογνολόγοι, Μαίες, Σπουδάστριες.



### Στον Κώστα Παπά

*Εμείς οι γιατροί σου και το νοσηλευτικό προσωπικό του Νεογνολογικού Τμήματος του Μαιευτηρίου "ΕΛΕΝΑ", είμαστε όλοι παρόντες για να σου υποσχεθούμε ότι θα συνεχίσουμε την πολύπλευρη δραστηριότητα και προσπάθειά σου για την αναβάθμιση της ιατρικής και νοσηλευτικής φροντίδας των άρρωστων νεογνών, για την καλύτερη οργάνωση της περιγεννητικής φροντίδας, για την εκπαίδευση στη Νεογνολογία των ειδικευόμενων στην Παιδιατρική γιατρών, και όχι μόνο.*

*Η συνεργασία μας ήταν άριστη και έδωσε νέα πνοή και διάσταση στο ιατρικό, επιστημονικό και εκπαιδευτικό μας έργο. Απ' όπου πέρασες, άφησες έντονα τα ίχνη της επιστημονικής και ανθρώπινης προσωπικότητάς σου. Σε κάθε περίπτωση, η προσφορά σου στο νεογνό, στους γονείς και στους συνεργάτες σου ήταν απεριόριστη.*

*Ήσουν μοναδικός στο να οργανώνεις μετεκπαιδευτικά σεμινάρια όπως αυτά στον Πύργο, Τρίπολη, Σπάρτη, Ρόδο, Χανιά, Ρέθυμνο, Ηράκλειο, Σητεία, Λεμεσό, Λευκωσία και αλλού. Πού σκόπευες να οργανώσεις το επόμενο; Πού σκόπευες να πάμε; Και παρά ταύτα, έβρισκες πάντοτε χρόνο να τον αφιερώσεις στην οικογένειά σου, στα παιδιά σου.*

*Ιατρικό και Νοσηλευτικό Προσωπικό  
του Νεογνολογικού Τμήματος  
του Μαιευτηρίου "ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ"*

## Παλμικό οξύμετρο: Τί είναι και πώς χρησιμοποιείται

*Βασίλης Πούπουζας, Μαιευτής Γ.Π.Ν.- Μαιευτηρίου "ΕΛΕΝΑ ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ".*

Για να κατανοήσει κανείς τις αρχές λειτουργίας του παλμικού οξύμετρου (Π.Ο.), θα πρέπει να έχει κατανοήσει τη διαφορά μεταξύ της μερικής πίεσης οξυγόνου ( $pO_2$ ) και του κορεσμού (saturation) της αιμοσφαιρίνης με οξυγόνο στο αρτηριακό αίμα ( $So_2$ ). Όταν ο κορεσμός της αιμοσφαιρίνης μετρείται με το παλμικό οξύμετρο, ο συμβολισμός του είναι:  $SpO_2$ .

Το οξυγόνο μεταφέρεται στους ιστούς του σώματος σε δύο μορφές:

**α) συνδεδεμένο** με αιμοσφαιρίνη (98% περίπου) και

**β) διαλυμένο** στο πλάσμα (2% περίπου).

Τα μόρια της αιμοσφαιρίνης μπορούν να δεσμεύουν και να αποδεσμεύουν οξυγόνο, ανάλογα με τις ανάγκες των ιστών. Ο κορεσμός σε οξυγόνο, είναι απλά η εκατοστιαία αναλογία της αιμοσφαιρίνης, που έχει δεσμεύσει οξυγόνο στο σύνολο της αιμοσφαιρίνης.

Όσο πιο υψηλή είναι η μερική πίεση οξυγόνου ( $pO_2$ ), τόσο περισσότερα μόρια οξυγόνου θα συνδεθούν με αιμοσφαιρίνη μέχρι να κορεστεί αυτή στο 100%. Σε υψηλότερα επίπεδα  $pO_2$ , αφού κορεστεί όλη η αιμοσφαιρίνη, το επιπλέον οξυγόνο διαλύεται στο αίμα. Η εμβρυϊκή αιμοσφαιρίνη έρχεται σε πλήρη κορεσμό σε χαμηλότερα επίπεδα  $pO_2$ , από ότι η αιμοσφαιρίνη των ενηλίκων.

Οι φυσιολογικές τιμές του κορεσμού ( $So_2$ ) στους ενήλικες –όταν εισπνέουν ατμοσφαιρικό αέρα στο επίπεδο της θάλασσας– είναι 95%-100%. Παρόλο που

για τα νεογνά δεν υπάρχουν αρκετά στοιχεία, θεωρούμε ότι αν δεν υπάρχει αναπνευστικό πρόβλημα και τα νεογνά δεν παίρνουν οξυγόνο, θα πρέπει και αυτά να έχουν τον ίδιο κορεσμό με τους ενήλικες.

Όταν ο κορεσμός μειώνεται οι ιστοί σταδιακά δυσκολεύονται να οξυγονωθούν, καθώς όλο και λιγότερο  $O_2$  ελευθερώνεται από την αιμοσφαιρίνη. Σε τιμές κορεσμού κάτω από 85%, υπάρχει τάση αύξησης της πνευμονικής αρτηριακής πίεσης και στα νεογνά κίνδυνος για επαναφορά της εμβρυϊκής κυκλοφορίας. Στα πρόωρα νεογνά, ωριμότητας κάτω από 36 εβδομάδες, που παίρνουν οξυγόνο, η  $So_2$  πρέπει να διατηρείται μεταξύ 87% - 94%.

Η λειτουργία του παλμικού οξύμετρου βασίζεται στην ύπαρξη δύο φωτεινών πηγών (L.E.D.s), από τις οποίες η μία παράγει κόκκινο φως και η άλλη υπέρυθρο. Απέναντι από τις φωτεινές πηγές υπάρχει ένας φωτοευαίσθητος αισθητήρας, που ανιχνεύει και υπολογίζει την ένταση του φωτός, που διαπερνά τον ιστό που παρεμβάλλεται. Στους ενήλικες, ο ιστός που παρεμβάλλεται είναι συνήθως ένα δάκτυλο ή το λοβίο του ωτός, ενώ στα νεογνά χρησιμοποιείται το πέλμα ή η παλάμη. Η διαφορά στην ένταση του φωτός προκαλείται από τη διαφορά στην απορρόφηση του φωτός από την οξυγονωμένη ή μη οξυγονωμένη αιμοσφαιρίνη, που περιέχεται στα τριχοειδή του ιστού.

Προσανατολίζοντας τη μέτρηση μόνο στην αιμοσφαιρίνη, που υπάρχει στο αίμα

που πάλει, δηλ. το αρτηριακό, το Π.Ο. μπορεί να προσδιορίσει τον κορεσμό στο αρτηριακό αίμα πριν την απόδοσή του στους ιστούς. Το Π.Ο. μπορεί να λειτουργήσει μόνο αν υπάρχει παλμός αίματος και, επομένως, **δεν μπορεί να λειτουργήσει όταν υπάρχει κακή περιφερειακή αιμάτωση ή ο ασθενής είναι σε shock.**

Τα πλεονεκτήματα στη χρήση του Π.Ο. είναι σημαντικά και το τοποθετούν υψηλά στις προτιμήσεις του ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού. Γιατί:

- Είναι εύκολο στη χρήση.
- Δεν χρειάζεται προθέρμανση.
- Δεν χρειάζεται σταντάρισμα και ρύθμιση.
- Δεν επεμβαίνει στον ασθενή.
- Έχει πολύ μικρή πιθανότητα να κάνει ζημιά στο δέρμα.

• Μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο του (χωρίς άλλα μόνιτορ παρακολούθησης) στην αξιολόγηση απλών περιστατικών.

- Δίνει συνεχή –λεπτό προς λεπτό– άποψη, για την οξυγόνωση του ασθενή.

Ωστόσο, η χρήση του Π.Ο. έχει κάποια σημαντικά μειονεκτήματα και περιορισμούς, για τα οποία το ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό πρέπει να είναι ενημερωμένο για να μπορεί να τα αξιολογεί. Γιατί:

- Δεν δίνει πληροφορίες για την πρόσληψη του  $O_2$  και είναι αναποτελεσματικό σε σοκαρισμένους ή κολαψαρισμένους ασθενείς.

• Έχει αρκετά μεγάλη ακρίβεια ( $\pm 2\%$ ) σε υψηλές τιμές κορεσμού, αλλά η ακρίβειά του μειώνεται, καθώς μειώνεται ο κορεσμός κάτω από 85%.

• Υπάρχουν σφάλματα στην ένδειξή του, που οφείλονται σε τεχνικούς λόγους, όπως π.χ. η τυχαία μετακίνηση του αισθητήρα, παρεμβολές από άλλον εξοπλισμό της μονάδας εντατικής νοσηλείας, παρεμβολές από κινητά τηλέφωνα, επίδραση

άλλου έντονου φωτισμού στον αισθητήρα (φωτοθεραπεία), ή και χρήση λάθους αισθητήρα (υπάρχουν ειδικοί αισθητήρες, διαφορετικοί για νεογνά, παιδιά και ενήλικες).

• Η καρβοξυαιμοσφαιρίνη και η μεθαιμοσφαιρίνη δεν μπορούν να προσλάβουν οξυγόνο. Έτσι, σε ασθενείς με καρβοξυαιμοσφαιριναιμία (π.χ. εισπνοή καπνού) ή με μεθαιμοσφαιριναιμία (π.χ. σε περιπτώσεις θεραπείας με οξειδίο του αζώτου), το Π.Ο. μπορεί να αναγράψει υψηλές τιμές εσφαλμένα.

• Δεν μπορεί να διακρίνει τη διαφορά ανάμεσα στον αρτηριακό και στον φλεβικό παλμό αίματος. Έτσι, σε συγκεκριμένες καρδιολογικές καταστάσεις, το Π.Ο. μπορεί να θεωρήσει το φλεβικό αίμα για αρτηριακό και να αναγράψει χαμηλές τιμές εσφαλμένα.

• Τέλος, κάθε κατάσταση που ευνοεί τη χαμηλή διάχυση του οξυγόνου στους ιστούς, όπως π.χ. υπόταση, υποθερμία, περιφερειακό οίδημα ή χρήση αγγειοσυσταλτικών φαρμάκων, μπορεί να επηρεάσει το σήμα του Π.Ο.

Οι γιατροί και το νοσηλευτικό προσωπικό **δεν θα πρέπει να θεωρούν πάντα αξιόπιστη την ένδειξη στο Π.Ο.**, επειδή και μόνο το όργανο δεν απορρίπτει το σήμα.

Γενικά, **στη χρήση του Π.Ο. υπάρχουν δύο μεγάλες παγίδες:**

Τείνουμε να πιστεύουμε ότι εφόσον έχουμε καλή τιμή κορεσμού, ο ασθενής οξυγονώνεται ικανοποιητικά. Αυτό, όμως, είναι μεγάλο λάθος, γιατί η ποσότητα του οξυγόνου, που προσλαμβάνεται από τους ιστούς, εξαρτάται ακόμη από την καρδιακή λειτουργία, τη διάχυση στους ιστούς και από τη συγκέντρωση της αιμοσφαιρίνης. Έτσι, **ο υψηλός κορεσμός της αιμοσφαιρίνης με  $O_2$ , δεν αντικατοπτρίζει απαραίτητα και την ικανοποιητική οξυ-**

**γόνωση των ιστών, και, επιπλέον, δεν μας δίνει καθόλου πληροφορίες για την απομάκρυνση του CO<sub>2</sub>.**

Αντίθετα, όταν έχουμε χαμηλή τιμή κορεσμού στο Π.Ο., που οφείλεται σε μία πραγματική κατάσταση καρδιοαναπνευστικής κατάρρευσης, τότε παρουσιάζεται το φαινόμενο, τόσο το ιατρικό όσο και το νοσηλευτικό προσωπικό να προβαίνουν σε ενέργειες, όπως π.χ. αλλαγή θέσης του αισθητήρα, αντικατάσταση του μόνιτορ, ψάξιμο στη λειτουργία του κλπ., και να χάνεται πολύτιμος χρόνος πριν ξεκινήσει η καρδιοαναπνευστική ανάνηψη.

Σ' αυτό το σημείο είναι ανάγκη να τονίσουμε, ότι δεν πρέπει να θεωρήσει κανείς "επικίνδυνη" τη χρήση του Π.Ο., αλλά αντίθετα, ότι είναι πολύ χρήσιμο. Απλά, θα πρέπει να έχει πάντα κατά νου τους περιορισμούς και τις παγίδες, που αναφέρθηκαν.

Τελειώνοντας, θα ήταν σκόπιμο να αναφέρουμε τρεις περιπτώσεις που αφορούν στα νεογνά, στις οποίες το Π.Ο. μπορεί να προσφέρει πολύτιμη βοήθεια.

Η πρώτη περίπτωση είναι στην Αίθουσα Τοκετών, όταν το νεογνό φαίνεται να μην είναι καλά (γογγυσμός, ταχύπνοια, κλπ.), παρόλο που το χρώμα του μπορεί να είναι ροδαλό. Η χρήση του Π.Ο. μας βοηθάει να αξιολογήσουμε την κατάσταση του νεογνού και να πάρουμε αποφάσεις.

Η δεύτερη περίπτωση είναι στη Μ.Ε.Ν. νεογνών, σε "ελαφριά" περιστατικά, όπως π.χ. ένα τελειόμηνο νεογνό με παροδική ταχύπνοια, όπου το Π.Ο. μπορεί να χρησιμοποιηθεί μόνο του, χωρίς άλλα μόνιτορ παρακολούθησης (Διαδερμικό TcPO<sub>2</sub>, μόνιτορ ECG, μόνιτορ άπνοιας) και να μας δώσει όλες τις απαραίτητες πληροφορίες για την παρακολούθηση και αξιολόγηση του περιστατικού.

Η τρίτη περίπτωση είναι στα νεογνά που κάνουν άπνοιες. Το σημαντικό σε μία

άπνοια είναι το πώς αυτή επηρεάζει την οξυγόνωση, επομένως και την πτώση του κορεσμού, πράγμα, που το Π.Ο. το ανιχνεύει αμέσως και με μεγάλη ακρίβεια. Επιπλέον, το Π.Ο. ανιχνεύει αμέσως την πτώση του κορεσμού σε περιπτώσεις απόφραξης των ανώτερων αναπνευστικών οδών, όπου τα μόνιτορ της άπνοιας αδυνατούν να ανιχνεύσουν το πρόβλημα πριν το νεογνό εγκαταλείψει κάθε προσπάθεια να αναπνεύσει.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Stoddart S., Summers L., Platt MW.: Pulse Oximetry, JnN., 3:10-14, 1997.

Σοφατζής Ι., Σαλβάνος Η., Γεωργαντζόγλου Χ., Πούπουζας Β.: Οξυγονοθεραπεία στα νεογνά, ΕΛΕΥΘΩ, 2:55-62, 1997.

*Στα πλαίσια του εορτασμού της 1ης Δεκεμβρίου, που είναι Παγκόσμια Ημέρα αφιερωμένη στο AIDS, παραθέτουμε σε διάφορες σελίδες του παρόντος τεύχους μας σκίτσα, γνωστών γελοιογράφων μας, που βρήκαμε στο λεύκωμα της "ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΜΕΛΕΤΗΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΟΥ AIDS" (1992).*



Του ΑΡΚΑ

## Ηθικά διλήμματα του εξειδικευμένου προσωπικού στα Κέντρα Υπογονιμότητας\*

**Καίτη Θεοδοσιάδου, Μαία.**

\* Εισήγηση, που ανακοινώθηκε στο 4ο Μετεκπαιδευτικό Σεμινάριο του Σ.Ε.Μ.Θ., με θέμα: "Υπογόνιμο ζευγάρι".

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η υπογονιμότητα είναι ένα πρόβλημα με πολλές παραμέτρους, που απασχολεί το 10-15% των ζευγαριών. Η έρευνα στον τομέα αυτό έχει κάνει τεράστια βήματα την τελευταία 20ετία. Το πρόβλημα "Υπογονιμότητα", όλο και περισσότερο οδεύει στην επίλυσή του. Το υπογόνιμο ζευγάρι είναι μία οντότητα διττή, που πρέπει να προσεγγίζεται με διαφορετικές μεθόδους κάθε φορά. Παρ' όλα αυτά, η αυγή της τρίτης χιλιετίας βρίσκεται το εξειδικευμένο προσωπικό των Κέντρων Γονιμότητας, τις μαιές-μαιευτές, με πολλούς προβληματισμούς και διλήμματα, κυρίως ηθικά.

Η απόκτηση ενός παιδιού είναι η ενδόμυχη επιθυμία, το αναφαίρετο δικαίωμα, η χαρά της δημιουργίας και της ζωής, ο απώτερος στόχος και το βιολογικό επακόλουθο της συμβίωσης δύο ατόμων της αναπαραγωγικής ηλικίας.

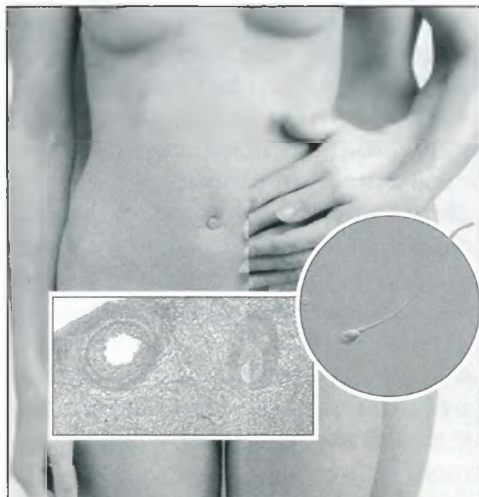
Δυστυχώς, όμως, η υπογονιμότητα εί-

ναι ένα υπαρκτό και αισθητό πρόβλημα του 10-15% των ζευγαριών του πολιτισμένου κόσμου μας. Είναι ένα πρόβλημα με πολλές παραμέτρους, που στη δύση της δεύτερης χιλιετίας -θέλουμε να πιστεύουμε- ότι οδεύει στην επίλυσή του, ενώ συγχρόνως γίνεται πηγή μύριων προβλημάτων και προβληματισμών.

Η επιστημονική έρευνα σ' αυτό τον τομέα άλλαξε το σχεδιασμό και μετέτρεψε το αντικείμενο της γονιμότητας-υπογονιμότητας σ' ένα από τα πιο ζωντανά, αλλά και πρακτικά θέματα της σύγχρονης ιατρικής των τελευταίων 20 χρόνων.

Τα βήματα που γίνονται είναι τεράστια και τα μηνύματα που απορρέουν απ' αυτά αισιόδοξα, πέρα από κάθε προσδοκία, για πολλούς. Ταυτόχρονα, όμως, για άλλους, τα τεκταινόμενα προμηνύουν σειρά επιπτώσεων και συνεπειών, με ανυπολόγιστο και απρόβλεπτο μέγεθος για τον επόμενο αιώνα.

Μας φάνηκε, σαν το ευτυχισμένο τέλος ενός όμορφου παραμυθιού, η γέννηση, το 1978, του πρώτου "παιδιού του σωλήνα", της μικρής Μπράουν. Αυτό, όμως,



Από την έκδοση: "Οικογενειακός Οδηγός Προστασίας της Υγείας".



Από το περιοδικό "Γονείς", Τεύχος 235, 10/95.

ήταν μόνο η αρχή, το "μία φορά και ένα καιρό, ένας πελαργός..."..Τώρα, τα παιδιά της τεχνολογικά υποβοηθούμενης αναπαραγωγής εμφυτεύονται, μειώνονται, καταψύχονται, δωρίζονται, γεννιούνται με γρήγορους ρυθμούς, τους ρυθμούς που επιβάλλει το τέλος του 20ού αιώνα.

Μάταια, όλες εμείς, που ήμασταν στο επάγγελμα ή στις σχολές, προσπαθήσαμε να κατανοήσουμε τί έγινε, πώς έγινε. Οι γνώσεις που εκμαιεύσαμε από τις σχολές μας ήταν –και δυστυχώς εξακολουθούν να είναι– ελλιπείς και ανεπαρκείς.

Στην καθημερινή μας πρακτική προστέθηκαν έννοιες και όροι, που μέχρι πριν λίγο ήταν ανενεργοί ή άγνωστοι, όπως: ορμόνες, πρόκληση ωοθυλακιορρηξίας, κατάψυξη και διατήρηση σπέρματος και εμβρύων, εμβρυομεταφορά, μείωση εμβρύων κ.ά.

Τα "Κέντρα Γονιμότητας" και "Εξωσω-

ματικής Γονιμοποίησης" κατακλύζουν τη χώρα και ιδιαίτερα τα μεγάλα αστικά κέντρα. Κάθε μεγάλη μαιευτική-γυναικολογική μονάδα, είτε στον πανεπιστημιακό χώρο, είτε στον ιδιωτικό τομέα, δημιούργησε ή έχει στα σπάργανα ανάλογο κέντρο με πολύ αισιόδοξα αποτελέσματα, εφάμιλλα των αμερικανικών και ευρωπαϊκών αντίστοιχων κέντρων.

Όλα τα κέντρα είναι πλαισιωμένα από συναδέλφους, που είναι αναπόσπαστα μέλη της ομάδας εργασίας του καθενός, και που βιώνουν άμεσα την ενότητα της γονιμότητας-υπογονιμότητας, αφ' ενός, ως επαγγελματίες υγείας, αφ' ετέρου, ως άτομα, που έρχονται σε άμεση επαφή με την οντότητα "υπογόνιμο-άτεκνο ζευγάρι".

Σήμερα, εκτός της φυσικής οδού αναπαραγωγής, υπάρχει η πρόσφατη ανάπτυξη και εξέλιξη της θεραπείας της υπογονιμότητας, που είτε πραγματοποιείται με τη βοήθεια φαρμακευτικής αγωγής, είτε με τη βοήθεια της τεχνολογίας και δίνει νέες ελπίδες στα υπογόνιμα ζευγάρια σε όλο τον κόσμο.

Οι νεότερες εξελίξεις στον τομέα της τεχνολογικά υποβοηθούμενης αναπαραγωγής, όπως η κατάψυξη γαμετών και εμβρύων, ο κλωνισμός, η προεμφυτευτική διάγνωση, η εμφύτευση και η εμβρυομεταφορά, έχουν οδηγήσει σε νέες και απρόβλεπτες καταστάσεις.

Έτσι, αρχίζουν σιγά-σιγά να αναβλύζουν σκόρπια ερωτηματικά, που στη συνέχεια γίνονται ολόκληρες σειρές από ηθικά διλήμματα και προβληματισμούς.

Η ηθική, κατά τον Πλάτωνα, είναι το θεμέλιο για μία θεωρία της αθανασίας της ψυχής του ατόμου. Κατά τον Αριστοτέλη, είναι εκείνη που διαμορφώνει την οργανωτική αρχή της κοινωνίας. Στις μέρες μας, ηθική είναι η ενάρετη συμπεριφορά του κάθε ανθρώπου προς το συνάνθρωπό του, χωρίς να υποτιμάται η προσωπική



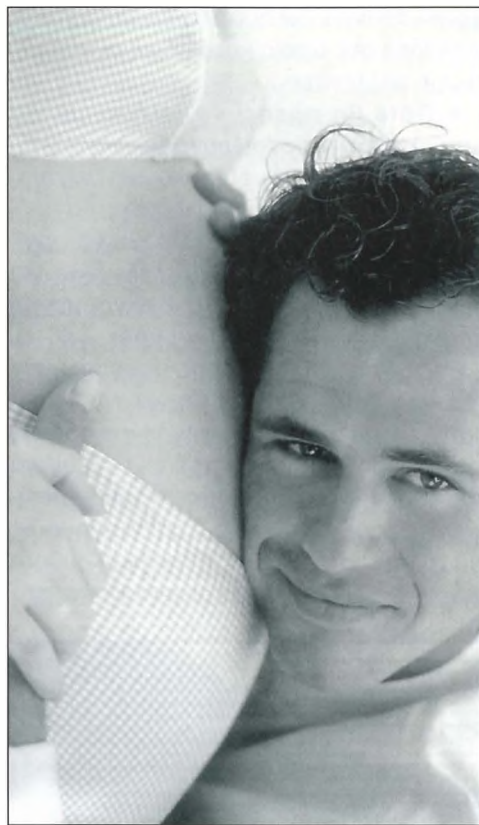
κότητα κανενός. Αυτή ρυθμίζεται από ορισμένους κώδικες, τους ηθικούς κώδικες, που δεν είναι άλλοι, παρά το σύνολο των κανόνων και των κατευθυντήριων γραμμών, που κυβερνούν την ανθρώπινη συμπεριφορά και υπογραμμίζουν τη δομή της κοινωνίας που ζούμε.

Η ηθική των στελεχών κάθε κέντρου είναι –μέχρι και σήμερα– υποκειμενική, ή στηρίζεται και καθορίζεται από ανειλημμένες αποφάσεις διεθνών οργανισμών: WHO, Ευρωπαϊκή Εταιρία Ανθρώπινης Αναπαραγωγής και Εμβρυολογίας (ESHRE). Διαφοροποιείται από ήπειρο σε ήπειρο, από κράτος σε κράτος και από κέντρο σε κέντρο, αν ληφθεί υπόψη και ο μεταξύ τους αθέμιτος συναγωνισμός και ανταγωνισμός, που επιβαρύνεται από την έλλειψη νομολογίας.

Δεν θα θέλαμε να πιστέψουμε, ότι η ηθική στον ευαίσθητο αυτό τομέα είναι εύπλαστη και ελαστική, όπως σε πολλούς άλλους τομείς της δημόσιας ζωής. Αναμφισβήτητα, ο κόσμος μας δεν είναι όμορφος, ηθικός και αγγελικά πλασμένος.

Υπάρχουν άραγε όρια μεταξύ της ηθικής και της ανηθικότητας; Έχουμε γίνει λάτρες του δόγματος “ο σκοπός αγιάζει τα μέσα”; Και ο σκοπός, στην προκειμένη περίπτωση, είναι η επίδοση ενός παιδιού στο άτεκνο ζευγάρι με οποιοδήποτε κόστος.

Οι μαίες που απασχολούνται στα κέντρα γονιμότητας, βρίσκονται, τις περισσότερες φορές, στο μέσον των οδηγιών των συνεργατών (γιατρών-βιολόγων) και του ζευγαριού. Έρχονται αντιμέτωπες με το πολύ δύσκολο καθήκον της ισορροπίας των αναγκών, των προσδοκιών και των αξιώσεων του ζευγαριού, ενώ συγχρόνως οφείλουν να συμπλέουν με τους συνεργάτες τους στο κέντρο, χωρίς πάντα να συμφωνούν, και δυστυχώς, συχνά γίνονται κυματοθραύστες και των δύο



Από το περιοδικό "Είναι", Νο 335, 14/10/1997.

πλευρών. Δεν πρέπει, λοιπόν, να έχουν μόνο επαρκή νοσηλευτικά προσόντα και να είναι γνώστες της ενότητας “υπογονιμότητα”, αλλά χρειάζεται επιπλέον να είναι γνώστες των ψυχοκοινωνικών, νομικών και ηθικών ζητημάτων, που συνδέονται άμεσα και έμμεσα με τις παραπάνω διαδικασίες και προοπτικές.

Κατά την άσκηση του επαγγέλματός τους, η σκέψη τους κατακλύζεται από πολλούς προβληματισμούς και βρίσκονται αντιμέτωπες με ηθικά διλήμματα, από τα οποία άλλα έχουν απαντηθεί επαρκώς και άλλα περιμένουν την αποσαφήνισή τους από το νομοθέτη.

Θα συνεχίσουμε αναφερόμενες στα

προκύπτοντα διλήμματα-ερωτηματικά, μπροστά στα οποία και οι (ιδιες συχνά μένουμε έκπληκτες.

• **Πότε θα πρέπει να μιλήσουμε για υπογονιμότητα στο ζευγάρι;**

Μετά από 12μηνη φυσιολογική σεξουαλική ζωή και αδυναμία σύλληψης, θα πρέπει να αναζητηθούν τα αίτια και να αρχίσει πλήρης εργαστηριακός έλεγχος για τον εντοπισμό της πιθανολογούμενης υπογονιμότητας του ζευγαριού.

Επειδή τα φάρμακα της υπογονιμότητας και η διαδικασία της τεχνολογικά υποβοηθούμενης αναπαραγωγής φαντάζουν ως μαγικές θεραπείες, πρέπει το ζευγάρι να ενημερώνεται για τους κινδύνους-επιπλοκές που πιθανά θα δημιουργηθούν, για τα ποσοστά επιτυχίας της ακολουθούμενης μεθόδου, και να απαντηθούν, στο

μέτρο του δυνατού, οι ερωτήσεις των φερομένων ως ασθενών. Η τελική απόφαση της αγωγής θα πρέπει να είναι της ομάδας εργασίας του κέντρου με την συγκατάθεση πάντα του ζευγαριού. Γιατί το υπογόνιμο ζευγάρι είναι μία οντότητα με τις δικές της καταβολές, τη δική της κουλτούρα, τα δικά της κοινωνικά και θρησκευτικά δεδομένα και την πεποίθηση ότι το πρόβλημα που αντιμετωπίζει είναι σπάνιο, δυσεπίλυτο και μοναδικό.

Συχνά, επισκέπτεται διάφορα κέντρα ψάχνοντας κάθε φορά για μία άλλη αντιμετώπιση, μία άλλη θεραπεία. Αμερικανοί επιστήμονες πιστοποιούν ότι το 50% των ζευγαριών ψάχνει μόνο ιατρικές συμβουλές και δεν λαμβάνει υπόψη του τις αποφάσεις των γιατρών για την ενδεδειγμένη θεραπεία.

• **Ποιό είναι το όριο ηλικίας του ζευγαριού;**

Σίγουρα, για τον άνδρα δεν υπάρχει όριο ηλικίας για τη γονιμοποιητική ικανότητα του σπέρματος, έστω με υποβοηθούμενες μεθόδους. Επομένως, το πρόβλημα εναπόκειται κυρίως στη γυναίκα.

• **Μέχρι πότε μπορεί να εμμένει στην προσπάθεια της απόκτησης παιδιού; Υπάρχει όριο στον αριθμό των κύκλων;**

Δεν μπορεί οι προσπάθειες να γίνονται επ' αόριστο. Μπορεί να συνεχίζονται μέχρι την προεμμηνόπαυσική ηλικία της γυναίκας, όταν έχει ωοθυλακιορρηξία ή μπορεί να ανταποκριθεί στη φαρμακευτική αγωγή, αν και ο κίνδυνος του καρκίνου των ωοθηκών είναι αυξημένος.

• **Οι γυναίκες, που είναι μεγαλύτερες των 45-50 χρόνων, πρέπει να μένουν έγκυες με ωάρια νεότερης γυναίκας;**

Γενικά, χωρίς να εξεταστεί το αν πρέπει ή όχι, είναι πλέον καθημερινή πρακτική. Αλλά οι κίνδυνοι караδοκούν, γιατί, όπως είναι γνωστό, στις γυναίκες άνω των 40 χρόνων η πιθανότητα των αποβολών



Από το βιβλίο "Σχέσεις στοργής" της Αναστασίας Λύρα. (Εκδότης: Care direct).



Από την έκδοση: "Οικογενειακός Οδηγός Προστασίας της Υγείας".

διπλασιάζεται, η συχνότητα των γενετικών ανωμαλιών αυξάνεται, όπως και οι επιπλοκές της εγκυμοσύνης (υπερτασική νόσος, γέννηση ελλιποβαρών εμβρύων). Επίσης, η περιγεννητική θνησιμότητα μεγαλώνει και, ενώ στις γυναίκες των 30-34 χρόνων είναι 7,5/1000 γεννήσεις, στις γυναίκες άνω των 40 χρόνων φθάνει το 17/1000 γεννήσεις. Όμως, αυξανόμενης της ηλικίας του ζευγαριού, επιβαρύνονται και όλα τα άλλα συστήματα του οργανισμού. Έχουμε, όμως, το δικαίωμα –αναλογιζόμενοι τις επιπλοκές– να στερήσουμε από τις γυναίκες αυτές, τη δυνατότητα της ευτυχίας που θα φέρει η απόκτηση ενός παιδιού, ή πάλι, είναι θεμιτό να επιτρέψουμε τη γέννηση ενός παιδιού από υπερήλικες γονείς;

Στο σημείο αυτό υπάρχουν ερωτηματικά, που συνήθως δημιουργούνται σε όλους εκείνους που ασχολούνται με τη θεραπεία του υπογονίμου ζευγαριού. Συχνά, οι απαντήσεις καθορίζονται από τις παρακάτω παραμέτρους:

- Επιλέγεται κάθε φορά η κατάλληλη θεραπευτική αγωγή αντιμετώπισης της υπογονιμότητας, σύμφωνα με τις αιτίες ή την αιτία που την προκαλούν;
- Εξαντλείται, πάντα, κάθε πιθανότητα ομόλογης γονιμοποίησης και φαρμακευτικά υποβοηθούμενης αναπαραγωγής, ή η IVF είναι η εύκολη πιθανολογούμενη λύση, η πανάκεια, και ίσως, ο πιο προσοδοφόρος οικονομικά τρόπος διευθέτησης του προβλήματος για πολλά κέντρα, που έχουν γίνει καλές κερδοσκοπικές επιχειρήσεις;
- Στις μορφές της τεχνολογικά υποβοηθούμενης αναπαραγωγής, απαντώνται οι έννοιες του δότη-δωρητή σπέρματος, της δότριας-δωρήτριας ωαρίων, των δωρητών γαμετών ή εμβρύων, της ξενιστού μήτρας ή δανει-

**κής μητέρας (uterus host).**

Έτσι, προκύπτουν αναζητήσεις, όπως:

- **Ο δότης σπέρματος θα πρέπει να είναι δωρητής ή να αμοιβεται;**

Η απάντηση είναι σίγουρα δωρητής. Σε έρευνες, όμως, που έγιναν στη Φιλανδία, όταν ζητήθηκε από τους δότες να προσφέρουν το σπέρμα τους χωρίς αμοιβή, αμέσως ο αριθμός μειώθηκε κατά τα 2/3.

- **Θα πρέπει ο δότης να ελέγχεται;**

Φυσικά, ναι. Πρέπει να υποβάλλεται:

α. Σε εξετάσεις για HIV - HBV - HCV- Ηλεκτροφόρηση Hb - ABO - Rh.

β. Καρυότυπο για αποκλεισμό μεταβολικών ή κληρονομικών ασθενειών.

γ. Ψυχιατρική εξέταση.

Επίσης, θα πρέπει να αποκλειστεί ο αλκοολισμός, η χρήση ναρκωτικών, η ομοφυλοφιλία, να γίνεται καταγραφή των φυσιογνωμικών χαρακτηριστικών του δότη, του πνευματικού του επιπέδου, και τέλος, τελειώς απαραίτητη θεωρείται η λήψη ενός πλήρους ατομικού και κληρονομικού ιστορικού.

- **Θα πρέπει ο δότης να ξέρει πού θα διατεθεί το σπέρμα του και το ζευγάρι να έρχεται σε επαφή μαζί του;**

Η ελληνική νομοθεσία καλύπτει την ανωνυμία του δότη.

- **Για πόσο χρονικό διάστημα θα πρέπει ο δότης να διαθέτει το σπέρμα του;**

Σίγουρα, όχι επ' αόριστο.

- **Θα πρέπει το παιδί που θα γεννηθεί να γνωρίσει το φυσικό του γονέα;**

Στην Αυστραλία και Σουηδία η απάντηση είναι καταφατική.

- **Τέλος, θα πρέπει να υπάρχει και ομόφωνη ενυπόγραφη συγκατάθεση του ζευγαριού για ετερόλογη σπερματέγχευση;**

Η δότρια ωαρίων είναι γυναίκα της αναπαραγωγικής ηλικίας, μεγαλύτερη των 18 χρόνων, και μπορεί να προσφέρει ωάρια

μέχρι 10 φορές. Οι έρευνες για τις δότριες ωαρίων δείχνουν ότι στην πλειονότητά τους είναι δωρήτριες, αν και η διαδικασία της πρόκλησης ωοθυλακιορρηξίας είναι περισσότερο επίπονη και επικίνδυνη. Οι περισσότερες είναι συγγενικά πρόσωπα με το ενδιαφερόμενο ζευγάρι. Και η δότρια, βέβαια, όπως και ο δότης, πρέπει να υποβάλλεται σε εργαστηριακό έλεγχο.

- **Πρέπει η δότρια να γνωρίζει τη λήπτρια και να υπάρχει γραπτή συγκατάθεσή της για τη διάθεση των ωαρίων της;**

- **Πρέπει η λήπτρια να γνωρίζει τη δότρια και το παιδί πρέπει μετέπειτα να γνωρίσει τη φυσική του μητέρα;**

Όταν η υπογόνιμη γυναίκα υποβάλλεται σε πρόκληση ωοθυλακιορρηξίας για IVF, πολλές φορές, τα ωάρια που δημιουργούνται είναι περισσότερα από αυτά που θα χρησιμοποιηθούν για γονιμοποίηση και εμφύτευση. Για τον αριθμό των γονιμοποιημένων ωαρίων που εμφυτεύονται υπάρχει ταύτιση απόψεων. Σε γυναίκες κάτω των 37 χρόνων εμφυτεύονται 2-3 ωάρια, προς αποφυγή πολυδύμων κυήσεων, ενώ σε γυναίκες άνω των 37 χρόνων εμφυτεύονται περισσότερα, γιατί έτσι αυξάνονται και τα ποσοστά επιτυχίας επίτευξης εγκυμοσύνης.

- **Τα υπόλοιπα ωάρια, οι γαμέτες ή τα έμβρυα, τί απογίνονται; πού καταλήγουν; γονιμοποιούνται; καταψύχονται; και για πόσο καιρό;**

Η απάντηση είναι περίπου 10 χρόνια ή όσο διαρκεί η αναπαραγωγική ηλικία της γυναίκας.

- **Ενημερώνεται το ζευγάρι για την ύπαρξη αυτών των επιπλέον ωαρίων, γαμετών ή εμβρύων; Ζητείται η γρα-**

### **πή συγκατάθεση του ζευγαριού για τη διάθεσή τους;**

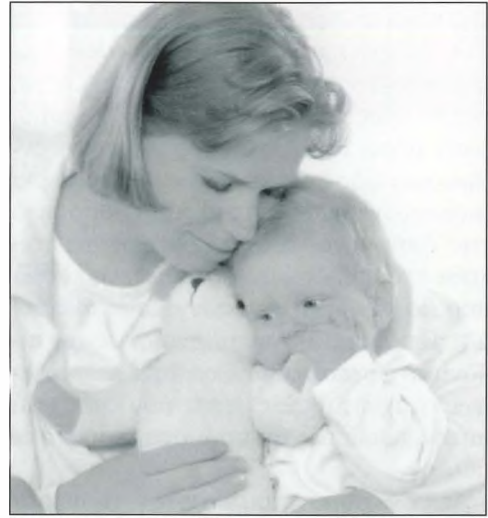
Η απόφαση να καταστραφούν τα υγιή έμβρυα είναι πολύ δύσκολη για ένα ζευγάρι που έχει υποβληθεί στη διαδικασία της IVF. Ποιά είναι η δική μας προτροπή για το παραπάνω θέμα που ανακύπτει; Συνιστούμε να παραμείνουν για έρευνα ή να χρησιμοποιηθούν για εμφύτευση σε άλλη γυναίκα και τα παιδιά, που πιθανά θα γεννηθούν, να είναι αμφιθαλή αδέρφια των παιδιών τους.

- **Γιατί τελικά συμβαίνουν ευτράπελα, όπως αποτυχία εγκυμοσύνης στη γυναίκα που υποβλήθηκε σε ολόκληρη τη διαδικασία της IVF, και επίτευξη εγκυμοσύνης σε γυναίκα, λήπτρια ωαρίων της πρώτης;**

Η έρευνα προχωρά και έτσι τον τελευταίο καιρό έχει ανακύψει και το πρόβλημα της ξενιστού μήτρας (δανεικής μητέρας). Εδώ, μία γυναίκα που παράγει ωάρια, αλλά δεν είναι ικανή να φέρει σε πέρας την εγκυμοσύνη, υποβάλλεται σε πρόκληση ωοθυλακιορρηξίας, γονιμοποιούνται τα ωάρια της με σπέρμα του συντρόφου της και εμφυτεύονται σε άλλη γυναίκα, που φέρνει την εγκυμοσύνη μέχρι το τέλος.

- **Ποιά είναι η μητέρα; Η γυναίκα που διέθεσε τα ωάρια ή η γυναίκα που κυοφορεί το έμβρυο για 40 εβδομάδες;**

Αυτό απαντάται και στις εμμηνοπαυσιακές γυναίκες, που τους δημιουργείται κατάλληλο ενδομήτριο περιβάλλον μετά από φαρμακευτική αγωγή, υπόκεινται σε εμφύτευση εμβρύων, που δημιουργήθηκαν από ωάρια δότριας και σπέρμα του συντρόφου τους ή δότη. Ποιοί είναι οι φυσικοί γονείς; Ακόμα και δικαστικές αποφάσεις των διαφόρων πολιτειών των ΗΠΑ διαφέρουν.



- **Θα πρέπει τα έμβρυα αυτά, που είναι έμβρυα αποκτηθέντα με επίπονο τρόπο, να υποβάλλονται σε προγεννητικό έλεγχο (αμνιοπαρακέντηση);**

Σίγουρα ναι, αν και οι ερευνητές υποστηρίζουν ότι τα ποσοστά χρωμοσωμικών ανωμαλιών δεν είναι αυξημένα στα έμβρυα που προέρχονται από την IVF. Η προεμφυτευτική διάγνωση και η επιλογή για εμφύτευση απολύτως υγιών εμβρύων, ίσως στο μέλλον απαλλάξουν τη μητέρα από τη διαδικασία αυτή.

- **Όμως, σίγουρα, η προεμφυτευτική διάγνωση στο μέλλον θα χρησιμοποιείται μόνο με αυτό τον τρόπο, ή θα επιλέγει και θα διορθώνει κατά παραγγελία, και ο Καιάδας των αρχαίων Σπαρτιατών θα μεταφερθεί στη μητέρα της γυναίκας;**

Αλήθεια, θα εμψυχώναμε μία άγαμη γυναίκα να υποβληθεί σε ετερόλογη σπερματέγχυση για να αποκτήσει παιδί; Το πρόβλημα είναι διττό και αφορά, αφενός αυτή την ίδια τη σύλληψη, την κυοφορία, τον τοκετό και αφετέρου το μέγαλωμα

του παιδιού, αφού εξάλλου ο καθένας μας έχει ανάγκη και από τους δύο γονείς του.

Θέλουμε να πιστεύουμε ότι όλοι μας είμαστε κάθετα αντίθετοι με τον κλωνισμό, γιατί μέσω αυτού προσβάλλεται το ανθρώπινο είδος. Κάθε άνθρωπος είναι μία βιολογική μοναδικότητα και η ομορφιά της ζωής είναι η διαφορετικότητα του κάθε ατόμου. Ας φανταστούμε ένα κόσμο που θα τον αποτελούσαν όμοιοι άνθρωποι. Βρισκόμαστε αντιμέτωποι με την εικόνα ενός απέραντου οικοτροφείου άλλων εποχών, ή ενός τεράστιου στρατεύματος χωρίς αρχές, οράματα, παρόν και μέλλον.

Ας συνεχίσουν, τουλάχιστον, τα πειράματά τους στο ζωικό και φυτικό βασίλειο και ας γεμίσουμε με αναρίθμητες "Ντόλυ" ή τι άλλο τα βοσκοτόπια.

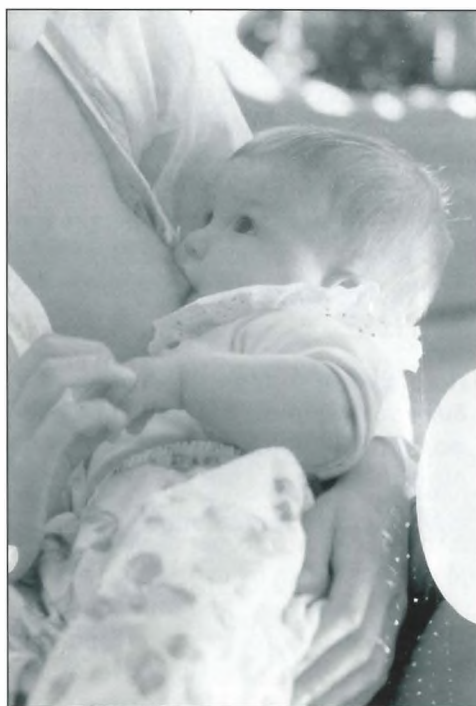
Τελειώνοντας, θα θέλαμε να εκφράσουμε και την άποψη πολλών από εμάς, ότι η επιθυμία ενός παιδιού δεν είναι να γίνεται αυτοσκοπός στη ζωή, στην ύπαρξη και στις σχέσεις του ζευγαριού. Υπάρχουν παιδιά, που ζητούν απεγνωσμένα την αγάπη και τη στοργή θετών γονέων.

Δεν υπάρχει αμφιβολία ότι ζούμε σε μία εποχή υπερβολικών προσδοκιών και συγχρόνως μεγάλης αβεβαιότητας. Η επιστήμη παραμένει μία ισχυρή δύναμη για την ανθρώπινη πρόοδο, αλλά έχει χάσει την αυθεντία της. Θεωρείται υπεύθυνη για τη δημιουργία ίσου αριθμού προβλημάτων στο κοινωνικό σύνολο, με αυτά, που μπορεί να επιλύσει.

Η επιστήμη προχωρά, αλλά σίγουρα δεν πρέπει όλοι μας να γίνουμε δέσμοι της προόδου της και να χάσουμε την ουσία της ανθρώπινης ύπαρξης, την ηθική μας. Φραγμός σε πολλά θα είναι η θέσπιση αυστηρής και ισχυρής νομολογίας στο άμεσο μέλλον, η οποία θα πρέπει να μπει στην καρδιά του προβλήματος, και η WHD, ως διεθνής οργανισμός, να δώσει

ορθές κατευθυντήριες γραμμές, ώστε να επαναπροσδιοριστούν και να εδραιωθούν οι ηθικοί κώδικες, που κυβερνούν τη συμπεριφορά του ειδικευμένου προσωπικού των Κέντρων Γονιμότητας - Υπογονιμότητας.

Να τεθεί ένα τέλος στις πιθανολογούμενες εκλεκτικές γεννήσεις, και κάποιιοι, ας βάλλουν τροχοπέδη στο μελλοντικό "τρελό" επιστήμονα, το νέο Γιόζεφ Μέγκελε, που στο εργαστήριό του θα προσπαθήσει να δημιουργήσει στρατιές από ομοειδή ανθρωπάκια και να κάνει πραγματικότητα το πιο τρελό όνειρο των επικροτητών του μελλοντικού νέου Χίτλερ και των όμοιών του. Οι κραυγές από τα στρατόπεδα συγκέντρωσης ακόμη φθάνουν σ' εμάς σαν ματωμένα πουλιά.



Από το βιβλίο "Σχέσεις στοργής" της Αναστασίας Λύρα. (Εκδότης: Care direct).

## Καισαρική τομή: Ο εύκολος τρόπος τοκετού;

**Χάρης Χ. Ελμάζης**, Ιατρός, Πτυχιούχος Μαιευτικής - Τ.Ε.Ι. Θεσσαλονίκης.

### ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Πολλοί άνθρωποι, σχετικοί ή άσχετοι με το ιατρικό επάγγελμα, σε ευρεία θεώρηση, έχουν την εντύπωση ότι η καισαρική τομή είναι ο εύκολος, ανώδυνος και ακίνδυνος τρόπος για να φέρει μια γυναίκα στον κόσμο το παιδί της. Αυτό όμως φαίνεται ότι είναι μία πλάνη, καθώς με την καισαρική τομή απειλείται σε μεγαλύτερο βαθμό από ότι με το φυσιολογικό τοκετό, η σωματική και ψυχική υγεία τόσο της μητέρας όσο και του παιδιού.

Ο τρόπος που βιώνεται η καισαρική τομή (Κ.Τ.) χρωματίζεται, σε μικρό ή μεγάλο βαθμό, από τις κοινωνικές αντιλήψεις γενικά περί του τοκετού και ειδικότερα για την Κ.Τ.<sup>1</sup> ως επέμβαση.

Κατά κανόνα, όμως, υπάρχει διάσταση ανάμεσα στα βιώματα των επιτόκων και τις κοινωνικές αντιλήψεις για την Κ.Τ. Είναι σημαντικό να ασχοληθούμε μ' αυτές τις απόψεις και αντιλήψεις, προκειμένου να κατανοήσουμε την εμπειρία που βιώνουν οι γυναίκες που γεννούν με Κ.Τ. Μία από τις πιο ευρέως επικρατούσες απόψεις είναι ότι η Κ.Τ. είναι ένας εύκολος τρόπος τοκετού. Πολλές μητέρες που γέννησαν μ' αυτό τον τρόπο αναφέρουν: **“Τη μεγαλύτερη δυσκολία αντιμετώπισα στην προσπάθειά μου να εξηγήσω στις άλλες μητέρες, που γέννησαν φυσιολογικά, τα αισθήματά μου. Δεν καταλάβαιναν και ισχυρίζονταν ότι η Κ.Τ. είναι ευκολότερη και λιγότερο επώδυνη από το φυσιολογικό τοκετό (Φ.Τ.)”**<sup>1</sup>.

Η άποψη ότι η Κ.Τ. είναι ο εύκολος τρόπος για να γεννήσει μία έγκυος, φαίνεται ότι δεν προέρχεται από την ίδια την επέμβαση, αλλά, μάλλον, από βαθιά ριζωμέ-

νους φόβους που σχετίζονται με το Φ.Τ. Πολλοί άνθρωποι γαλουχήθηκαν με τη βιβλική ρήση, ότι “οι γυναίκες έχουν καταραστεί να γεννούν με τρόπο βασανιστικό και επώδυνο”. Επιπλέον, όταν ο Φ.Τ. παρουσιάζεται στην τηλεόραση και στον κινηματογράφο, περιγράφεται χαρακτηριστικά σαν μία αγωνιώδης δοκιμασία· και τέτοιες εικόνες, δυστυχώς, αποτυπώνονται στους ανθρώπους από την παιδική τους ηλικία<sup>1</sup>.

Ακόμη και οι εκπαιδευτικές ταινίες μπορεί να εκθέτουν το Φ.Τ. με πολύ αρνητικό τρόπο. Οι μαθητές αναφέρουν τις εντυπώσεις τους, για μία από αυτές τις ταινίες που χρησιμοποιούνται στα σχολεία, τα εξής: **“Η κάμερα μετακινήθηκε από το γεμάτο αγωνία πρόσωπο της γυναίκας, για να δείξει το κεφάλι του μωρού που ξεερχόταν από το αιδοίο, ενώ το περίνεο κόπηκε με τη βοήθεια ενός ψαλιδιού και αναπήδησε αίμα από την τομή”**. Μετά το τέλος της ταινίας, μερικά κορίτσια ρώτησαν γιατί να μην γεννιούνται όλα τα μωρά με Κ.Τ.<sup>2</sup>

Οι περισσότερες γυναίκες ενηλικιώνονται, μάλλον, με την ιδέα του φόβου να τις



Από την έκδοση: "Οικογενειακός Οδηγός Προστασίας της Υγείας".

συνοδεύει για το Φ.Τ., καθώς και με τον τρόπο της περινεοτομίας ή των ρήξεων του κόλπου. Όταν, λοιπόν, ο Φ.Τ. εκλαμβάνεται με αυτό τον τρόπο, δικαιολογείται γιατί η Κ.Τ. προβάλλει ως η πιο ευνοϊκή προοπτική, αφού, έτσι, ο πόνος από τις συστολές της μήτρας, η περινεοτομία και οι ρήξεις του κόλπου αποφεύγονται<sup>1</sup>.

Πάντως, στην πλειονότητα των περιπτώσεων, η απόφαση για να διενεργηθεί Κ.Τ. λαμβάνεται αφού ο τοκετός έχει ξεκινήσει, και μερικές φορές μάλιστα, μετά από μακράς διάρκειας και εξαιρετικά επώδυνο –αλλά με ελάχιστη εξέλιξη– στάδιο διαστολής του τραχήλου ή εξώθησης<sup>1</sup>.

Επιπλέον, οι γυναίκες που γέννησαν με Κ.Τ., υφίστανται κατά κανόνα μετεγχειρητικό πόνο κάποιου βαθμού. Μελέτες έχουν αποδείξει, ότι οι επίτοκες, που γέννησαν με Κ.Τ., είχαν πολύ πιο έντονους πόνους μετά τον τοκετό, από ότι εκείνες, που γέννησαν με Φ.Τ. Αυτή η διαφορά ήταν εμφανής, ακόμη και 6 μήνες μετά τον τοκετό<sup>3</sup>.

Η άποψη ότι η Κ.Τ. είναι ανώδυνη ενισχύεται με σχετικά άρθρα σε περιοδικά, που δεν αναφέρουν καθόλου το μετεγχειρητικό πόνο<sup>4</sup>, καθώς και από βιβλία, που αναφερόμενα σ' αυτό το θέμα, κάνουν λόγο για "ενοχλήσεις", που έχουν οι γυναίκες μετά από Κ.Τ., για μερικές ημέρες<sup>5</sup>.

Συνήθως, οι έγκυες που έχουν μεγάλες προσδοκίες από ένα Φ.Τ. είναι αυτές που πληγώνονται ψυχικά περισσότερο, όταν τελικά γεννούν με Κ.Τ.: **"Καθώς ήμουν έγκυος, επιθυμούσα να γεννήσω φυσιολογικά, δίχως νάρκωση και αναλγητικά φάρμακα, να έχω έναν ενεργητικό ρόλο στη γέννηση του παιδιού μου. Είχα διαβάσει, με πολλή συγκίνηση, τα θαυμάσια αισθήματα χαράς και επιτυχίας που ένιωσαν, όσες γέννησαν φυσιολογικά. Εγώ, μετά την Κ.Τ. ένιωσα απογοητευμένη. Αισθάνθηκα ότι είχα εξαπατηθεί: ένιωσα ότι είχα αποτύχει, δεν ήμουν το σωστό πρότυπο μητέρας, ότι όλοι αυτοί οι μήνες αναμονής και προσδοκίας κατέληξαν σ' αυτή την τρομερή εμπειρία**



της ζωής μου”<sup>1</sup>.

Είναι προφανές, ότι αυτό που αναστατώνει και ενοχλεί τις περισσότερες γυναίκες δεν είναι ότι τα παιδιά τους γεννήθηκαν με Κ.Τ., αλλά ο τρόπος με τον οποίο νοσηλεύθηκαν: α) η έλλειψη φροντίδας κατά τη διάρκεια των ωδίνων του τοκετού, β) η έλλειψη παροχής εξηγήσεων και πληροφοριών, γ) οι ιατρικές πράξεις που διενεργούνται, δίχως προειδοποίηση και συγκατάθεση της επιτόκου, δ) τα κυνικά σχόλια και ε) η ανεπαρκής βοήθεια και υποστήριξη κατά τη διάρκεια παραμονής στην κλινική<sup>1</sup>.

Άλλη κοινή δοξασία, αρκετά οικεία σε όσες γέννησαν με Κ.Τ., είναι η εξής: Αφού η μητέρα και το παιδί ζουν σωματικά καλά— ύστερα από αυτή τη δοκιμασία— όλα είναι εντάξει. Αναφέρουν, χαρακτηριστικά, κάποιες που γέννησαν με Κ.Τ.: **“Όλοι παραμερίζουν, πολύ συχνά, οποιοδήποτε αίσθημα αδιαθεσίας ή κακουχίας νιώθουν, λέγοντας ότι “το κυριότερο είναι ότι η μητέρα και το παιδί είναι καλά”.** Άλλες, πάλι, δηλώνουν: **“Υπέφερα από κατάθλιψη. Είχα μία αίσθηση ενοχής και αποτυχίας, που ήταν εμφανής για πολύ καιρό. Παρ’ όλα αυτά, όταν προσπαθούσα να εξηγήσω στους συγγενείς μου αυτά τα αισθήματα, αυτοί δεν έβλεπαν τίποτα και μου αποκρίνονταν: “Τέλος πάντων, αυτό που αξίζει είναι ότι το παιδί σου είναι υγιές”. Δεν είμαι αχάριστη, αλλά ποιός νοιαζόταν για το πώς αισθανόμουν;”**<sup>1</sup>

Φαίνεται, δηλαδή, ότι ο ψυχολογικός τομέας, ο κόσμος των συναισθημάτων της μητέρας που γέννησε με Κ.Τ., παραμελείται από τους κοντινούς της ανθρώπους, επειδή, ίσως, θεωρείται ότι δεν βιώνει τον τοκετό της, δεν έχει ενεργητικό ρόλο σ’ αυτόν.

Τέλος, κοινή άποψη αποτελεί το ότι είναι ο πιο ακίνδυνος τρόπος τοκετού. Αυτή

η λαθεμένη άποψη ελλοχεύει όχι μόνο στους απλούς ανθρώπους, αλλά και σ’ εκείνους που ασκούν ιατρικά και παραϊατρικά επαγγέλματα<sup>6</sup>. Αν και είναι εξαιρετικά σπάνιο στις μέρες μας να πεθαίνει έγκυος λόγω της Κ.Τ., εντούτοις, ο κίνδυνος αυτός είναι αξιοσημείωτα μεγαλύτερος σε σύγκριση με το Φ.Τ.

Επίσης, οι γυναίκες που έκαναν Κ.Τ. εμφανίζουν υψηλότερο βαθμό νοσηρότητας, δηλαδή επιπλοκές, όπως μόλυνση και αιμορραγίες, από ότι εκείνες που γέννησαν φυσιολογικά. Περίπου μία στις πέντε γυναίκες (20%), θα εμφανίσει πυρετό μετά από Κ.Τ. λόγω μόλυνσης<sup>7</sup>. Η μόλυνση μπορεί να συμβεί: 1) στο τραύμα της Κ.Τ., 2) στο αναπνευστικό, 3) στο ουροποιητικό σύστημα και 4) στο ενδομήτριο<sup>1</sup>.

Επίσης, δεν είναι και τόσο γνωστό το ότι η Κ.Τ. φέρει κινδύνους και για την υγεία του νεογνού<sup>1</sup>. Π.χ., παιδιά που γεννιούνται με Κ.Τ., είναι πολύ πιο πιθανό να παρουσιάσουν Σύνδρομο Αναπνευστικής Δυσχέρειας (Σ.Α.Δ.)<sup>8</sup>. Αυτό εξηγείται από το ότι—σε αντίθεση με την Κ.Τ.— στο Φ.Τ., η δίοδος του εμβρύου από το γεννητικό σωλήνα συντελεί: α) στην εκκένωση του αμνιακού υγρού από τους πνεύμονές του και β) στην παράλληλη διενέργεια μαλάξεων στο σώμα του, που βοηθούν την έναρξη της αναπνοής<sup>9</sup>.

Κάποιοι υποστηρίζουν ότι οι έγκυες έχουν το δικαίωμα να αποφασίζουν για το αν θα γεννήσουν με Κ.Τ. ή όχι, και αυτό, πραγματικά, ίσως να είναι το πρέπον<sup>10</sup>. Αλλά, είναι σημαντικό, τέτοιες αποφάσεις να λαμβάνονται με πλήρη γνώση των σχετικών κινδύνων και όχι στηριζόμενες στην λαθεμένη αντίληψη ότι η Κ.Τ. είναι εύκολη, ανώδυνη και ακίνδυνη<sup>1</sup>.

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Clement, Sarah: "The Caesarian Experi-

- ence", Pandova Press, 1995.
2. **Prendergast, Shirley K. Prout, Alan:** "Learning about Birth: Parenthood and Sex Education in English Secondary Schools", in Garcia Jo, Kilpatrick, Robert & Richards, Martin (eds), "The Politics of Maternity Care", Oxford University Press, pp.137-139.
  3. **Jordan, A.K. Garrud, P.:** "Emotional and Physical Responses to Caesarian Section", paper presented at the Annual Conference of the Special Group in Healthy Psychology, Nottingham, 17-18 September, 1993.
  4. **Knight, Angela:** "Giving Birth by Caesarian", in Mother and Baby, May, 1990.
  5. **Nancy, Kohner:** "Pregnancy Book", London, Health Education Authority, p.54, 1988.
  6. **Savage, Wendy:** "A Savage Enquiry: Who Controls Childbirth?", London, Virago, p.84, 1986.
  7. **Enkin, Murray, Keirse, Marc J.N.C. & Chalmers, Iain:** "A Guide to Effective Care in Pregnancy and Childbirth", Oxford University Press, p. 259, 1989.
  8. **Enkin, Murray, Keirse, Marc J.N.C. & Chalmers, Iain:** "A Guide to Effective Care in Pregnancy and Childbirth", Oxford University Press, p.249, 1989.
  9. **Kitzinger, Sheila:** "Freedom and Choice in Childbirth", Harmondsworth, Penguin, p.254, 1987.
  10. **Chamberlain, G., Patel, N.:** "The Future of the Maternity Services", London, RCOG Press, p.97, 1994.



Του Ηλία Σκουλά

## Ο Ρόλος των Κέντρων Ψυχοπροφυλακτικής στο Ι.Κ.Α.\*

**Αγγελική Μ. Κολλιοπούλου, Μαία, Τμήμα Ψυχοπροφυλακτικής Ι.Κ.Α. Πατησίων.**

\* Ομιλία από Εκπαιδευτικό Σεμινάριο για το προσωπικό του Ι.Κ.Α. στην Αλεξανδρούπολη.

Η γέννηση δεν είναι μόνον τοκετός, αλλά και επικοινωνία. Δεν είναι μόνο η φυσιολογική κατάληξη της εγκυμοσύνης, αλλά και ένα ψυχοσωματικό γεγονός, ένα βίωμα στο οποίο η γυναίκα συμμετέχει ψυχικά και σωματικά. Μ' αυτόν ζει την ολοκλήρωση της θηλυκότητάς της και την εκπλήρωση του προορισμού της σαν γυναίκα. Πολύ λίγα ανθρώπινα γεγονότα υπάρχουν στη ζωή μας, που περιβάλλονται με μυστήριο και έχουν τόσο μεγάλη σημασία, όσο ο τοκετός και η μητρότητα. Αυτός κατέχει σημαντική θέση στη σκέψη και τα αισθήματα των λαών, ανάλογα με την αντίληψη, τη φυλή, τον πολιτισμό και την κοινωνική δομή.

Ο πόνος του τοκετού πάντοτε απασχολούσε τον άνθρωπο. Το 1850, οι Cerling και Lafontaine ξεκινούν την **εφαρμογή της ύπνωσης**, η οποία όμως αρνιόταν στην επίτοκο το συνειδητό βίωμα του τοκετού της. Το 1931, ο Ρώσος Pavlov βάζει νέες φυσιολογικές προϋποθέσεις για την ερμηνεία της ύπνωσης και την εφαρμογή της στον τοκετό. Η Ρωσική Σχολή Velkovski αρχίζει να εφαρμόζει τις θεωρίες των **εξαρτημένων αντανakλαστικών** (ειδικός αναπνευστικός ρυθμός της εγκύου, συγχρονισμένος με τις συστολές της μήτρας, εξαλείφει τον αντανakλαστικό παλμό συστολή-πόνος).

Το 1933, ο Dick Read στο βιβλίο του με τίτλο "Τοκετός χωρίς φόβο", αξιολόγησε την προσωπικότητα της εγκύου. Τα αίτια, που της δημιουργούν προκαταλήψεις, ψεύτικες εμπειρίες και άγχος, οφείλονται,

συνήθως, στη λανθασμένη διαπαιδαγώγηση. Η πρακτική της μεθόδου αυτής, επεδίωκε να εξαλείψει το φόβο μέσω της άσκησης και της γνώσης. Για πρώτη φορά δίδαξε στις μέλλουσες μητέρες τη χαλάρωση, τη σωστή αναπνοή, τα στάδια της διαδικασίας του τοκετού και την ανάπτυξη του μυϊκού ελέγχου με ασκήσεις.

Το 1952, ο Fernand Lamaze, Γάλλος μαιευτήρας, έδωσε έμφαση στην ευεργετική συμμετοχή της μητέρας σε κάθε στάδιο του τοκετού. Η επίτοκος, καθ' όλη τη διάρκεια του τοκετού, ανταποκρινόταν στις προφορικές παροτρύνσεις του γιατρού. Τα ζευγάρια μάθαιναν "γλώσσες" πάνω στον τοκετό και οι γυναίκες γεννούσαν με λιγότερο πόνο. Αλλά δεν ήταν μόνο τα μαθήματα, ήταν και οι γυναίκες που μιλούσαν με το γιατρό. Η **μέθοδος Lamaze** εφαρμοσθηκε στην Ελλάδα για πρώτη φορά το 1958, στο Μαιευτήριο "ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ".

Οποιαδήποτε όμως και να είναι αυτή η μέθοδος, από την πιο απλή (μέθοδος των αναπνοών) μέχρι και την πιο πολύπλοκη (γιόγκα), υπάρχει κοινή βάση. Κάθε γυναίκα, που βρίσκεται αντιμέτωπη με το πρόβλημα εγκυμοσύνη-τοκετός, χωρίς να είναι έτοιμη γι' αυτό, είναι θύμα του πόνου και του φόβου, ιδιαίτερα σε περίπτωση εγκυμοσύνης εκτός γάμου.

Κατά την ώρα του τοκετού, σημαντική στιγμή στη ζωή της γυναίκας, η άμυνά της συμβολίζει την υπαρξιακή ενοχή και ελκύει το άγχος, που, με τη σειρά του, ερμηνεύεται ως φόβος για το σωματικό

τραυματισμό και την ευθύνη του παιδιού που θα γεννηθεί. Αυτό προκαλεί υπερένταση, έντονες συσπάσεις του μητρικού μυός και αυξάνει την ευαισθησία στον πόνο. Εκπληκτική είναι η αίσθηση αυτού κατά τη φάση της διαστολής.

Πολλοί υποστηρίζουν ότι ο πόνος έχει ουσιώδη σημασία στην εμπειρία του τοκετού και ότι ο ανώδυνος τοκετός διαταράσσει τη σχέση μητέρας-παιδιού. Ατυχής η άποψη, γιατί αυτή η σχέση δεν εξαρτάται από την ένταση του πόνου στον τοκετό. Το άγχος — και κατ' επέκταση ο πόνος — δεν μπορεί να εξλειφθεί μόνο με τη χρήση φαρμάκων. Είναι απαραίτητο με την έναρξη της μάχης εναντίον του πόνου να ξεκινάει και η προετοιμασία με **ψυχοπροφυλακτική μέθοδο** της εγκύου.

Σκοπός της Ψυχοπροφυλακτικής είναι ο φυσιολογικός τοκετός. Για το σκοπό αυτό είναι απαραίτητη η ενεργός συνεργασία της επιτόκου. **(Εσείς και το σώμα σας πρέπει να εργαστείτε μαζί αρμονικά, για να βοηθήσετε το μωρό σας να έρθει στον κόσμο).**

Είναι γνωστό ψυχολογικό φαινόμενο, το γεγονός ότι οι έγκυες τις τελευταίες ημέρες της εγκυμοσύνης είναι εξαιρετικά δραστήριες. Αυτό ερμηνεύεται ως άρνηση του άγχους και ως ανάγκη συνεργασίας στον επικείμενο τοκετό. Η μαία με την ψυχοπροφυλακτική πρέπει να είναι **μια νότα ανθρωπιάς και ζεστής προσωπικής επαφής**, μέσα στην απρόσωπη εξάσκηση της Μαιευτικής.

Το άγχος και η προκατάληψη αναπτύσσουν μια φυσική αντίδραση άμυνας στη γυναίκα. Η αμυντική υπερένταση δεν περιορίζεται μόνο στον ψυχικό τομέα, αλλά επεκτείνεται στο μυϊκό της σύστημα και ειδικά στο μητριάιο μυ. Έτσι, ο πόνος αυξάνει την αντίσταση στη διαστολή του τραχήλου. Για τη διάσπαση του συνδρόμου **άγχος-υπερένταση-άλγος**, ο Read

συνιστά να εξηγήσουμε στη γυναίκα το μηχανισμό του τοκετού, η γνώση δε, να πλαισιωθεί με την εκτέλεση ειδικών γυμναστικών και αναπνευστικών ασκήσεων. Η παρουσία του συζύγου στη διάρκεια της προετοιμασίας, θα αυξήσει το αίσθημα ασφάλειας της εγκύου.

Εκτός της θεωρητικής προετοιμασίας της εγκύου, την οποία θα αναλάβει επιστημονικά καταρτισμένο άτομο (γιατρός ή μαία), θα πρέπει να περιλαμβάνονται ασκήσεις αναπνοής, μυοχαλάρωσης και ασκήσεις της πυέλου των περιφερειακών μυών. Ουδέποτε δε, το άτομο, που έχει αναλάβει την ψυχολογική προετοιμασία της εγκύου, θα πρέπει να δώσει απατηλές υποσχέσεις, γιατί δεν υπάρχει εντελώς ανώδυνος φυσιολογικός τοκετός.

Ο Held, το 1964, στο Συνέδριο της Ψυχωσωματικής Εταιρίας δήλωσε χαρακτηριστικά: **"Η ιδέα ενός ανώδυνου τοκετού μετά από προετοιμασία, μόνο στον εγκέφαλο ενός ανδρός θα μπορούσε να βλαστήσει, εφόσον πράγματι αυτός ουδέν άλγος αισθάνεται κατά τον τοκετό".**

Με την εξάσκηση η μητέρα θα αναπτύξει μία θετική στάση απέναντι στο φυσιολογικό τοκετό, έτσι ώστε ο τοκετός να είναι κάτι που κάνει η ίδια και όχι κάτι που γίνεται σ' αυτήν. Θα μάθει το νευρομυϊκό διαχωρισμό, δηλαδή, να κρατάει σε πλήρη χαλάρωση μια ομάδα μυών, ενώ μια άλλη θα εργάζεται. Η ικανότητα αυτή απαιτεί εξάσκηση και συγκέντρωση του μυαλού, ώστε όταν έρθει ο τοκετός κατά διαταγή του — και ενώ η ομάδα των μυών της μήτρας θα δουλεύει — να κρατάει το υπόλοιπο σώμα χαλαρό.

## ΕΛΕΓΧΟΜΕΝΗ ΑΝΑΠΝΟΗ

- Βοηθάει τη μητέρα να παραμένει ήρεμη.
- Αυξάνει το όριο αποδοχής του πόνου.
- Της παρέχει άνεση.

Έχοντας την άνεση ως κριτήριο, προ-

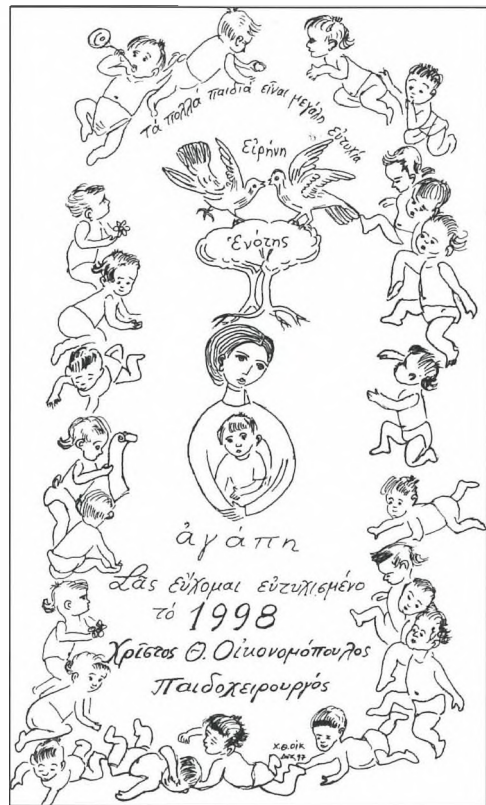
σαρμόζει την αναπνοή της στη δύναμη της συστολής. Παίρνει μία ολόκληρη εισπνοή και βγάζει τον αέρα σιγά-σιγά από το στόμα, στη συνέχεια μισή εισπνοή, κρατάει τον αέρα και εκτελεί κοφτές εισπνοές-εκπνοές (σαν λαχάνιασμα). Καθώς η συστολή δυναμώνει, το λαχάνιασμα γίνεται πιο γρήγορο και πιο επιπόλαιο για να επανέλθει σιγά-σιγά στις βαθιές αναπνοές, όσο η συστολή αδυνατίζει. Και τέλος, εισπνοή-εκπνοή για καλύτερη οξυγόνωση. Η όλη διαδικασία μπορεί να κρατήσει ένα ολόκληρο λεπτό. Στο μεσοδιάστημα των δύο συστολών έχουμε μυϊκή χαλάρωση όλου του σώματος. Αυτή η τεχνική της επιτρέπει να γλυστράει πάνω από τη συστολή με παρόμοιο τρόπο, που γλυστράει κάποιος πάνω στο κύμα.

Έτσι, το μωρό είναι έτοιμο για το τελευταίο τμήμα του ταξιδιού του στο κανάλι της μήτρας και τον ερχομό του στον κόσμο. Κατά την εξώθηση η επίτοκος αναπνέει δύο φορές (τόσος είναι ο χρόνος για να νιώσει και το εσωτερικό, δικό της παράγγελμα, την έντονη επιθυμία). Παίρνει μία τρίτη βαθιά εισπνοή, φέρνει τον αέρα στο θώρακα και με κλειστό στόμα σπρώχνει προς τα κάτω να βγει το νεογέννητο.

Η σχέση της εγκύου με το γιατρό της, η προσωπική επαφή και η εμπιστοσύνη στο πρόσωπο της μαίας, η καλή σωματική και ψυχική προετοιμασία και η σωστή επιστημονική ενημέρωση, αποτελούν τους πλέον σημαντικούς παράγοντες για την εξέλιξη του τοκετού. **Η μαία είναι παράγοντας της άρτιας συνέχισης της ανθρωπίνης ζωής και της συνεχούς αναδημιουργίας της.** Έτσι, η τοποθέτησή της και η αξιοποίησή της στις ανάλογες υγειονομικές υπηρεσίες, συμβάλλει θετικά στην ποιοτική φροντίδα για την υγεία.

Το άγχος και η αγωνία, που προκαλούν στην επίτοκο η ψυχρή ατμόσφαιρα μιάς

αίθουσας τοκετού και η παγερή στάση ενός, συχνά, αδιάφορου περιβάλλοντος, μπορούν πλέον να εξαλειφθούν με την Ψυχοπροφυλακτική. Ήδη, η Πολιτεία το έχει προ καιρού αντιληφθεί. Είναι καιρός, πλέον, να το καταλάβει και η Ελληνίδα εργαζόμενη μητέρα!!!



Ο τακτικός συνεργάτης του περιοδικού μας και αρθρογράφος της στήλης "Λαογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μαμής", Δρ Χρίστος Θ. Οικονομόπουλος, Παιδοχειρουργός, μας έστειλε την παραπάνω ευχετήρια κάρτα, σχεδιασμένη από τον ίδιο, και ενδεικτική της αγάπης του για την ειρήνη, την οικογένεια και τα παιδιά, μιάς και ο ίδιος τυγχάνει πολύτεκνος. Μας επισημαίνει ότι τα πολλά παιδιά είναι ευτυχία και μας προβληματίζει κατά κάποιο τρόπο για την υπογεννητικότητα, που μαστίζει τη χώρα μας.

## Λαογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μαρής

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

(Συνέχεια από το προηγούμενο)

**γιορτάσιμη, η**, όλες οι Θεομητορικές γιορτές. Επίσης, η γιορτή του Αγίου Ελευθερίου και του Αγίου Συμεών είναι οι γιορτάσιμες ημέρες της μαμής.

**γιορτή της μαμής, η**, την 8η Ιανουαρίου οι μητέρες τιμούν τη μαμή πλένοντας τα χέρια της και προσφέροντάς της φιλοδωρήματα. Τα περισσότερα δώρα έχουν σχήμα φαλλικό.

**γιορτονόρι, το**, η ημέρα του Αγίου Ελευθερίου ή της Παναγίας, που προστατεύουν τη μαμή και την έγκυο. Την τιμά πάντα η μαμή.

**γιορτόπιασμα, το**, το ζωηρό και υπερκινητικό παιδί που συνελήφθη παραμονή μεγάλης γιορτής, π.χ. του Ευαγγελισμού, των Χριστουγέννων, του Αγίου Πνεύματος ή της Αγίας Τριάδας.

**γκαρίλος, ο**, το νεογέννητο που συνεχώς κλαίει από κακοπάθημα στον τοκετό (το ανοξαιμικό παιδί).

**γκαρώνα, η**, η επίτοκος που φωνάζει δυνατά κατά τις ωδίνες του τοκετού.

**γκαστριά, η**, η εγκυμοσύνη.

**γκάστρι, το**, η εγκυμοσύνη.

**γκαστριάτικο, το**, φαγητό κατάλληλο για έγκυο.

**γκαστρολογιέμαι**, είμαι έγκυος.

**γκαστρούδα, η**, η μικρή σε ηλικία έγκυος.

**γκάστρωμα, το**, η εγκυμοσύνη.

**γκαστρωμένη, η**, η έγκυος γυναίκα, η βαρούμενη. "Όλα του γάμου δύσκολα κι' η νύφη γκαστρωμένη".

**γκαστρώνω**, καθιστώ έγκυο. "Γυναίκα γκαστρωμένη", "η γυναίκα του ήταν γκαστρωμένη κι' ήτανε όλο αδιαθεσίες".

**γκουίζει**, κλαίει το μωρό.

**γκούσσα, η**, η βρογχοκήλη.

**γληγοροσύνη, η**, η γρηγοράδα. Μια από τις κύριες ιδιότητες και αρετές της μαμής, να τρέχει γρήγορα σε βοήθεια της επιτόκου.

**γλυκάδα, η**, ο ήπιος, πράος, ευχάριστος και γεμάτος καλωσύνη τρόπος της μαμής, ιδίως προς την πρωτάρα μικρομάνα, κατά τις ωδίνες του τοκετού.

**γλυκάνισο, το**, σπέρματα ανίσου σε αφέψημα, για τους κολικούς των βρεφών.

**γλυκειά, η**, η επιληψία, ο σεληνιασμός.

**γλυκερήθρα, η**, μαγικό φυτό της μαμής, για να θεραπεύει την άρρωστη λεχώνα.

**γλυκιάρης, ο**, το παιδί με επιληψία.

**γλυκό, το**, 1) η επιληψία, 2) οι κολικοί του βρέφους, 3) κάθε είδος γλυκίσματος.

**γλυκοαίματο, το**, το αξιαγάπητο παιδί. Τα παιδιά πολυτόκων που δεν έχουν κακοπάθει στη γέννα.

**γλυκοβυζαίνω**, βυζαίνω πολύ καιρό το παιδί, περισσότερο από χρόνο.

**γλυκογαλιάζω**, όταν το παιδί μετά τον απογαλακτισμό αρχίζει να θηλάζει πάλι.

**Γλυκογαλούσα, η**, επίθετο της Παναγίας, που βοηθάει τη λεχώνα να της έρθει πολύ γλυκό γάλα. Λέγεται και Γαλατιανή.

**γλυκοδοσία, η**, το κέρασμα των επισκεπτών στη γέννηση αγοριού.

**γλυκόλογα της μαμής, τα**, οι θωπευτικές και ενθαρρυντικές κουβέντες της μαμής, σε επίτοκο πρωτάρα μικρομάνα.

**γλυκομάνα, η**, 1) αλοιφή της μαμής για το βυζόπονο ή για πληγή της λεχώνας, 2) η καλή μάνα, που θηλάζει ήρεμα το παιδί της.

**γλυκομηλιά, η**, η πολύτεκνη μάνα, που γέννησε άνετα όλα της τα παιδιά.

**γλυκονέρι, το**, ιαματικό νερό, που θεραπεύει την ψυχρότητα της νύφης ή το εμπόδεμα του γαμπρού την πρώτη νύχτα του γάμου. Το προσφέρει η μαμή με παραινήσεις και ορμήνειες.

**γλυκοσάλιση, η**, όταν το βρέφος γαλουρίζει (βγάζει άναρθρες κραυγές με πολλά σαλάκια).

**γλυκοσπύρια, τα**, το μολυσματικό κηρίο του προσώπου των βρεφών.

**γλυκύ, το**, η επιληψία, ο σεληνιασμός.

**γλωσσοδέτης, ο**, η αγκυλογλωσσία του βρέφους, ο χαλινός της γλώσσας. Τον κόβει η μαμή τελετουργικά.

**γλωσσοφαγιά, η**, ο φθόνος, οι επικρίσεις, τα κακόβουλα σχόλια.

**γότητες, οι**, οι γητευτές, οι πρακτικοί γιατροί, οι αγύρτες, που θεραπεύουν τα ψυχοσωματικά νοσήματα της λεχώνας με επωδές.

**γονή, η**, ο γόνος, το τέκνο.

**γονιμοποίηση, η**, η πράξη του γονιμοποιώ, η σύλληψη με τη γενετήσια πράξη.

**γομαρόγαλα, το**, το γάλα της γαιδούρας (όνου). Το δίνουν σε πρόωρα βρέφη με δυσπεψία. Επίσης, στον κοκκύτη.

**γοργόνι, το**, το αρτιγέννητο μιας πολύτοκης γυναίκας, που το ξεγέννησε γρήγορα και χωρίς προβλήματα η μαμή, η οποία από χαρά αναφωνεί: "Μπράβο γοργόνι μου, μπράβο Ήλιε μου, αστέρι μου".

**γουδεία, η**, ο καρπός της μύκωνος της υπνοφόρου. Η μαμή ποτίζει τη λεχώνα επί αϋπνίας.

**γουλιάστρα, η**, το πρώτο γάλα της λεχώνας, το κρατούσε η μαμή σε μικρή γυάλα για γιατρικό.

**γουλοφάγος, ο**, το σκορβούτο.

**γρηγορίδια, τα**, τα λουσίματα της λεχώνας την τρίτη ημέρα, με βρασμένα νεραντζόφυλλα και άλλα φύλλα αρωματικών φυτών ή θάμνων, για να σηκωθεί γρήγορα.

**γυάλινη, η**, η λεχώνα τις πρώτες σαράντα ημέρες.

**γυναίκα, η**, η γυνή, 1) το ενήλικο θηλυκό, 2) η σύζυγος.

**γυναικόχορτο, το**, στειροβότανο. Όταν η μάνα έχει πολλά παιδιά και είναι άρρωστη, τρώει το στειροβότανο για να κάνει εθελουσία στείρωση.

**γυφτοβυζαγμένο, το**, όταν την πρώτη εβδομάδα το γάλα της μάνας είναι πικρόχολο, από επιπλοκές της λοχείας, αν η μαμή δεν βρει συγγενή ή γειτόνισσα βυζάστρα, την παραμονή του πρώτου Σαββάτου φωνάζει μια γύφτισσα και η μάνα της δίνει δώρα για να βυζάξει το παιδί. Ο θηλασμός ήταν ζήτημα ζωής ή θανάτου για το βρέφος και η μαμή είχε μεγάλη ευθύνη όταν το παιδί είχε κακοπάθει σε πρωτότοκο μικρομάνα.



**δαιμονικά, τα**, τα διάφορα κακά πνεύματα που βλάπτουν τη λεχώνα και το παιδί.

**δαιμονοπαρμένη, η**, η λεχώνα που προσεβλήθη από δαιμόνια (αρμένια). Λέγεται και ασβολωμένη.

**δακτυλίδι της μαμής, το**, δακτυλίδι με κόκκινη πέτρα, που το δανείζει η μαμή στην έγκυο, αντί αμοιβής, και χρησιμεύει ως κρατητήρας. Προστατεύει από αιμορραγία κατά την εγκυμοσύνη.

**δασκάλισσα, η, 1)** η γυναίκα του δάσκαλου, **2)** η μαμή που δασκαλεύει τις πρωτάρες στην εγκυμοσύνη, **3)** η διδασκάλισσα.

**δαχτυλοδεικτούμενη, η,** όταν ο τοκετός της ανύπαντρης μάνας γίνεται νύχτα, χτυπούν την καμπάνα και μαζεύονται γύρω από το σπίτι χτυπώντας τενεκέδες. Λέγεται και "πομπιωμένη".

**Δεκαπεντισμός, ο,** όταν μια μάνα βρίσκεται σε κίνδυνο στον τοκετό και τη λοχεία, υπόσχεται στην Υπεραγία Θεοτόκο να περάσει στο ναό το δεκαπενθήμερο του Αυγούστου προσευχόμενη και με αυστηρή νηστεία.

**δεξί χέρι, το,** το δεξί χέρι αποτελεί ιερό σύμβολο για τη μαμή. Μ' αυτό, βουτηγμένο σε λαδάκι του καντηλιού, κάνει διαστολές του αιδίου και του κόλπου κατά τον τοκετό. Η μαμή πιστεύει ότι με τη βοήθεια της Παναγίας το δεξί της χέρι έχει θεία και μαγική δύναμη.

**δέση, η,** η γονιμοποίηση της γυναίκας.

**δέσιμο, το,** το αμπόδεμα, η ορχιπέδη, η από μαγική ενέργεια ψυχική ανικανότητα του γαμπρού την πρώτη νύχτα του γάμου. Υπήρχαν μαμές "Ξαμποδέστριες", που το थेράπευαν.

**δευτεραδέλφια, τα,** τα παιδιά των δυο μανάδων, της βυζάστρας και της πραγματικής μάνας, που έφαγαν το ίδιο γάλα. Λέγονται και βυζαδέλφια.

**δευτέριασμα, το,** το τάξιμο για νηστεία της μάνας κάθε Δευτέρα, για όλο το χρόνο, όταν είχε κινδυνεύσει σε τοκετό. Όταν για δεύτερη φορά κινδυνεύσει κατά τον τοκετό, η μαμή την υποχρεώνει για "δευτέριασμα".

**δευτεροβυζαγμένος, ο,** αυτός που βύζαξε πάλι μετά τον απογαλακτισμό, έχει κακό μάτι και βασκαίνει.

**δευτερούλης, ο,** το δεύτερο παιδί.

**δημόσια, η,** η κοινή γυναίκα, η πόρνη,

η παστρική, η πατσαβούρα, η προκομμένη, η πουτάνα, η ξεδιάντροπη, η αντροχωρίστρα, η πομπεμένη, η καλοστεκούμενη, η μορόζα, η βρωμιάρα, η πολιτική, η καύκα, η γραμμένη, η σπιτωμένη, η σκρόφα, η λωλομπερού, η καλή, η μισότριβη, η ξεσκοτισμένη, η ξεσχολιασμένη, η τσενκίνα, η ανοιχτή, η ρουμπαλιά, η πελαριά. Η μαμή ήταν και πρακτική γιάτρισσα των γυναικών αυτών και με συγκατάβαση τις βοηθούσε στις δύσκολες στιγμές τους, ακόμη και στη γέννα.

**διαβολόφυτρα, η,** το παιδί που γεννήθηκε από ασεφάνωτη γυναίκα κακής διαγωγής.

**διαλάλημα, το,** η διαλάληση σε όρη και βουνά από τη μάνα με τη βοήθεια της μαμής –από την πρώτη έως την τρίτη ημέρα– του παιδιού που γεννήθηκε αντρειωμένο, δηλαδή με διαστηματομυελία ή μηνιγγοκλή.

**διασκέλισμα, το,** το διασκέλισμα της στείρας, δηλαδή, όταν η λεχώνα διασκελίζει μετά τη γέννα τις στειρές γυναίκες για να πιάσουν παιδιά.

**διάσυρτο, το,** το φυτίλι από βαμβάκι. Το χρησιμοποιεί η μαμή σε αποστήματα του μαστού της λεχώνας, μετά το άνοιγμα, για να καθαρίσουν.

**δίδυμα, τα,** τα παιδιά που γεννήθηκαν από τον ίδιο τοκετό. Λέγονται και διδυμάρικα, διμαρέλια, διπλάρια, μπινάρια, γεμέλλικα, γέμελλα. Θεωρούνται από τη μαμή κακό σημάδι, επειδή το ένα από τα δύο κινδυνεύει στον τοκετό.

**διγόνι, το,** το υστερότοκο τέκνο της μάνας.  
**δίκορφο, το,** το παιδί που γεννήθηκε με δύο κορυφές στα μαλλιά της κεφαλής. Η μαμή πιστεύει ότι θα παντρευτεί δύο φορές ή ότι θα γίνει δεσπότης. Λέγεται και διπλόκορφο.

**διμέλι, το,** το δίδυμο.



**διμηνίτης, ο**, το βρέφος ηλικίας δύο μηνών.

**διορθώνω**, ανασχηματίζω τη θέση του εμβρύου. Εξωτερικός χειρισμός της γριάς-Μπάμπως σε ανώμαλη θέση του παιδιού.

**διπλά, τα**, τα δίδυμα, τα διπλάρικα. Τα βαφτίζουν Πέτρο και Παύλο, ή Ελένη και Κωνσταντίνο, ή Κοσμά και Δαμιανό.

**διπλάρι, το**, το δίδυμο παιδί.

**διπλοκανακάρηδες, οι**, τα δίδυμα άρρενα μοναχοπαίδια.

**διπλόκορφο, το**, το παιδί με δύο κορυφές στα μαλλιά της κεφαλής. Πιστεύουν ότι θα παντρευτεί δύο φορές.

**διπλοσαραντίδια, τα**, 1) οι 80 ημέρες από τον τοκετό. Ο διπλοσαραντισμός γίνεται σε έκτακτη ανάγκη, όταν η λεχώνα δεν μπορεί να πάει στην εκκλησία ακριβώς στις 40 ημέρες. Τότε, πηγαίνει στις 80 ημέρες για την ευχή του σαραντισμού. 2) Τα πρώτα έμμηνα της μάνας μετά τις 40 ημέρες της λοχείας.

**διπρόσωπο, το**, η προσωπίδα, ο αμνιακός υμένας, που περιβάλλει το πρόσωπο του παιδιού στη γέννα. Το φυλάει η μάνα για περίαπτο, τυχερό.

**δίψυχος, η**, 1) η έγκυος γυναίκα, 2) η Θεία Μετάληψη, η οποία επιβάλλεται υποχρεωτικά από τη μαμή και τον ιερέα στις επίτοκες, για τους κινδύνους του τοκετού.

**δοντάκι, το**, το χρυσό δοντάκι, 1) το πρώτο δόντι του βρέφους, 2) η Θεία Μετάληψη του βρέφους μετά το φανέρωμα του πρώτου δοντιού.

**δοντόχορτο, το**, η ρίζα του ελλέβορου (σκάρφης), για τα χαλασμένα δόντια των εγκύων. Το προμηθεύει η μαμή.

**δρακονέρια, τα**, τα ανεμονέρια, σκιερές πηγές μέσα στις οποίες ζουν νερόφιδα. Η μαμή απαγορεύει στις έγκυες να πίνουν νερό από αυτές.

**δράκαινα, η**, η οξεία γαστρεντερίτις των βρεφών.

**δρακάκι, το**, το νεογέννητο αβάφτιστο βρέφος.

**δρακόντια, τα**, δυο χοντρές λαμπάδες, τάματα της μάνας, όταν κινδυνεύσει στον τοκετό μαζί με το αβάφτιστο νεογνό (δράκος).

**δράκος, ο**, το αβάφτιστο αγόρι, ο δρακούλης, ή μπέμπης ή μπουλής. Δράκισσα ή δρακούλα: το αβάφτιστο κορίτσι.

**δρακότης, ο**, η νόσος "τοξινίσις" των βρεφών. Την θεραπεύει η μαμή με αμπελόνερο και γάλα.

**δρεπανόζωμα, το**, πριν αρχίσουν οι ωδίνες στην επίτοκο, η μαμή της περιφέρει τρεις φορές γύρω από τη μέση ένα δρεπάνι για να γίνει σιδερένια από τους πόνους και να γεννήσει εύκολα.

**δρίμες, οι**, οι πρώτες έξι ημέρες του Μαρτίου και του Αυγούστου. Σ' αυτές τις ημέρες οι λεχώνες μένουν κλεισμένες στο σπίτι και δεν πλένουν τα πανιά των βρεφών τους για να μη βγάλουν σπυριά. Δριμώνω=γεμίζω σπυριά.

**δριμονάτο, το**, το φτωχό θηλυκό, όταν γεννηθεί, το βάζει η μαμή μέσα στο δριμόνι, που δεν έχει πολλές τρύπες, για να μη ζήσει πολλά χρόνια και δωροδοκείται από τον πατέρα!!!

**δροσογεννημένο, το**, το παιδί που το γέννησε η μάνα μόνη της το πρωί με τη δροσιά στο χωράφι, χωρίς καμιά βοήθεια από μαμή ή άλλη γυναίκα.

**δροςόνερο, το**, το νερό που ρίχνει κάθε βράδυ για 40 ημέρες μια συγγενής στον τάφο της λεχώνας, που πέθανε ασάντιστη από επιπλοκές της λοχείας. Γι' αυτό, η ασάντιστη πεθαμένη λεχώνα λέγεται και δροσοφορτωμένη.

**δροσοφορτωμένη, η**, η ασάντιστη πεθαμένη λεχώνα από επιπλοκές της λοχείας. Ραντίζουν τον τάφο της για 40

ημέρες.

**δρύμαλα, τα**, οι δρίμες, δηλαδή οι πρώτες έξι ημέρες του Μαρτίου και Αυγούστου, που βλάπτουν τις λεχώνες όταν πλύνουν τα ρούχα των παιδιών τους.

**δυσμελιάρικα, τα**, τα δίδυμα.

**δυναμόχερη, η**, η παραμαμή, που αντικρατούσε από πίσω την επίτοκο πρωτάρα όταν της έρχονταν οι ωδίνες του τοκετού. Συνήθως ήταν δύο. Τις λέγανε δυναμόχερες και ήταν έμπειρες πολύτεχνες μητέρες.

**δυσόσμος, ο**, αντιγαλακταγωγό αφέψημα για να σταματήσει το γάλα της μάνας.

**δυσκολοκοιμάται**, το κακοπαθημένο στον τοκετό νεογνό κλαίει συνεχώς και δυσκολοκοιμάται, γιατί έχει το χαρακτηριστικό ανοξαμικό κλάμα.

**δώρα της μαμής, τα**, τα δώρα που δίνουν οι γονείς στη μαμή. Αν γεννηθεί αγόρι, ο πατέρας δωρίζει καλά δώρα στη μαμή, χρυσό ή αργυρό νόμισμα. Στη γέννηση κοριτσιού, το δώρο της μαμής είναι ένα πιάτο φακές ή ένα σαπούνι!

**δώρεμα της στείρας, το**, το ντύσιμο των φτωχών και ορφανών παιδιών από μια στείρα γυναίκα, για να την ευλογήσει ο Θεός να συλλάβει παιδί.

## Ε

**εβδομήντα**, εβδομήντα. Μαγικός αριθμός για τη μαμή. 1) Οι εβδομήντα φλέβες του βυζιού στη γαλακτοφορία, 2) οι εβδομήντα φλέβες του κορμιού στην εγκυμοσύνη, 3) οι εβδομήντα φλέβες των ποδιών της λεχώνας. Αυτές είναι οι πιο επικίνδυνες, γι' αυτό, με εντολή της μαμής η λεχώνα τινάζει τα πόδια της για να διώξει το κακό (σοφή συμβουλή για πρόληψη της εν τω βάθει

θρομβοφλεβίτιδος κατά τη λοχεία).

**εγγάστρια, η**, η έγκυος.

**έγγομος, η**, η έγκυος σε προχωρημένη εγκυμοσύνη.

**εγγόνι, το**, το παιδί του παιδιού κάποιου, ο εγγονός. "Του παιδιού μου το παιδί είναι δυο φορές παιδί μου".

**εγκυμοσύνη, η**, η κατάσταση της εγκύου, η κυοφορία, η κύηση.

**έγκυος, η**, αυτή που φέρει έμβρυο στην κοιλιά της, η γκαστρωμένη.

**έγνοια της μαμής, η**, η φροντίδα και το αμέριστο ενδιαφέρον της μαμής κατά την εγκυμοσύνη, τον τοκετό και τη λοχεία της γυναίκας.

**εικονοστάσι της μαμής, το**, το μέρος που τοποθετούν τις εικόνες. Στο εικονοστάσι της μαμής υπάρχουν υποχρεωτικά τρεις εικόνες: 1) της Παναγίας με το Χριστό, 2) του Αγίου Ελευθερίου και 3) του Αγίου Στυλιανού. Επίσης, αγιασμός και επιτάφια λουλούδια.

**Ειρήνη Αγία, η**, προστάτης της λεχώνας και του βρέφους.

**έκθεση, η**, η εγκατάλειψη νεογνού στο ύπαιθρο από τη μάνα του, συνήθως νόθου.

**έκθετο, το**, το νόθο τέκνο από κλεψιγαμία.

**εκκλησιούλα, η**, η μικρή εκκλησία, ο ναΐσκος, το ναΐδριο, το εξωκκλήσι, το ερημοκκλήσι. Σ' αυτές οι στείρες κάνουν σαρανταλείτουργο με νέο... παπά, για να "τεκνίσουν", ή παντρεύονται οι έγκυες, από παράνομο δεσμό, σε στενό οικογενειακό κύκλο.

**έκτρωμα, το**, το γεννημένο με έκτρωση έμβρυο.

**έκτρωση, η**, η πρόωρη εκβολή του εμβρύου από τη μήτρα (αυτόματη ή τεχνητή άμβλωση), η αποβολή.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

## Όταν εκεί επάνω ... (Διάλογος με την Ειλείθυια)

**Νίκος Α. Παπανικολάου**, Ομότιμος Καθηγητής Μαιευτικής-Γυναικολογίας.

(Συνέχεια από το προηγούμενο)

– Και το νησί Κέρκυρα συνδέεται με έρωτα του θείου σου.

– Η Κέρκυρα ήταν κόρη του ποταμού Ασωπού και είχε μητέρα τη Μερόπη από την Αρκαδία. Την ερωτεύτηκε ο Ποσειδώνας και αφού την πήρε από τη Βοιωτία, την πήγε στο νησί Σχερία. Το νησί αυτό σχηματίστηκε από το δρεπάνι που πέταξε ο Κρόνος, όταν έκοψε τα γεννητικά όργανα του πατέρα του Ουρανού. Από τότε το νησί πήρε το όνομα της Κέρκυρας. Από την ένωση αυτή γεννήθηκε ο Φαίακας, που έδωσε το όνομά του στους Φαίακες, το λαό, που επισκέφθηκε ο Οδυσσέας, όταν γύριζε στην πατρίδα του. Βασιλιάς τότε των Φαίακων ήταν ο Αλκίνοος και τον Οδυσσέα υποδέχτηκε η κόρη του Ναυσικά.

– Πριν από τον Φαίακα, βασιλιάς ήταν ο Ναυσίθοος, γιός του Ποσειδώνα. Έτσι δεν είναι;

– Σωστά. Ο Ναυσίθοος ήταν γιός του από την Περίβοια, την κόρη του Ευρυμέδοντα.

– Αυτού που πήγε να βιάσει τη μητέρα σου την Ήρα;

– Αυτού του βίαιου Γίγαντα, που οι πράξεις του προκάλεσαν καταστροφές του λαού του και δικές του. Κατάφερε να βιάσει τη μητέρα μου και από το βιασμό αυτό γεννήθηκε ο Προμηθέας. Ο πατέρας μου οργίστηκε, σκότωσε τον Ευρυμέδοντα, και επειδή είχε πολλά μα-

ζεμένα του Προμηθέα, αν και ήταν ξάδερφός του, τον αλυσσόδεσε πάνω στον Καύκασο και έστειλε ένα αετό, που τον γέννησε η Έχιδνα με τον Τυφώνα, να του τρώει το σικώτι, το οποίο συνέχεια αναγεννιόταν. Ο Ηρακλής σκότωσε τον αετό και απελευθέρωσε τον Προμηθέα.

– Και ο Τάφιος, ο ήρωας του νησιού Τάφος ήταν και αυτός γιός του θείου σου.

– Από την Ιπποθήη, που ήταν εγγονή του Περσέα, κόρη του Μήστορα και της Λυσιδίκης, κόρης του Πέλοπα. Την απήγαγε ο Ποσειδώνας, και την πήγε στα νησιά Εχινάδες. Εκεί, γέννησε τον Τάφιο, που τους κατοίκους του νησιού τους ονόμασε Τηλεβόες, από τον Τηλεβόα, τον επώνυμο ήρωα, που κατέλαβε τη Λευκάδα εξορμώντας από την Τάφο. Σήμερα, την Τάφο τη λένε Μεγανήσι.

– Την όμορφη ανηψιά του, την Αφροδίτη – αν δεχθούμε πως είναι κόρη του Δία και της Διώνης και πως δεν είναι αφροπλασμένη από τα γεννητικά όργανα του Ουρανού, που τα έκοψε ο Κρόνος και τα πέταξε στη θάλασσα – την κατέκτησε και αυτή ο Ποσειδώνας;

– Δεν του γλίτωσε! Την κατέκτησε και μαζί της απέκτησε τον Έρικα, και ας λένε πως είναι γιός του Αργοναύτη Βούτη. Ο Έρικας έδωσε το όνομά του στο σικελικό βουνό, που στην κορυφή του υπήρχε ναός της Αφροδίτης. Ήταν άτυ-

χος, γιατί τον σκότωσε ο Ηρακλής, όταν είχε κλέψει τα κοπάδια του Γηρυόνη και ο Έρुकας προσπάθησε να του κλέψει τα βόδια. Εκτός από τον Έρुकα η Αφροδίτη απέκτησε από το θείο μου και τη Ρόδο, που την παντρεύτηκε ο Ήλιος και πήγε στο νησί, που έχει το όνομά της. Εκεί απέκτησε εφτά παιδιά, τους Ηλιάδες. Πρώτος ήταν ο Κέρκαφος, που παντρεύτηκε την κόρη του αδερφού του Όχιμου και απέκτησε τον Ιάλυσο, τον Λίνδο και τον Κάμειρο. Αυτοί μοιράστηκαν το νησί και ίδρυσαν τρεις πόλεις, που πήραν το όνομά τους.

— Δεν ήταν μόνο η μητέρα σου εκδικητική, όταν διαπίστωνε απιστίες του πατέρα σου, ήταν και η θεία σου η Αμφιτρίτη, όταν απιστύσε ο Ποσειδώνας. Αυτή δεν μεταμόρφωσε τη Σκύλλα σε τέρας;

— Η Σκύλλα ήταν κόρη του θαλασσινού θεού Φόρκη, την αγάπησε ο θείος μου Ποσειδώνας, αλλά το έμαθε η γυναίκα του και ζήλεψε. Με τη βοήθεια της μάγισσας Κίρκης την έκανε τέρας, δηλαδή από τη μέση και πάνω παρέμεινε γυναίκα και από τη μέση και κάτω είχε έξι άγρια σκυλιά, που κατασπάραζαν όποιον πενούσε. Αυτό το τέρας μαζί με τη Χάρυβδη, που τρεις φορές την ημέρα κατάπινε μεγάλη ποσότητα θαλασσινού νερού μαζί με τα πλοία που έπλεαν, αποτέλεσαν το φόβο και τον τρόμο των περαστικών από το στενό της Μεσσήνης, που χωρίζει την Ιταλία από τη Σικελία. Τη Σκύλλα τη σκότωσε ο Ηρακλής, όταν του καταβρόχθισε μερικά βόδια, που άρπαξε από τη χώρα του Γηρυόνη.

— Αυτός, ο βασιλιάς των θαλασσών, για τον έρωτα μιας γυναίκας καταδέχτηκε να γίνει παραπόταμος για να την κατακτήσει. Δεν είναι έτσι;

— Πρόκειται για την Τυρώ, την κόρη του Σαλμωνέα, γιού του Αιόλου και βασιλιά της Ήλιδας, που τον κεραυνοβόλησε ο πατέρας μου, γιατί ήθελε να τον μιμηθεί. Μητέρα της ήταν η Αλκιδίκη, κόρη του βασιλιά της Αρκαδίας.

Η Τυρώ, λοιπόν, αγάπησε τον ποταμό Ενιπέα, που ήταν παραπόταμος του Πηνειού και που σήμερα λέγεται Τσαναργλής. Ο Ενιπέας δεν ανταποκρίθηκε στον έρωτά της και αυτή πήγαινε κάθε μέρα στις όχθες του και έκλαιγε. Κάποτε, αναδύθηκε από τα νερά του ποταμού ο Ποσειδώνας, του άρεσε, μεταμορφώθηκε σε Ενιπέα και την κατάκτησε. Από την ένωσή τους γεννήθηκαν δίδυμα αγόρια, ο Πελίας και ο Νηλέας, που όταν μεγάλωσαν σκότωσαν τη Σιδηρώ, τη δεύτερη γυναίκα του Σαλμωνέα, που κακομεταχειριζόταν τη μάνα τους.

Ύστερα, η Τυρώ παντρεύτηκε το θείο της Κρηθέα, που ήταν αδερφός του πατέρα της, και απέκτησε τον Αίσιονα, τον Φέρητα και τον Αμυθάονα.

— Ποιά ήταν η τύχη του Πελία και Νηλέα;

— Όταν γέννησε τους δύο γιούς του η Τυρώ, τους εγκατέλειψε σε ερημικό μέρος όπου τους βρήκε ένας αλογοβοσκός. Τον πρώτο τον ονόμασε Πελία, γιατί τον χτύπησε ένα άλογό του και το πρόσωπό του έγινε πελιό, δηλαδή πελιδνό, και τον δεύτερο Νηλέα, γιατί τον λυπήθηκε μια σκύλα και τον βύζαξε. Από το "κατελέησε", που σημαίνει λυπήθηκε, βγήκε ο Νηλέας.

Όταν μεγάλωσαν ο Πελίας έμεινε στη Θεσσαλία, στην Ιωλκό, και επειδή μάλωσε με τον αδελφό του, ο Νηλέας πήγε στην Πύλο, στη Μεσσηνία.

— Φαίνεται, πως τα δυο αδέρφια, Δίας και Ποσειδώνας, είχαν και συνεργασία στα ερωτικά τους σκάνδαλα. Ο πατέρας

σου δεν έριξε στα δίχτυα του αδελφού του τη Μήστρα;

— Και αυτή έπεσε μέσα, όχι από πόθο ερωτικό, αλλά από την αγάπη της για τον πατέρα της το Θεσσαλό Ερυσίχθωνα, που τον καταράστηκε η Δήμητρα να μη χορταίνει ποτέ, επειδή της έκοψε ένα ιερό άλσος της. Η Μήστρα, τότε, προσφέρθηκε στον Ποσειδώνα και απέκτησε την ικανότητα να μεταμορφώνεται όποτε ήθελε σε ότι ζώο επιθυμούσε. Για να βοηθάει τον πατέρα της από την αχόρταγη βουλιμία του, μεταμορφωνόταν σε αγελάδα ή φοράδα, που ο πατέρας της την πήγαινε στην αγορά για πούλημα. Για αντάλλαγμα έπειρνε μικρότερα ζώα, που τα έφερνε στο σπίτι, τα έψηνε και τα έτρωγε. Την άλλη μέρα η Μήστρα, που αμέσως μετά την αγοραπωλησία έπαιρνε τη μορφή της, ξαναγινόταν πάλι ζώο για πούλημα ή ανταλλαγή.

Ο πατέρας μου είπε στον αδελφό του να πάρει τη Μήστρα και να πάει στην Κώ. Εκεί γεννήθηκε ο Ευρύπυλος, αλλά τον άφησε και έφυγε, για να πάει κοντά στον αχόρταγο πατέρα της. Τον Ευρύπυλο τον σκότωσε ο Ηρακλής, όταν ήταν βασιλιάς της Κώ, γιατί, όταν επέστρεφε από την Τροία, δεν τον άφησε ν' αράξει στο νησί.

— Πριν φύγει για την Κώ η Μήστρα, νομίζω, είχε κάποια περιπέτεια με το Σίσυφο, το βασιλιά της Κορίνθου.

— Σωστά. Ο Σίσυφος υπήρξε ο πιο πονηρός και αδίστακτος θνητός. Ήταν γιός του Αιόλου. Όταν, λοιπόν, έμαθε τις ικανότητες της Μήστρας να μεταμορφώνεται, θέλησε να τις εκμεταλευτεί αυξάνοντας τα κοπάδια του. Τη ζήτησε από τον πατέρα της τον Ερυσίχθωνα τάχα να την παντρέψει με το γιό του, το Γλαύκο. Ο Ερυσίχθωνας κατάλαβε την πονηριά

του, αλλά την έδωσε, αφού πρώτα του πήρε για δώρο πολλά ζώα. Όταν πήγε η Μήστρα στην Κόρινθο, που τότε την έλεγαν Εφύρα, δεν την πάντρεψε με το Γλαύκο, αλλά θέλησε να την εκμεταλευτεί, όπως ο πατέρας της. Την πρώτη ημέρα, που τη μεταμόρφωσε και την αντάλλαξε με μικρότερα ζώα, αυτή έγινε και πάλι γυναίκα και, αντί να πάει στο σπίτι του μελλοντικού πεθερού της, πήγε στον πατέρα της. Εκεί, την ανακάλυψε ο Σίσυφος και ζήτησε να πάρει πίσω τα δώρα, που έδωσε στον Ερυσίχθωνα. Αυτός αρνήθηκε την επιστροφή τους και ήρθαν στα χέρια. Τη διαφορά την έλυσε ο πατέρας μου, που δεν ήθελε ο Σίσυφος ν' αποκτήσει απογόνους, γιατί, όταν έκλεψε την Αίγινα, την κόρη του Ασωπού, ο Σίσυφος το μαρτύρησε στον πατέρα της. Έδωσε, λοιπόν, την εντολή στον Ποσειδώνα να φύγει με τη Μήστρα για την Κώ.

— Λέγεται, πως η Έλλη, η κόρη του Αθάμαντα, δεν πνίγηκε στη θάλασσα, που πήρε το όνομα Ελλησποντος, αλλά πως την έσωσε ο Ποσειδώνας και την κατέκτησε.

— Δίκιο έχεις. Όπως ξέρεις, η Έλλη είχε μάνα τη Νεφέλη και αδελφό το Φρίξο. Ο πατέρας της Αθάμαντας παντρεύτηκε για δεύτερη φορά την Ινώ, που δεν αγάπησε τα δυο αδέρφια. Για να απαλλαγεί από αυτά, ειδοποίησε τις γυναίκες της Βοιωτίας να κρύψουν κρυφά από τους άντρες τους καρπούς, που είχαν για σπορά. Έτσι, η σπορά δεν απέδωσε και οι άνθρωποι πεινούσαν. Ο Αθάμας έστειλε τότε στο Μαντείο των Δελφών να τον συμβουλευθούν. Η πανούργα Ινώ είχε φτιάξει έτσι τα πράγματα, ώστε η απάντηση του μαντείου να είναι ο θάνατος του Φρίξου. Κάτω από την πίεση των κατοίκων, ο Αθάμας δέχτηκε

να θυσιάσει το γιό του, αλλά την τελευταία στιγμή εμφανίζεται η μητέρα του η Νεφέλη και παίρνει τον Φρίξο και την Έλλη, τους ανεβάζει σ' ένα χρυσόμαλλο κριάρι και τους στέλνει στην Κολχίδα. Περνώντας ανάμεσα στο Σίγειο και στη Θράκη, η Έλλη πέφτει από το κριάρι στη θάλασσα. Τότε, τη βρήκε ο Ποσειδώνας και την έκανε δική του. Από την ένωσή τους γεννήθηκε ο Παίονας, από τον οποίο προήλθε η φυλή των Παιόνων, στις όχθες του ποταμού Αξιού.

– Αιμομείκτης δεν ήταν μόνο ο πατέρας σου, ήταν και ο αδελφός του ο Ποσειδώνας, αφού πήγε και αυτός, όπως και ο πατέρας σου, με την αδελφή του τη Δήμητρα. Από τη Δήμητρα ο πατέρας απέκτησε την Περσεφόνη, ο θεός σου απέκτησε παιδιά;

– Τον Αρείονα και τη Δέσποινα. Να πώς έχει η ιστορία: Όταν η Δήμητρα έψαχνε να βρει την κόρη της Περσεφόνη, την αντάμωσε ο Ποσειδώνας στη Θέλπουσα της Αρκαδίας και θέλησε να την κατακτήσει. Αυτή, για να τον αποφύγει, μεταμορφώθηκε σε φοράδα και έβασκε με τα άλογα του Όγκου, του βασιλιά της Θέλπουσας της Αρκαδίας.

Μια μέρα, πέρασε από τα νερά της Στύγας στα Αροάνια Όρη, το σημερινό Χελμό, είδε τον εαυτό της άσχημη φοράδα μέσα στα νερά και τα καταράστηκε να μαυρίσουν. Από τα μαύρα νερά έγινε το σημερινό Μαυρονέρι.

Ο θεός μου, προκειμένου να πετύχει το σκοπό του δεν άργησε να μεταμορφωθεί σε άλογο και να κατακτήσει την αδελφή του. Όταν το κατάλαβε η Δήμητρα, θύμωσε, γι' αυτό ονομάστηκε και Ερινύς, δηλαδή θυμωμένη. Ύστερα, όμως, ηρέμησε, λούστηκε στα νερά του ποταμού Λάδωνα και πήρε το όνομα Λουσία.

Από τον έρωτα του θείου μου Ποσειδώνα και της θείας μου Δήμητρας, όπως σου είπα γεννήθηκαν δυο παιδιά. Ο Αρείονας, που ήταν ένα άλογο ταχύτατο και που στην αρχή το πήρε ο Όγκος και ύστερα ο Ηρακλής και ο Άδραστος, και η Δέσποινα, που την έλεγαν και Κυρά ή Αφέντρα. Γι' αυτή, λένε, πως απαγορευόταν ν' αναφέρουν το όνομά της παρά μόνο σε μυστικές τελετές.

– Εκτός από την Ευρώπη, την κόρη του Αγήνορα και της Τελέφασσας, που ερωτεύτηκε ο πατέρας σου, υπήρχε και μια άλλη Ευρώπη, που την ερωτεύτηκε ο θεός σου. Ποιά ήταν;

– Αυτή ήταν κόρη του Τιτυού, του φοβερού Γίγαντα, που ήταν γιός του πατέρα μου από την Ελάρα. Όταν την είδε ο Ποσειδώνας την αγάπησε και μαζί της απέκτησε τον Εύφημο.

– Τον Αργοναύτη;

– Ναι, αυτόν, που όταν οι Αργοναύτες περνούσαν τις Συμπληγάδες πέτρες, άφησε να περάσει πρώτα ένα περιστέρι. Είναι ο ίδιος, που όταν ο θεός Τρίτωνας του έδωσε ένα μαγικό σβώλο, τον πέταξε στη θάλασσα και αναδύθηκε το νησί Θήρα. Τον Εύφημο τον τιμούσαν στο Ταίναρο.

– Και με κάποια γυναίκα εγγονού του είχε σχέση ο θεός σου και μάλιστα απέκτησε δυο παιδιά, τον Εύρυτο και τον Κτέατο, που ήθελαν να τους παρουσιάσουν σαν ένα άνθρωπο με δυο κεφάλια, και που τους σκότωσε ο Ηρακλής.

– Αυτά τα παιδιά ήταν οι Μολιονίδες, δηλαδή τα παιδιά της Μολιόνης. Η Μολιόνη ήταν γυναίκα του Άκτορα, που την αγάπησε ο Ποσειδώνας, όπως αναφέραμε.

– Και γιατί τη θέλουν γυναίκα του εγγονού του;

– Γιατί ο πατέρας του Άκτορα ήταν ο

Ήλιος, που ήταν γιός του Ποσειδώνα από την Ευρυκίδα, την κόρη του Ενδυμίωνα, από τον έρωτά του με τη Σελήνη.

– Είναι αυτός, που απέκτησε πενήντα κόρες με τη Σελήνη και κοιμήθηκε αιώνιο ύπνο;

– Αυτός είναι. Ήταν ένας όμορφος βοσκός, που τον είδε η Σελήνη και τον ερωτεύτηκε. Ύστερα από παράκληση δική της στο Δία, ο Ενδυμίωνας ζήτησε μια χάρη: να κοιμηθεί πάντα νέος. Ο Δίας του την έκανε.

– Εκεί που ο θεός ποταμός Αλφειός υπήρξε άτυχος στον έρωτά του για την Άρτεμη και τη Νύμφη της, την Αρέθουσα, ο θεός σου ο Ποσειδώνας κατάφερε να κατακτήσει τη δεύτερη πολύ εύκολα σε σχέση με τον Αλφειό, που του έκανε τη ζωή δύσκολη.

– Ο Αλφειός ήταν πάντα ερωτιάρης. Βάλθηκε να κατακτήσει όχι μονάχα την Άρτεμη, αλλά και τις Νύμφες της. Μια μέρα που η Άρτεμη με τις Νύμφες είχαν γιορτή στις εκβολές του ποταμού, θέλησε να την πλησιάσει, αλλά αυτή πασάλειψε το πρόσωπό της με λάσπη και ο Αλφειός δεν τη γνώρισε. Δοκίμασε, όμως, να πλησιάσει τη Νύμφη Αρέθουσα, που και αυτή, όπως η Άρτεμη, περιφρονούσε τον έρωτα. Τρομοκρατημένη η Αρέθουσα έτρεξε να γλιτώσει από τον Αλφειό, μέχρι που κάποτε εξαντλημένη παρακάλεσε την Άρτεμη να τη σώσει. Η θεά την πήρε με ένα σύννεφο και την έκανε πηγή και, για να μην ενώσει ο ποταμός τα νερά με την πηγή, χώρισε τη γη στα δύο.

– Ο θεός σου πώς την κατέκτησε;

– Σα θεότητα της πηγής Αρέθουσας, που βρισκόταν κοντά στη Χαλκίδα, ενώθηκε μαζί της και απέκτησε τον Άβαντα, βασιλιά του Άργους. Από αυτόν προήλ-

θαν οι Άβαντες, που κατοικούσαν στη δυτική πλευρά της κεντρικής Εύβοιας.

– Λέγεται, πως ο Ευρυπίδης έγραψε δύο τραγωδίες, που χάθηκαν: Τη "Μελανίππη ή δεσμώτη" και τη "Μελανίππη ή σοφή", εμπνευσμένες από κάποια Μελανίππη, ερωμένη του Ποσειδώνα. Ποιά ήταν αυτή;

– Η ιστορία ξεκινάει από τον Έλληνα, το γιό του Δευκαλίωνα, που έδωσε το όνομά του στη φυλή μας. Αυτός, παντρεύτηκε τη Νύμφη Ορθυίδα και απέκτησε τον Αίολο, το βασιλιά της Θεσσαλίας, που λεγόταν Αιολία. Ο Αίολος παντρεύτηκε την Ωκυρρόη, που διδάχτηκε από τον Κένταυρο και από τον Ασκληπιό την τέχνη να γλιτώνει ανθρώπους. Αυτό εξόργισε τον πατέρα μου και την έκανε φοράδα. Έτσι, άλλαξε το όνομά της και το έκανε Ίππη ή Ιππιώ.

Ο Αίολος από την Ίππη απέκτησε μια όμορφη κόρη, τη Μελανίππη, που θα πει μαύρη φοράδα. Κάποτε, ο Αίολος έκανε ένα φόνο και γι' αυτό εξορίστηκε. Τότε, βρήκε την ευκαιρία ο θεός μου να την κατακτήσει. Από τον έρωτά τους γεννήθηκαν δίδυμα αγόρια, ο Αίολος, που πήρε το όνομα του παππού του, και ο Βοιωτός.

– Ασφαλώς ο Ποσειδώνας, όπως και ο πατέρας σου, από μικρός θα έδειξε την ερωτομανία του. Ποιά ήταν η πρώτη του ερωμένη;

– Η μητέρα του θείου μου και γιαγιά μου, η Ρέα, τον εμπιστεύτηκε στους Τελχίνες, τους δαίμονες της Ρόδου, παιδιά του Πόντου και της Γαίας. Αυτοί, είχαν μια αδελφή, την Αλία. Μόλις ανδρώθηκε ο Ποσειδώνας έσπευσε να την κατακτήσει. Αυτή ήταν η πρώτη ερωμένη του. Από αυτή απέκτησε έξι γιούς, που τους χτύπησε με τρέλα η Αφροδίτη και εκείνοι αποπειράθηκαν να βιάσουν την ίδια

τους τη μάνα. Ο Ποσειδώνας θύμωσε για τη συμπεριφορά των γιών του και τους βαράθρωσε στη θάλασσα. Η Αλία, απελπισμένη, έπεσε και αυτή στη θάλασσα. Οι κάτοικοι της Ρόδου της καθιέρωσαν λατρεία με το όνομα Λευκοθέα.

– Εκτός από τους έξι γιούς η Αλία δεν είχε άλλα παιδιά;

– Είχε και τη Ρόδη, που τάχα έδωσε το όνομά της στη Ρόδο, αλλά μάλλον η Ρόδη, που έδωσε το όνομά της στο νησί, ήταν κάποια άλλη ερωμένη του Ποσειδώνα. Μπορεί να ήταν και ξαδέλφη μου, δηλαδή κόρη της νόμιμης γυναίκας του θείου μου, της Αμφιτρίτης.

– Και από τις Πλειάδες, ο Ποσειδώνας απέκτησε παιδιά. Ποιές ήταν αυτές;

– Οι Πλειάδες ήταν επτά αδελφές, κόρες του Άτλαντα και της Πλειόνης. Ονομάζονταν: Ταΰγέτη, Αλκινόη, Ηλέκτρα, Αστερόπη, Κελαινώ, Μαία και Μερόπη. Όλες ενώθηκαν με θεούς, εκτός από τη Μερόπη, που παντρεύτηκε το Σίσυφο. Τις Πλειάδες ερωτεύτηκε ο Ωρίωνας και τις κυνηγούσε για πέντε χρόνια. Αυτές, για να τον αποφύγουν, έγιναν περιστέρια. Ο Δίας τις λυπήθηκε και τις έκανε αστέρια. Της Μερόπης το αστέρι λάμπει λιγότερο, γιατί ντρεπόταν, που είχε άντρα το Σίσυφο.

Από τις επτά αδελφές ο Ποσειδώνας κατέκτησε τις δύο, την Αλκυόνη και την Κελαινώ. Από την Αλκυόνη απέκτησε τον Υριέα, που βασίλευσε στη Βοιωτία, και τον Υπερήνορα. Από την Κελαινώ απέκτησε το Λύκο, το γενάρχη των Αρκάδων, που ο πατέρας του τον έστειλε στη Νήσο των Μακάρων.

– Είπαμε, Ελευθώ, πως ο θεός σου Ποσειδώνας πήγε με την κόρη του Αίολου, τη Μελανίπη, που την είχε αποκτήσει με την πρώτη του γυναίκα, την

Ωκυρρόη ή Ίππη. Είχε, όμως, αποκτήσει και πολλά παιδιά και από μια άλλη κόρη του Αίολου, από τη δεύτερη γυναίκα του την Ευαρέτη.

– Αυτή ήταν η Κανάκη, μια από τις πέντε θυγατέρες του Αίολου και της Ευαρέτης. Ο Ποσειδώνας ερωτεύτηκε την Κανάκη, που, όπως η μάνα της, έτσι κι' αυτή, του βγήκε γόνιμη και απέκτησε πέντε γιούς: τον Οπλέα, το Νηρέα, τον Επωπέα, τον Αλωέα και τον Τριόπα. Από αυτούς, ο Επωπέας είχε γιό το Μαραθώνα, που κατοίκησε την Αττική. Ο Αλωέας παντρεύτηκε την Ιφιμέδεια. Την Ιφιμέδεια, δηλαδή τη γυναίκα του γιού του, κατέκτησε ο Ποσειδώνας και απέκτησε τον Ώτο και τον Εφιάλτη, που ήταν γίγαντες και για τους οποίους μιλήσαμε. Ο Τριόπας απέκτησε τον Ερυσίχθονα.

– Αυτόν τον ακόρεστο, που τον καταράστηκε η Δήμητρα να μη χορταίνει ποτέ και που η κόρη του η Μήστρα έτρεχε να προλάβει να του εξασφαλίζει τροφή;

– Αυτόν, και που στο τέλος μέσα στην τρέλα του καταβρόχθισε τον ίδιο τον εαυτό του. Αναφερθήκαμε σ' αυτόν.

– Και ο Κύκλωπας Πολύφημος, ο μονόφθαλμος, που αιχμαλώτισε τον Οδυσσέα, ήταν γιός του Ποσειδώνα;

– Αυτόν ο θεός μου τον απέκτησε από τον έρωτά του με τη Θόωσα, την κόρη του Φόρκη, του θαλασσινού θεού. Αιχμαλώτισε, πραγματικά, τον Οδυσσέα και τους δώδεκα συντρόφους του και άρχισε να τους καταβροχθίζει. Ο Οδυσσέας γλίτωσε όταν τον μέθυσε και τον τύφλωσε. Από τότε ο Ποσειδώνας κυνηγούσε τον Οδυσσέα.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)



## 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 Σύμβαση του «Ελευθώ»

### ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΩΝ Σ.Ε.Μ.

### Αγαπητοί Συνάδελφοι,

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

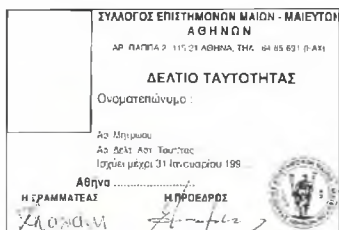
**β)** Εν όψει υπηρεσιακών ελέγχων της Υγειονομικής Υπηρεσίας της Νομαρχίας στην οποία ανήκει ο χώρος που εργάζεσθε, θα θέλαμε να είσθε καθ' όλα εντάξει στις υποχρεώσεις σας απέναντι στο Σύλλογο, ώστε να μη βρεθούμε στην ανάγκη να επικαλεσθούμε τα προβλεπόμενα από το Νόμο.

Ελπίζουμε στη συνεργασία σας για το συμφέρον του Κλάδου.

Για το Δ.Σ.

Η Πρόεδρος  
**ΕΛΕΝΗ ΣΑΜΑΡΙΤΑΚΗ**

Η Γραμματέας  
**ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΔΑΛΙΑΝΗ**



**BALINT INTERNATIONAL PRIZE  
FOR  
PROFESSIONALS IN THE FIELD  
OF PUBLIC HEALTH**

The prize is aimed at professionals in public health, including nurses, midwives, medical technicians and therapists, and the amount in question (Sfr. 8'000.--) is offered jointly by the Foundation for Psychosomatic and Social Medicine in Ascona and the Swiss Red Cross.

Closing date for entries: 28th February 1998

**The Swiss Red Cross**

Department of Vocational Education  
Pro Balint  
Werkstrasse 18, CH-3084 Wabern  
Switzerland

**INTERNATIONAL SEMINARS  
Neonatal nursing:  
current issues**

22-28 March 1998

Nottingham

The British Council

\* \* \* \* \*

*Περισσότερες πληροφορίες  
στον Σ.Ε.Μ.Α.:  
Αρ. Παππά 2 - 115 21 ΑΘΗΝΑ  
Τηλ.: 64.65.691 (Fax)*



*Το Διοικητικό  
Συμβούλιο  
του Συλλόγου  
Επιστημόνων  
Μαιών-Μαιευτών  
Αθηνών  
σας εύχεται  
Χρόνια Πολλά  
και Ευτυχισμένο  
τον Καινούργιο  
Χρόνο*



## Επιτέλους, μπορείτε να χαϊδέψετε το τρυφερό δερματάκι του μωρού σας. Πώς όμως θα το προστατεύσετε;

4 σημαντικές ερωτήσεις

**1. Πώς θα μπορούσα να προστατεύσω το δέρμα του νεογέννητου μωρού μου; Διατηρώντας το στεγνό.** Το δέρμα των νεογέννητων είναι πολύ ευαίσθητο, γι' αυτό είναι πολύ σημαντικό να το διατηρείτε όσο πιο στεγνό γίνεται.

**2. Γιατί είναι τόσο σημαντικό να διατηρώ το δέρμα του μωρού μου στεγνό;** Αν το δέρμα του μωρού σας παραμείνει υγρό ή σε επαφή με ούρα για αρκετή ώρα, μπορεί να προκληθούν ερεθισμοί από την πάνα. Αυτό θα έχει ως αποτέλεσμα συγκαμένο ή ερεθισμένο δέρμα και τελικά τη δυσφορία του μωρού σας. Δερματολογικές έρευνες έχουν δείξει πως μια στεγνή πάνα βοηθάει στην πρόληψη των ερεθισμών, κρατώντας τα ούρα μακριά απ' το δέρμα. Με λίγα λόγια, **το υγιές δέρμα ξεκινά από το στεγνό δέρμα.**

**3. Πώς μια πάνα βοηθάει να κρατηθεί το δερματάκι του μωρού μου στεγνό;** Μια πάνα πρέπει όχι μόνο να απορροφά γρήγορα την υγρασία από τα ούρα αλλά και να έχει έναν ειδικό πυρήνα ώστε να την απομονώνει στο εσωτερικό της και μακριά από το δερματάκι του μωρού σας. Πρέπει επίσης να έχει πλαϊνά τοιχώματα σχεδιασμένα έτσι ώστε να εμποδίζουν τις διαρροές στα πόδια του μωρού σας.



Ακόμη και με 20% περισσότερο υγρό τα Pampers\* κρατούν το δέρμα του μωρού σας πιο στεγνό από την επόμενη καλύτερη πάνα.  
\*στην μέγιστη πάνα



**4. Ποια είναι η καλύτερη πάνα για νεογέννητα;** Δεν υπάρχουν πιο στεγνές πάνες για νεογέννητα από τα Pampers Newborn Baby - Dry Plus. Χάρη στο μοναδικό στρώμα Baby - Dry και στον ειδικά σχεδιασμένο πυρήνα τους Ultra Plus απορροφούν γρήγορα την υγρασία και διατηρούν το δερματάκι του μωρού σας απόλυτα στεγνό. Επιπλέον, έχουν επανακαλλυόμενες ταινίες που κολλούν σίγουρα κάθε φορά ακόμα κι αν έρθουν σε επαφή με κρέμες ή λοσιόν. Και να είστε σίγουρες πως καθώς το μωρό σας μεγαλώνει υπάρχει πάντα ένα μέγεθος Pampers που θα το κρατάει απόλυτα στεγνό.



Η μόνη απάντηση.



Pampers Newborn Baby - Dry Plus. Για πιο στεγνά, πιο χαρούμενα μωρά.

# Μωρομάντηλα Pampers. Απαλά, σαν "μητρικό χάδι".



ΑΔΕΛ/SAATCHI & SAATCHI ADVERTISING



Στο μωρό σας χαρίζετε τα πιο τρυφερά σας χάρδια. Θ' αφήνατε ποτέ ν' αγγίξουν το ευαίσθητο δερματάκι του με τρόπο λιγότερο απαλό; Σίγουρα όχι. Γι' αυτό χρειάζεστε τα μωρομάντηλα Pampers, που ξεχωρίζουν από τα κοινά μωρομάντηλα. Καίδευουν το μωράκι σας τόσο τρυφερά όσο εσείς, το καθαρίζουν αποτελεσματικά, ενώ παράλληλα είναι πολύ ανθεκτικά.

- Είναι φτιαγμένα από ύφασμα ειδικής κατασκευής, απαλό σαν βαμβακερό, για να προσφέρουν στο μωρό σας την απαλότητα που χρειάζεται.
- Περιέχουν απαλή λοσιόν, που καθαρίζει τέλεια το δερματάκι του μωρού και το βοηθά να προστατεύεται από τους ερεθισμούς.
- Είναι δερματολογικά ελεγμένα, με ουδέτερο pH γιά το δέρμα και χωρίς οινόπνευμα.

*Τα μωρομάντηλα Pampers είναι φτιαγμένα από μαλακό ύφασμα σαν βαμβακερό, γεμάτο μικρούς θύλακες αέρα. Γι' αυτό είναι πιο μαλακά από τα κοινά μωρομάντηλα, ενώ είναι και πολύ ανθεκτικά.*



Τομή κοινού μωρομάντηλου



Τομή μωρομάντηλου Pampers.

Τα κοινά μωρομάντηλα, τόσο τα μικρότερου όσο και τα μεγαλύτερου πάχους, είναι πολύ συμπίεσμένα. Γι' αυτό είναι λιγότερο απαλά.

Τα μωρομάντηλα Pampers είναι γεμάτα μικρούς θύλακες αέρα που τα κάνουν πολύ απαλότερα.



**Πιο απαλά μωρομάντηλα για πιο χαρούμενα μωρά!**



**Υφασμάτινα Μωρομάντηλα**