

ΕΛΕΥΘΩ

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

ΑΠΡΙΛΙΟΣ - ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ

'99



Β' ΠΕΡΙΟΔΟΣ
ΤΟΜΟΣ 4ος • ΤΕΥΧΟΣ 2ο



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

Νέα Μωρομάντηλα Pampers

Lotion Care System



"Τόσο απαλά,
σα να καθαρίζω με νερό
το δερματάκι του!"



Με μια νέα
λοσιόν
τόσο ευγενική
όσο το νερό!



Με μακριές,
μαλακές ίνες
για τον απαλότερο
καθαρισμό Pampers
που έγινε ποτέ!



Σαν μητέρα γνωρίζετε ότι το νερό είναι η πιο τρυφερή φροντίδα για την ευαίσθητη επιδερμίδα του μωρού σας.

Κι εκείνο, πόσο λατρεύει αυτή την αίσθηση...

Φανταζόσασταν όμως ότι υπάρχουν μωρομάντηλα τόσο απαλά, όσο το νερό; Τώρα ναι. Τα νέα μωρομάντηλα Pampers με Lotion Care. Χάρη στη νέα βρεφική λοσιόν και στις μακριές, μαλακές ίνες τους, καθαρίζουν την ευαίσθητη επιδερμίδα του μωρού σας ακόμη πιο απαλά. Όσο το νερό!

Pampers

Εσείς και τα Pampers. Προστατέψτε το δέρμα του μωρού σας.

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 4ος, ΤΕΥΧΟΣ 2ο, ΑΠΡΙΛΙΟΣ - ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ 1999

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΙ ΣΥΜΒΟΥΛΟΙ

ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΣ: Ομότιμος Καθηγητής Μαιευτικής-Γυναικολογίας Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.

ΣΟΦΑΤΖΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ: Διευθυντής Τμήματος Νεογνολογίας Π.Γ.Ν-Μαιευτηρίου «Ελενα Βενιζέλου».

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Δ.Σ. του Σ.Ε.Μ.Α.

ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΟΙ ΕΦΕΤΕΙΑΚΟΙ ΣΥΛΛΟΓΟΙ
ΤΣΙΤΣΙΛΩΝΗ-ΛΟΥΛΙΑ ΜΑΡΙΑ: Ρ.Μ., Σ.Σ.Μ., Μ.Τ.Δ., τέως Διδάσκουσα Μ.Μ.Η.

ΦΩΤΙΟΥ-ΣΟΥΡΜΠΗ ΣΟΦΙΑ: Τέως Προϊσταμένη Τμήματος Μαιευτικής Τ.Ε.Ι. Αθήνας.

ΜΠΑΚΕΑ ΝΙΚΗ: Μαία.

ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΒΑΣΙΛΙΚΗ: Μαία.

ΠΑΤΣΟΥΡΑΚΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ: Μαία.

ΧΑΤΖΙΔΟΥ ΕΛΕΝΗ: Μαία.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Σελ.

- Ενέργειες του Σ.Ε.Μ.Α προς Κρατικούς Φορείς 48
- 5η Μαΐου: Παγκόσμια Ημέρα της Μαΐας 50
- Το χρέος μας προς την παραδοσιακή Ελληνίδα Μαμή 51
- Αρχαιρεσίες Εταιρείας Οικογενειακού Προγραμματισμού 58
- Αρχαιρεσίες Σ.Ε.Μ.Μ Ιωαννίνων 59
- Ιστορικό ίδρυσης και αρχαιρεσίες Συλλόγου "Η ΛΗΔΑ" 60
- 25ο Διεθνές Συνέδριο Μαιών - Μανίλα, Φιλιππίνες 61
- Γυναίκες, Παιδιά και Μαίες σε καταστάσεις πολέμου και πολιτικών αναταραχών 64
- Ποίηση: "Θύματα πολέμου" 65
- Προαναγγελία 8ου Πανελληνίου Συνεδρίου Μαιών-Μαιευτών 66
- Μητρικός Θηλασμός - Νέα απ' όλο τον Κόσμο 67
- Σεξουαλική ζωή μετά την εμμηνόπαυση 69
- Λαογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μамής 75
- Όταν εκεί επάνω! 80
- Ανοιχτό Ταχυδρομείο - Οδηγίες για συγγραφείς 85
- Ανακοίνωση Συνεδρίου 86

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

ΑΡ. ΠΑΠΠΑ 2, 115 21 ΑΘΗΝΑ

ΤΗΛ.: 64.65.691

(FAX): 64.65.691

Αρ. Πρωτ. 24

Αθήνα 4-2-1999

Προς

1. Υπουργείο Υγείας-Πρόνοιας
 - α. Γραφείο Υπουργού
 - β. Γραφείο Υφυπουργού Υγείας
 - γ. Γραφείο Υφυπουργού Πρόνοιας
 - δ. Γραφείο Γεν. Γραμματείας Υγείας
 - ε. Γραφείο Γεν. Γραμματείας Πρόνοιας
 - στ. Διευθυντή Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας
2. Πρόεδρο Δ.Σ. Ε.Ο.Κ.Φ.
3. Διεύθυνση Μητρότητας-Παιδιού ΠΙΚΠΑ

Θέμα: **Νόμος 2646/98**

Σύμφωνα με το Νόμο 2646/1998, που αφορά την οργάνωση και λειτουργία του Εθνικού Συστήματος Κοινωνικής Φροντίδας, οι Συμβουλευτικοί Σταθμοί Μητρότητας και Παιδιού (Ι.Α.Κ) και οι Παιδικές Πολυκλινικές του ΠΙΚΠΑ Αθηνών και Επαρχιών μεταφέρονται με το προσωπικό τους στα Νοσοκομεία.

Όπως γνωρίζετε στα Ι.Α.Κ υπηρετούν και **Μαίες**, που είναι Εξειδικευμένοι Επαγγελματίες Υγείας και προσφέρουν τις υπηρεσίες τους στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας επί σειρά ετών, με έμφαση στην **Πρόληψη και Προαγωγή Υγείας**.

Επεξηγηματικά αναφέρουμε ότι οι Μαίες ασχολούνται στους συγκεκριμένους χώρους εργασίας:

1. Στην **Περιγεννητική Φροντίδα**
 - α. Παρακολούθηση της φυσιολογίας της εγκυμοσύνης, διατροφή, υγιεινή διαβίωση, ψυχολογική υποστήριξη και προετοιμασία για το φυσιολογικό τοκετό.
 - β. Προετοιμασία γονέων για το γονεϊκό τους ρόλο.
 - γ. Προαγωγή Μητρικού Θηλασμού - Φροντίδα νεογέννητου, τόσο στα Κέντρα όσο και με κατ' οίκον παρακολούθηση.
 - δ. Προώθηση και εφαρμογή Οικογενειακού Προγραμματισμού, για Πρόληψη και Προαγωγή Υγείας στην Οικογένεια, μείωση των αμβλώσεων, με στόχο την αντιμετώπιση του Δημογραφικού Προβλήματος.
2. Στην **Πρόληψη του Γυναικολογικού Καρκίνου**, με την ενημέρωση του γυναικείου πληθυσμού για το test Παπανικολάου και εφαρμογή αυτού. Επίσης, στην εκπαίδευση των ίδιων των γυναικών για την αυτοεξέταση και ψηλάφηση του μαστού.

Παρά το ότι, ακόμα και συναισθηματικά, η αναγκαία αυτή αλλαγή, όπως την επικαλείσθε, δεν μας βρίσκει απόλυτα σύμφωνους, δεχόμαστε την καλή σας πρόθεση για ορθολογική αξιοποίηση του δυναμικού των **40 Μαιών**, που ήδη υπηρετούν στο ΠΙΚΠΑ.

Προς αποφυγή παρεξηγήσεων των προσφερομένων υπηρεσιών προς τον πληθυσμό, αναφέρουμε ενδεικτικά αριθμητικά στοιχεία, που αποδεικνύουν πως αν είχαν καλυφθεί στο παρελθόν και οι **141 θέσεις Μαιών στο ΠΙΚΠΑ**, οι υπηρεσίες που αναφέρουμε παρακάτω θα ήταν τουλάχιστον στο τριπλάσιο ή στο τετραπλάσιο.

Επίσημη Στατιστική έτους 1997:

Εξετάστηκαν γυναίκες: 30.782

Pap test: 17.091

Επισκέψεις και συνεργασία Μαιών κατ' οίκον: 5.992

Εκπαίδευση Σπουδαστών ΤΕΙ: 3.414.

Για όσα δεν έγιναν, ασφαλώς, η ευθύνη δεν είναι δική μας.

Με δεδομένη την καλή σας πρόθεση, σας αναφέρουμε πως πιστεύουμε ότι μπορεί οι Μαιές του ΠΙΚΠΑ να προσφέρουν τις γνώσεις και την εμπειρία τους, χωρίς να βιώσουν την απογοήτευση και τις άπειρες δυσκολίες προσαρμογής σ' ένα καινούργιο περιβάλλον, όπως είναι τα Γενικά Νοσοκομεία, που, λογικά, **δεν** διαθέτουν υπηρεσίες **Περιγεννητικής Φροντίδας και Πρόληψης**.

Προτείνουμε:

Για διευκόλυνση των δικών σας θέσεων, οι κυρίως προτάσεις μας να επικεντρωθούν στα παρακάτω:

Σύμφωνα με την αναφορά σας, άρθρο 23 του Νόμου 2646/1998, εμείς πιστεύουμε ότι η Μαία είναι το πρόσωπο επιλογής στην ομάδα των Επαγγελματιών Υγείας, για τη δημιουργία και λειτουργία ενός πρότυπου Κέντρου στο Ε.Ο.Κ.Φ για τη Μητέρα και το Παιδί. Οι αρμοδιότητες προκύπτουν, τόσο από το περιεχόμενο του άρθρου 23, αλλά και από την εμπειρία των Μαιών του ΠΙΚΠΑ.

Εναλλακτική λύση με υψηλή αποδοτικότητα θα είναι οι Μαιές του ΠΙΚΠΑ να εργασθούν στα Κέντρα Υγείας, αφού ούτως ή άλλως είναι προσαρτημένα στα Περιφερειακά Νοσοκομεία.

Επίσης, **η δυνατότητα καλύτερης λειτουργίας Κέντρων Οικογενειακού Προγραμματισμού, άρθρο 17**, εύκολα θα έδινε πρόσβαση για κοινοτική μέριμνα στον πληθυσμό και στα σχολεία, που υπάγονται σ' αυτήν. Όπως π.χ., ενημέρωση του πληθυσμού για τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, τις ιδιαίτερα αυξημένες ανάγκες των κοινωνικών ομάδων: τσιγγάνων, οικονομικών προσφύγων και ευπαθών πληθυσμών.

Οι παραπάνω υπηρεσίες, μπορούν να παρασχεθούν ακόμα από Μαιές στις Διευθύνσεις Υγιεινής των Νομαρχιών. **Οι Μαιές είναι ήδη ειδικευμένες** και με πολυετή πείρα και ανταποκρίνονται άμεσα στις προσδοκίες του άρθρου 23 του σχεδίου του ΠΔ του Νόμου 2646/1998.

Οι Μαιές και οι Μαιευτές είναι αυτόνομοι Επαγγελματίες Υγείας, κατοχυρωμένοι με το Νόμο του Κράτους 2593/1953, με καθορισμένα επαγγελματικά δικαιώματα και πλήρη εναρμόνιση με τις κατευθυντήριες Οδηγίες 154/80, 155/80, 156/80 της ΕΟΚ και όχι, όπως εκ παραδρομής αναγράφεται, ως Τ.Ε Νοσηλευτικής-Μαιευτικής, άρθρο 58 (βαθμοί - κλάδοι - κατηγορίες).

Για το Δ.Σ του Σ.Ε.Μ.Α
Η Πρόεδρος
ΕΛΕΝΗ ΣΑΜΑΡΙΤΑΚΗ

Ανακοίνωση του Σ.Ε.Μ.Α.*

* Το παρακάτω ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ στάλθηκε σε όλες τις εφημερίδες με την ευκαιρία της εορτής της Παγκόσμιας Ημέρας της Μαίας.

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Η 5η Μαΐου είναι καθιερωμένη ως Διεθνής Ημέρα για τη Μαία. Η πρώτη Κυριακή του Μάη είναι αφιερωμένη στη Μητέρα. Ο Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Αθηνών και φέτος θα γιορτάσει και τις δύο αυτές ημέρες στις 9 του Μάη, ημέρα Κυριακή, 11 το πρωί, στο ξενοδοχείο "PRESIDENT".

Η φετινή γιορτή βρίσκει και τη μητέρα και τη μαία σε μία περίοδο προβληματισμού για την αξία της ζωής, όπως τη ζούμε σήμερα με τον πόλεμο στα Βαλκάνια. Η μητέρα και το παιδί είναι τα πιο αθώα θύματα αυτής της παράλογης ιστορίας. Για μία φορά ακόμα, έγκυες, θηλάζουσες, βρέφη και παιδιά ζουν το φόβο, την ανασφάλεια και την περιπέτεια ενός παράλογου πολέμου.

Πιστεύουμε πως εσείς, που έχετε τη δυνατότητα επικοινωνίας, μπορείτε να ενώσετε τη φωνή μας με κάθε φωνή διαμαρτυρίας, ώστε τα παιδιά που έρχονται στον κόσμο να ζήσουν με ειρήνη.

Για το Δ.Σ. του Σ.Ε.Μ.Α.
Η Πρόεδρος
ΕΛΕΝΗ ΣΑΜΑΡΙΤΑΚΗ

5η Μαΐου: Παγκόσμια Ημέρα της Μαίας

Ελένη Σαμαριτάκη, Πρόεδρος Σ.Ε.Μ.Α., Καθηγήτρια Εφαρμογών ΤΕΙ Αθήνας.

ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

Κάθε χρόνο, το Βασιλικό Κολλέγιο Μαιών Αγγλίας, που συνδέεται με Συλλόγους Μαιών απ' όλο τον κόσμο, γιορτάζει στις 5 του Μάη την Παγκόσμια Ημέρα της Μαίας. Το 1999, οι εκδηλώσεις συμπεριλάμβαναν ένα Διεθνές Συνέδριο επικεντρωμένο στις πραγματικότητες και την πρόκληση για την προστασία της μητρότητας την επόμενη δεκαετία.

Το Βασιλικό Κολλέγιο Μαιών είναι μία από τις μεγαλύτερες και παλαιότερες οργανώσεις στον κόσμο και έχει μακρά ιστορία στήριξης της Μαιευτικής και της προστασίας της Μητρότητας σε παγκόσμιο επίπεδο. Εξάλλου, το Κολλέγιο είναι το μόνο που έχει κέντρο συνεργασίας για τη Μαιευτική (WHO Collaborating Center for Midwifery).

Το Κολλέγιο με κάλεσε με δικά του έξοδα να παρακολουθήσω το Συνέδριο αυτό. Το όνομά μου υποδείχθηκε από την Anna Fawcett - Henesy, Regional Adviser Nursing and Midwifery, WHO Europe. Ο τίτλος του Συνεδρίου ήταν: **"Making Safe Motherhood a Reality: The challenge for the next ten years"** (Κάνοντας την προστασία της μητρότητας πραγματικότητα: Η πρόκληση για τα επόμενα 10 χρόνια).

Το Συνέδριο έγινε στο Royal College of Physicians, London. Ήταν πολύ ενδιαφέρον με θέματα που αφορούν τη Μαία, ως πρόσωπο - κλειδί για την προστασία της μητρότητας. Οι ομιλητές, κατά κανόνα Μαίες με μεταπτυχιακές σπουδές και ακαδημαϊκή καριέρα, μετέφεραν γνώσεις και εμπειρίες από διαφορετικά σημεία του κόσμου, όπως την Αφρική, την Ασία, τη Λατινική Αμερική, αλλά και την Ευρώπη.

Επέστρεψα για μία φορά ακόμα προβληματισμένη. Χρειαζόμαστε να επαναπροσδιορίσουμε το ρόλο μας ως επαγγελματίες υγείας στην καινούργια χιλιετία. Το επαγγελματικό μας προφίλ χρειάζεται να ενισχυθεί με βελτίωση και αναβάθμιση της εκπαίδευσής, ώστε να συμβαδίζουμε με τις συναδέλφους άλλων κρατών και να ανταποκρινόμαστε στις σύγχρονες απαιτήσεις.

Στο Συνέδριο αυτό μου δόθηκε χρόνος 15' για χαιρετισμό, όπου στη συνέχεια μετέφερα την προσωπική μου εμπειρία από τις 12 ημέρες, που εργάστηκα με τους "Γιατρούς του Κόσμου" στον καταυλισμό των προσφύγων στο Stankovic, στα σύνορα του FYROM με το Κόσσοβο, έξω από τα Σκόπια. Με την ευκαιρία, που μου δόθηκε, είπα δύο λόγια για την ανάγκη ειρήνης στα Βαλκάνια, αφού ξέρουμε πως εκείνοι που πληρώνουν περισσότερο στον πόλεμο είναι οι έγκυες, οι θηλάζουσες μητέρες και τα παιδιά τους.

Το χρέος μας προς την παραδοσιακή Ελληνίδα Μαμή*

Δρ **Χρίστος Θ. Οικονομόπουλος**, Παιδοχειρουργός

* Ομιλία από την εκδήλωση για την Παγκόσμια Ημέρα της Μαίας, την 9η Μαΐου 1999 στο ξενοδοχείο "PRESIDENT".

Αγαπητές μου Φίλες και Φίλοι,

Ευχαριστώ εγκάρδια τη φωτισμένη Πρόεδρο του θαυμαστού τούτου Συλλόγου των Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Αθηνών, την αγαπητή ερίτιμο κ. Ελένη Σαμαριτάκη-Νικολαΐδου, όπως επίσης και το δραστήριο και δημιουργικό Διοικητικό Συμβούλιο του Συλλόγου, γιατί με ενθουσιασμό και με προθυμία έχει ενστερνιστεί να φέρει στη δημοσιότητα με το έγκριτο και γεμάτο φροντίδα περιοδικό του Συλλόγου, το καλαίσθητο "ΕΛΕΥΘΩ", τις προσπάθειές μου των τριάντα τελευταίων ετών, που διασώζουν τις πράξεις και ενέργειες της απλής και άγνωστης Ελληνίδας Μαμής από την εποχή της Τουρκοκρατίας

και Φραγκοκρατίας μέχρι σήμερα, με τη φιλοξενία του "Λαογραφικού Λεξικού της Ελληνίδας Μαμής". Είναι περιττό να τονίσω ότι το "Λεξικό της Μαμής" έχει συγκινήσει και γοητεύσει όλες τις Μαίες, Μαιευτές και Μαιευτήρες ανά το Πανελλήνιο.

Επίσης, ο Σύλλογος έχει αγκαλιάσει και με τη φροντίδα του θα εκδοθεί τον επόμενο μήνα, ως έκδοση του Συλλόγου, το βιβλίο μου με τίτλο: "Τα Νανουρίσματα και τα Ταχταρίσματα της Λαϊκής Ελληνίδας Μάνας", τα οποία έχω καταγράψει ακούγοντάς τα από μαμές, μητέρες και γιαγιάδες των 20.000 μικρών ασθενών μου, που έχω χειρουργήσει από το 1962

μέχρι σήμερα.

Η προθυμία, η προσωπικότητα, ο πατριωτισμός και η ευγένεια της εριτίμου Προέδρου κ. Σαμαριτάκη, καθώς και του σεβαστού Διοικητικού Συμβουλίου, να εξυψώσουμε την παραδοσιακή Μαμή, με έχουν συγκινήσει, γιατί σεμνά και αθόρυβα φροντίζουν για τις παραγκωνισμένες μέχρι σήμερα ανώνυμες Μαίες, που ήταν για μένα, ανέκαθεν και πάντοτε, οι πολύ αγαπημένες μου, επειδή έχουν ενταχθεί να βοηθούν τόσο αποτελεσματικά της Ελληνίδες μητέρες, αφού είναι οι πρώτες που φέρνουν στο φως της ζωής τα Ελληνόπουλα, που είναι το μέλλον της φυλής μας.

Σήμερα σας αποκαλύπτω ότι εργάζομαι πυρετωδώς, ώστε να έλθουν στη δημοσιότητα, για να γίνουν κτήμα όλων σας, πολλές προσπάθειές μου για τη ζωή και τις εμπειρίες της ανώνυμης Ελληνίδας Μαρής. Έτσι, ετοιμάζω το "Λεξικό των μαγικών και ιαματικών βοτάνων της Ελληνίδας Μαρής", που θα είναι πολύ συγκλονιστικό και ελπίζω να εκδοθεί από το Σύλλογο με τη χορηγία κάποιας εταιρείας. Επίσης, ετοιμάζω τα βιβλία: "Ο Μητρικός Θηλασμός στην Ελληνική Λαογραφία", "Η Διατροφολογία της Μαρής", "Η παραδοσιακή Μαμική (Η Τέχνη της Λαϊκής Μαρής)".

Δεν είμαι Μαιευτήρας-Γυναικολόγος, αλλά Παιδοχειρουργός. Σας εξομολογούμαι ότι μετά τη μεγάλη μου αγάπη, που είναι η Χειρουργική της Νεογνικής, Βρεφικής, Παιδικής και Εφηβικής ηλικίας, έχω ακόμη δύο μεγάλες αγάπες, ξεχωριστές στην καρδιά μου. Η μία είναι η προβολή της ζωής της άγνωστης και ανώνυμης παραδοσιακής Ελληνίδας Μαρής και η άλλη είναι η προβολή της ζωής της απλής λαϊκής Ελληνίδας μάνας και του παιδιού της, γιατί πιστεύω ότι το παρελθόν πάντοτε φωτίζει το παρόν και το μέλλον.

Οι ιστορικοί του κόσμου αφιερώνουν πολλές σελίδες για να υμνήσουν τους πολιτικούς, τους στρατηγούς, τους ποιητές, τους πρωταθλητές, τους καλλιτέχνες και λογοτέχνες, κανένας, όμως, δεν σκέφτηκε να εξιστορήσει τους αφανείς αγώνες των Μαιών.

Σήμερα, όλων των ειδών οι αστέρες γίνονται παντού γνωστοί με όλα τα σύγχρονα μέσα προβολής. Η τηλεόραση, ιδίως, η σύγχρονη αυτή γυάλινη οθόνη, προβάλλει στο προσκήνιο της δημοσιότητας μεγάλες, μέτριες και μικρές διασημότητες, αλλά αγνοεί συστηματικά το έργο της Μαρής, που συντελείται αθόρυβα τις νύχτες και έτσι παραμένει στη σκιά.

Όπως ο γενναίος στρατιώτης, που προτάσσει τα στήθη του και κερδίζει τη μάχη στο μέτωπο του πολέμου, έτσι και η Μαία, τόσο η παραδοσιακή, όσο και η σύγχρονη επιστήμων Μαία και ο Μαιευτής, προσφέρουν ατίμητες υπηρεσίες στο Έθνος.

Αγαπητές μου Φίλες και Φίλοι,

Από την προϊστορική εποχή η Μαία είχε μια δεσποζούσα θέση στην κοινωνία. Η Μυκηναϊκή Ελλάδα ήταν η χώρα στην οποία αναπτύχθηκε μια υψηλή αντίληψη για την αποστολή της Μαρής.

Τα Ηραία κατά τη Μυκηναϊκή εποχή ήταν πρότυπα μαιευτήρια με έμπειρο προσωπικό. Στα μεγάλα Ηραία υπηρετούσαν εννέα άτομα, οχτώ γυναίκες, οι "Ειλείθειες" (πλαγιομαμές και οπισθομαμές) και ένας άνδρας, ο "Μάντης".

Σε περιπτώσεις παρατάσεως του τοκετού, δυστοκίας ή διδυμογενέσεως, δηλαδή σε δύσκολους και υψηλού κινδύνου τοκετούς, χρησιμοποιείτο πάντοτε ο οπισθόδομος του ναού. Στα μικρά Ηραία υπηρετούσαν τρεις γυναίκες, απλές μαίες, οι Ειλείθειες.

Κάθε μεγάλο Ηραίο κατά τη Μυκηναϊκή εποχή περιβάλλετο από 40 ξύλινους κίονες. Αυτοί συμβόλιζαν:



Φωτογραφία από την εκδήλωση για την Παγκόσμια Ημέρα της Μαίας (5 Μαΐου) και της Μητέρας (9 Μαΐου) στο Ξενοδοχείο "PRESIDENT", την 9η Μαΐου 1999.

- 1) τις 40 εβδομάδες της εγκυμοσύνης,
- 2) τις 40 εβδομάδες του υποχρεωτικού μητρικού θηλασμού και
- 3) τις 40 ημέρες της λοχείας, με αυστηρή αποχή από συνουσία.

Η παραβίαση του κανόνα αυτού τιμωρείτο από την Ήρα με μεγάλη ποινή. Εδίκετο σχετικός όρκος στη θεά από τις λεχώνες, οι οποίες όταν ορκίζοντο αναφωνούσαν "Νή την Ήρα". Επίσης, το σκήπτρο της θεάς Ήρας στο κεφάλι της είχε σαν διακόσμηση 40 μικρούς πύργους με πολύτιμα πετράδια, που συμβόλιζαν τις 40 συμβουλές, που έδινε η θεά στη λεχώνα. Επιβίωση αρχαία έχουμε τις "40 ορμήνιες", που δίνει η λαϊκή Μαμή και η γιαγιά στη μικρομάνα κατά την περίοδο της λοχείας.

Η θεά Ήρα ήταν αρχιέρεια-θεά, "Ιατρίνα", η λεγόμενη την εποχή της Τουρκοκρατίας "εμπροσθομαμή" ή "μπροσθομαμή" και που διακρινόταν για την αγχίνοια (ετοιμότητα πνεύματος), την οξύνοια (ταχεία αντίληψη) και περίνοιά της (σύνεση και γνώση με ευφυΐα).

Η Ήρα γνώριζε να εκτελεί με τη "χείρα" (επιβίωση ηχομητική του "Ήρα"), όπως και η λαϊκή Μαμή, εξωτερικούς και εσωτερικούς χειρισμούς, μετασχηματισμούς, εξελκυσμό, στροφή, κατασεισμό κλπ. Ήταν η πρώτη στον κόσμο, που εκτέλεσε με το χέρι –στον παρατεταμένο τοκετό της Αλκμήνης– την εξαγωγή της κεφαλής του Ηρακλή και του Ιφικλή, τοποθετώντας το ένα δάκτυλο στο στόμα του εμβρύου και το άλλο στη σιαγόνα, σαν

άγκιστρο. Αυτό σημαίνει και το όνομά της Ήρα (είναι το α' ενικό πρόσωπο του Αορίστου Α' του ρήματος αίρω).

Στην Ιατρική, σήμερα, ο χειρισμός αυτός κακώς φέρει το όνομα πολλών επιστημόνων Μαιευτήρων, όπως του Mauriceau, του Pinard, του Ferebeat, του Vernier κλπ. Το ορθό είναι να λέγεται "ο χειρισμός της Ήρας".

Στα μεγάλα Ηραία γεννούσαν οι αρχόντισσες και όσες αγρότισσες ή ποιμενίδες είχαν δυστοκία.

Στα Ηραία οι Ειλείθιες εναλάσσονταν άγρυπνες ολόκληρο το 24ωρο. Η Ήρα είχε ορίσει ειδικούς κανόνες, όχι μόνο για τις Ειλείθιες, δηλαδή τις πρακτικές Μαίες-Ιέρειες (οπισθομαμές και πλαγιομαμές) που έπρεπε να τις διακρίνει η υποδειγματική αυταπάρνηση, αλλά και για τις λεχώιδες.

Για τις γυναίκες των απομακρυσμένων χωριών από τις πόλεις-κράτη υπήρχαν τα μικρά Ηραία, στα οποία προΐστατο η θεά Άρτεμις, η "Ορθία", η οποία λεγόταν και "Αγροτέρα". Ήταν, δηλαδή, τα μικρά Ηραία και οι μικροί ναοί της Αρτέμιδας κατά τη Μυκηναϊκή εποχή, ότι είναι σήμερα τα αγροτικά ιατρεία.

Παρ' ότι στην αρχαία Ελλάδα η θέση της γυναίκας ήταν γενικότερα όμοια ή ακόμη και κατώτερη της θέσης των δούλων, απεναντίας, η θέση της Μαίας, σαν επιβίωση ζωντανή της Μυκηναϊκής παράδοσης της θεάς Ήρας, ήταν πάντοτε και για πολλούς αιώνες σε περιοπή και η Μαία απολάμβανε πάντοτε μεγάλου σεβασμού από το πλήθος και τους άρχοντες. Ακόμη και ο Ευριπίδης, ο γνωστός μισογύνης τραγικός ποιητής, που πίστευε ότι η γυναίκα είναι "αθλιώτατον φυτόν", έτρεφε ξεχωριστό σεβασμό μόνο στη Μαία.

Στο Βυζάντιο, με την εξύψωση της γυναίκας από το Χριστιανισμό και την επικράτηση της χριστιανικής αγάπης, όπως

και κατά την εποχή της Τουρκοκρατίας και Φραγκοκρατίας, το έργο της Μαρίας ήταν έργο κατεξοχήν χριστιανικό, κοινωνικό και ιατρικό.

Μετά την Άλωση της Κωνσταντινουπόλεως, το 1453, η Μαία, στα μάτια της παραδοσιακής κοινωνίας, δεν ήταν μια άσημη ύπαρξη, η οποία κινιόταν και εργαζόταν στο περιθώριο της ζωής, αλλά αυτή η Μαμή και η βυζάστρα του χωριού, ή τροφός ή τίτθη ή παραμάννα, έχαιραν και οι δύο μεγάλου σεβασμού και υπολήψεως, γι' αυτό λεγότουσαν "ψυχομένες".

Η Ελληνίδα Μαμή όλων των εποχών πρόσφερε βοήθεια στον πόνο της τίκτους, που τότε ήταν ο πιο δυνατός αλλά και ο πιο ιερός ανθρώπινος πόνος, γιατί μέσα απ' αυτόν ερχόταν μια νέα ζωή στον κόσμο.

Το έργο της Μαρίας όλων των εποχών του Ελληνικού βίου, ιδίως της εποχής της Τουρκοκρατίας, παρ' ότι αυτή ήταν αγράμματη, όμως, το έργο της αυτό είχε ένα πνευματικό μεγαλείο, γιατί ήταν έργο μεγάλης αγάπης, φροντίδας, στοργής, συμπάραστασης, συμπόνοιας, συμμερίσματος και ενθάρρυνσης. Τα ξενύχτια, οι λαχτάρες, οι θυσίες κλπ. της παραδοσιακής Μαρίας ήταν έννοιες δυναμικές και όχι στατικές, που δύσκολα μετριούνται ή περιγράφονται, γιατί εκείνη την εποχή υπήρχαν μεγάλες δυσκολίες και ανυπέβλητα εμπόδια στην εγκυμοσύνη, τον τοκετό και τη λοχεία.

Η αποστολή της ήταν δύσκολη, αλλά η κλίση της να γίνει Μαμή ξεκινούσε από αγάπη προς την επίτοκο. Η προσφορά της ήταν ολοκληρωτικά ανιδιοτελής. Συνήθως, Μαμή γινόταν μια γυναίκα, που είχε ισχυρή προσωπικότητα και που ήταν προικισμένη με φυσική ευφυΐα, επιδεξιότητα, προνοητικότητα, ευγένεια, πλούσιο συναισθηματικό κόσμο, γεμάτο τρυφερότητα και υπομονή, δηλαδή αστείρευτα ψυ-

χικά αποθέματα στοργής και αγάπης.

Τα ηθικά προσόντα και οι αρμοδιότητες της Μамής έπρεπε να είναι πάντοτε η καλή συμπεριφορά, η αγνότητα, η καθαρότητα των ηθών και η αφασίωση στην περιποίηση της επιτόκου με στοργή και φροντίδα, μέχρι μεγαλειώδους αυτοθυσίας πολλές φορές, σπεύδοντας πάντοτε στο προσκλητήριο των ωδίνων της κάθε ετοιμόγεννης.

Η παραδοσιακή Ελληνίδα Μамή την εποχή της Τουρκοκρατίας έδινε συνεχώς τη μάχη της αγάπης, όχι μόνο την ημέρα, αλλά ιδίως τη νύχτα, για να ξεγεννήσει την επίτοκο, να απαλύνει τον πόνο της, να σώσει το αρτιγέννητο νεογνό, να φροντίσει τη λεχώνα και να διδάξει το μητρικό θηλασμό, δηλαδή να σκορπίσει την αισιοδοξία και την ενθάρρυνση στη μικρομάνα-πρωτάρα.

Η Μамή, πολλές φορές μόνη της σε δυστοκίες εκείνης της εποχής, έδινε με την αυτοθυσία της, με την υπομονή και την αγάπη της βοήθεια στο αδιέξοδο και στην απόγνωση.

Η παραδοσιακή Μамή δεν γνώριζε αργίες, γιορτές και δεν συμβιβαζόταν με τη νυχτερινή ανάπαυση.

Η παραδοσιακή Μамή αισθανόταν την υψηλή κλίση της σαν ιερό λειτούργημα, σαν συνλειτουργός του έργου του Δημιουργού. Παρέμενε όρθια, άγρυπνη, ακατάβλητη και αλύγιστη στο ιερό έργο της Μамικής όπως το έλεγαν τότε.

Στο πρόσωπο της επιτόκου έβλεπε η παραδοσιακή Μамή το πρόσωπο της Θεομήτορος, της Παναγίας, που γέννησε χωρίς βοήθεια το Χριστό και αισθανόταν πάντοτε σαν αδελφή της Παναγίας.

Η ιστορία της Ελληνίδας Μαίας είναι ιστορία χριστιανικής αγάπης, γιατί η Μαία φροντίζει τις ανάγκες της εγκύου, οργανώνει τις φροντίδες της την ώρα της γέννας και με το αίσθημα ιερής ευθύνης φέρ-

νει σε αίσιο πέρας τον τοκετό, ενώ στη συνέχεια επιβλέπει και αξιολογεί με αγάπη τη φροντίδα της λεχώνας και του αρτιγέννητου, τις επόμενες 40 ημέρες μέχρι το Σαραντισμό και πέρα απ' αυτόν, γιατί η μικρομάνα έχει πάντοτε ανάγκη την κυρα-Μπάμπω, την κυρα-Μамή.

Αναφέρω ένα απλό παράδειγμα για τις εθιμικές πράξεις, που γίνονταν από τη Μамή τα μεσάνυχτα της τρίτης ημέρας από τη γέννηση, στα "τρινύχτια", όπου η κυρα-Μамή μουύσε τη μικρομάνα (πρωτάρα) στο μητρικό θηλασμό.

Εκείνη την ώρα, που υπήρχε απόλυτη ησυχία, γινόταν η μύηση από την κυρα-Μπάμπω (Μамή) στον πρώτο θηλασμό, η οποία τον ονόμαζε "Όγδοο Μυστήριο" ή "βυζόπιαση". Η παραδοσιακή Ελληνίδα Μамή αισθανόταν την ανάγκη να προσθέσει το μητρικό θηλασμό στα "Εφτά Μυστήρια της Εκκλησίας", για να δώσει την ιερότητα που αρμόζει στο μητρικό θηλασμό, σαν πραγματική ιέρεια που ήταν η ίδια, η παλιά εκείνη Μамή.

Η τελετουργία άρχιζε ως εξής: Λίγο πριν τα μεσάνυχτα η μικρομάνα έπρεπε να είναι χορτάτη, δηλ. "τηλωμένη" όπως έλεγαν, για να είναι πάντα χορτάτο το παιδί. Αμέσως μετά η κυρα-Μамή έπαιρνε και σήκωνε με τα χέρια της το νεογνό και τραγουδούσε λέγοντας: "Χαίρου, Μάνα Γη, που σε πατούνε αυτά τα νέα τρυφερά ποδαράκια", καθώς και άλλα χαριτωμένα λόγια από τη μεγάλη της εμπειρία με σκοπό να χαροποιήσει τη μικρομάνα, έτσι ώστε να βγάλουν οι μαστοί της γλυκό γάλα και όχι "πικρόχολο" ή "φαρμακογαλιασμένο". Στη συνέχεια η Μамή σταύρωνε το νεογνό με αλεύρι στο κεφάλι, για να ζήσει πολλά χρόνια και να ασπρίσει, κατόπιν του έβαζε μέλι στα χείλη, για να γίνει γλυκομίλητο και του τοποθετούσε στο στήθος έναν ξύλινο σταυρό, για να γίνει καλός Χριστιανός, έδει-

χνε δε στη νέα μάνα πώς να το φασκιώνει. Έπειτα η Μαμή, αφού σταύρωνε το στήθος της μικρομάνας, πίεζε ελαφρά το δεξιό της μαστό και έσταζε μέσα στο στόμα του βρέφους λίγες σταγόνες μητρικού γάλακτος, “για να μοσχοβολάει το γάλα της μάνας του”. Ακολούθως του έριχνε στο πρόσωπο λίγο ακόμη μητρικό γάλα, για να του το πλύνει με γάλα και να είναι “ασπροπρόσωπο” στη ζωή του, λέγοντας ευχές όπως: “καλορίζικο”, “καλοβύζαχτο”, “γαλατερή”, “καλά θρέμματα” ή “καλά γάλατα”, “καλοήσκιωτο”, δηλαδή “καλοκοιμητο”, “να κοιμάται σαν αρνάκι, να ξυπνάει σαν κουσκουνάκι” κλπ. Το γάλα αυτό από εκείνη τη στιγμή μέχρι την ένατη ημέρα λεγόταν “ευχόγαλο” ή “γάλα της Μαμής”. Μετά η Μαμή παρέδιδε το νεογνό στη γιαγιά (μητέρα της μικρομάνας), η οποία, αφού και αυτή το σταύρωνε πάνω από το πλούσια στρωμένο με γλυκά τραπέζι, που στο κέντρο του είχε ένα εικόνισμα της Παναγίας, το παρέδιδε στη μικρομάνα κόρη της τονίζοντάς της, σαν συμβουλή, την “τρίπτυχη ευχή της μάνας”, που έλεγε: 1) το ήρεμο βύζαγμα και ο γλυκός ύπνος να θρέφει το παιδί, 2) η γειά (υγεία) να το μεγαλώνει και 3) η Κυρά η Παναγιά να το καλοξημερώνει.

Με τον τρόπο αυτό η Μαμή και η γιαγιά με μεγάλη υπομονή κι αγάπη βοηθούσαν και μιούσαν τη μικρομάνα στον πρώτο θηλασμό.

Μετά το θηλασμό και οι τρεις αυτές γυναίκες, Μαμή-γιαγιά-μάνα, άρχιζαν να νανουρίζουν το βρέφος, για να το γλυκοκοιμίσουν. Όταν το νεογνό κοιμόταν, η Μαμή και η γιαγιά με επίκληση της Παναγίας (πίστευαν ότι ήταν νοερά μαζί τους), άρχιζαν να δίνουν συμβουλές στη μικρομάνα προλέγοντας έτσι το μέλλον του, που θα εξαρτιόταν από την πιστή τήρηση αυτών των συμβουλών, τα λεγόμενα “μοι-

ράσματα”. Μετά έτρωγαν μαζί, Μαμή-γιαγιά-μικρομάνα, τα διάφορα γλυκίσματα από το πλούσια στρωμένο τραπέζι και όταν λαλούσε ο πρώτος πετεινός, συνήθως 2-3 ώρες μετά τα μεσάνυχτα, η μικρομάνα έπρεπε να φιλήσει και τα δύο χέρια της κυρα-Μαμής και να της δώσει σαν αμοιβή, από ευγνωμοσύνη, ένα χρυσό ή ασημένιο νόμισμα, που το έλεγαν “πρωτοβυζαστικό” ή “καλομοίραιμα” ή “πρωτομοίραιμα”. Αν η μάνα ήταν φτωχή και το νόμισμα ήταν μικρό, το έλεγαν “μοιραράκι”. Και η φτωχότερη μάνα, πάντοτε φρόντιζε να δίνει “καλό” (ασημένιο νόμισμα) στην κυρα-Μπάμπω, για να ανοίξει και να μην κλείσει η μοίρα του παιδιού της.

Ο εσωτερικός δεσμός των τριών αυτών γυναικών μεταξύ τους, της Μαμής, της γιαγιάς και της μικρομάνας με κέντρο το παιδί κάτω από τη σκέπη της Παναγίας, ήταν ιερός, γιατί αυτές οι γυναίκες εμοίραιναν με ευχές το νέο πλάσμα του Θεού, τον καινούργιο άνθρωπο, προλέγοντας το μέλλον του, που αποσκοπούσε στη μελλοντική του ευτυχία. Επειδή η Μαμή πίστευε ότι η μάνα γεννά αλλά δεν μοιραίνει, γι’ αυτό μαζί με τη δική της ευχή επικαλείτο πάντα τη βοήθεια της Παναγίας ως Τρίτης Μοίρας.

Πιστεύω ότι το έθιμο αυτό της Μαμής με τις ευχές για το μέλλον του παιδιού, μετά τη μήση στον πρώτο θηλασμό, είναι, αναμφίβολα, επιβίωση αρχαία των Τριών Μοιρών της Ελληνικής Μυθολογίας από τη Μυκηναϊκή Εποχή της θεάς Ήρας. Η **Άτροπος** είναι η Μαμή, η **Κλωθώ** είναι η γιαγιά και η **Λάχεσις** είναι η μικρομάνα. Επιβίωση της Τέταρτης Μοίρας, της **Αΐσας (Αρτέμιδος)**, που προστέθηκε στο τέλος της Μυκηναϊκής Εποχής, είναι η Παναγία ή η Αγία Μαρίνα.

Έτσι, στα παλιά χρόνια, στα “τρινύχτια”, δημιουργείτο ένα αυτόνομο πεδίο πολυ-



Από την εκδήλωση για την Παγκόσμια Ημέρα της Μαΐας και της Μητέρας, στην οποία έπαιξε και τραγούδησε το καλλιτεχνικό σχήμα "Θεματοφύλακες της Παράδοσης".

ποίκιλων εκδηλώσεων και συναισθηματικών μεταπλάσεων της Μαρμής, της γιαγιάς και της μικρομάνας, για την ψυχοσωματική ανάπτυξη του βρέφους. Ο συναισθηματικός δεσμός των τριών αυτών γυναικών (Μοιρών), είχε σαν απαύγασμα τις μελλοντικές προσδοκίες ευτυχίας του παιδιού στον κόσμο.

Η παραδοσιακή Μτιάμπω, εκείνη τη σκοτεινή περίοδο της στυγνής τυραννίας των Τούρκων και των Φράγκων, διακρινόταν για τη σιδερένια και ισχυρή θέληση, τη δύναμη, την επιμέλεια, την υπομονή, την επιμονή, την πίστη στο Θεό, στην Παναγία και στους Αγίους, ιδίως στον Άγιο Ελευθέριο, στον Άγιο Στυλιανό και στην Αγία Μαρίνα, και πίστευε στην ιερότητα και στον ανθρωπιστικό σκοπό του έργου

της από αγάπη προς την επίτοκο και τη λεχώνα.

Το "ποδοκόπι", το "νυχτέρι", η ιερή αγωγή, το αίσθημα ευθύνης, ιδίως σε δυστοκίες, ήταν στη μεγαλύτερή τους ένταση. Η αγρυπνία, η κούραση και η αυξημένη ευθύνη της Μαρμής, τροφοδοτούνταν συνεχώς από τον ανεξάντλητο πλούτο της αγάπης προς την επίτοκο και τη λεχώνα.

Αγαπητές μου Φίλες και Φίλοι,

Ο ηρωϊσμός της αγάπης της παραδοσιακής Ελληνίδας Μαρμής, με κάνει να βροντοφωνήσω ότι χρωστάμε όλοι μας, επιτέλους, αυτό το μεγάλο ευχαριστώ, αυτήν την ευγνωμοσύνη στις παραδοσιακές Μαρμές.

Έχουμε ιερό χρέος να εκφράσουμε την ευγνωμοσύνη μας, όχι μόνο γιατί βοήθη-

σαν τις μητέρες μας από τη Μυκηναϊκή εποχή μέχρι σήμερα για να μας φέρουν στο φως της ζωής, στον κόσμο αυτό, αλλά και γιατί με το αφανές έργο τους μας διδάσκουν ότι υπάρχει ακόμη αγάπη στο συνάνθρωπο και πίστη στη ζωή.

Η κλίση, η αποστολή και ο ηρωϊσμός της Ελληνίδας Μαρής ήταν ανέκαθεν σύστημα ζωής γι' αυτήν.

Η Ελλάδα δεν πέθανε ούτε πρόκειται να πεθάνει, εφόσον υπάρχουν και θα υπάρχουν αφοσιωμένες Μαρμές, γιατί ο μεγαλύτερος ηρωϊσμός είναι εκείνος για τον οποίο ο κόσμος συχνά μιλάει λιγότερο και ο οποίος ασκείται με ταπεινοφροσύνη και αγάπη, όπως είναι το έργο της Μαίας. Το Ελληνικό Έθνος δεν έχει ακόμη στήσει μνημείο στην Άγνωστη Μαία της Τουρκοκρατίας και Φραγκοκρατίας, που έσωσε το Έθνος και μαζί το Γένος των Ελλήνων.

Πιστεύω ότι το έργο της ανώνυμης, άγνωστης, αγράμματης λαϊκής Μαρής εκείνης της εποχής, πρέπει να προβάλ-

λεται στην αιωνιότητα. Σήμερα, λοιπόν, παρουσία όλων σας, προτείνω με συγκίνηση ότι όλοι εμείς, με τη βοήθεια του Συλλόγου Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Αθηνών πρέπει να φροντίσουμε να στηθεί στην Αθήνα ένα μεγαλειώδες άγαλμα ή καλλιτεχνικό σύμπλεγμα αφιερωμένο στην **Άγνωστη Ελληνίδα Μαρμή**, που ασταμάτητα από το 1453-2000 προσφέρει τις υπηρεσίες της. Για το λόγο αυτό προτείνω στο Σύλλογό σας να αποτανθεί με απόφασή του στο Δήμαρχο Αθηναίων με σκοπό την προκήρυξη ενός Πανελληνίου Διαγωνισμού μεταξύ των Ελλήνων Γλυπτών, ώστε η Αθήνα να αποκτήσει ένα περίοπτο άγαλμα τιμώντας έτσι την παραδοσιακή Ελληνίδα Μαρμή. Είναι επιτακτική η ανάγκη, α γαπητές μου Φίλες και Φίλοι, να τιμήσουμε την παραδοσιακή Μαρμή και να μη γίνουμε στην αυγή της νέας χιλιετίας, λόγω της υπογεννητικότητας της φυλής μας, οι ευεργετηθέντες αχάριστοι!!!

Σας ευχαριστώ

Αρχαιρεσίες Εταιρείας Οικογενειακού Προγραμματισμού

Οι αρχαιρεσίες της "Εταιρείας Οικογενειακού Προγραμματισμού", που έγιναν στις 9/3/1999, ανέδειξαν το νέο Διοικητικό Συμβούλιο της Εταιρείας, το οποίο αποτελείται από:

Πρόεδρος:	Κρεατσάς Γεώργιος , Καθηγητής Μαιευτικής - Γυναικολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών
Αντιπρόεδρος:	Φριλίγκου Ελένη , Επισκέπτρια Υγείας
Γενική Γραμματέας:	Αποστολοπούλου Σοφία , Φαρμακοποιός, Ταμίας της ΙΡΡΦ
Ταμίας:	Παπαχρήστος Χρήστος , Μαιευτής
Ειδική Γραμματέας:	Βιδαλάκη Μάνια , Ψυχολόγος
Μέλη:	Σπανίδου Κατερίνα , Φαρμακοποιός Καραχρόνη Κική , Σπουδάστρια Μαιευτικής Κυριακόπουλος Αντώνης , Επισκέπτης Υγείας

**ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ
ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ**

Χρ. Πρέντζα 3, Τ.Κ. 45 221 - Ιωάννινα
Τηλ.: 74.967 - Fax: 64.566

Αριθμ. Πρωτ. 2

Ιωάννινα 4/1/1999

Βρισκόμαστε στην ευχάριστη θέση να σας πληροφορήσουμε ότι στις 29/11/98, έγιναν οι αρχαιρεσίες για την ανάδειξη του νέου Δ.Σ. του ΣΕΜΜ Ιωαννίνων. Οι αρχαιρεσίες επικυρώθηκαν από τις αρμόδιες υπηρεσίες της Νομαρχίας Ιωαννίνων.

Το νέο Δ.Σ. του ΣΕΜΜΙ αποτελείται από:

Πρόεδρος: **Μαρίνα Κάλλου**
Αντιπρόεδρος: **Αριστέα Μουλά**
Γραμματέας: **Λεμονιά Κοντού**
Ταμίας: **Μαρίνα Ζέρβα**
Μέλος: **Φωφώ Πλακούτση**

Για το Πειθαρχικό Συμβούλιο εκλέχθηκαν οι:

Αννα Παντούλα
Κατερίνα Σοσώνη

Θα θέλαμε μέσα από τις σελίδες του περιοδικού του κλάδου μας "ΕΛΕΥΘΩ", να ευχαριστήσουμε όλες τις Μαιές και Μαιευτές των νομών Ιωαννίνων-Αρτας-Πρεβέζης, που στήριξαν με την ψήφο τους την επαναλειτουργία του ΣΕΜΜΙ μετά από τόσα χρόνια σιωπής. Ελπίζουμε όλοι μας ότι αυτή η ζεστή πνοή θα εξακολουθήσει και τα επόμενα χρόνια να στηρίζει τη θέση και το ρόλο μας σε κάθε γωνιά αυτών των δύσκολων νομών της Ελλάδας.

Εμείς από την πλευρά μας ως Δ.Σ. του ΣΕΜΜΙ, θα προσπαθήσουμε να κρατήσουμε ζωντανή την επαφή όλων των Μαιών και Μαιευτών, συζητώντας τα εκάστοτε προβλήματα από τη λειτουργία του επαγγέλματός μας στους χώρους εργασίας μας.

Με εκτίμηση

Η Πρόεδρος
Μαρίνα Κάλλου
(υπογραφή)

Η Γραμματέας
Λεμονιά Κοντού
(υπογραφή)

(Ακολουθεί η σφραγίδα του Συλλόγου)

**ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ
ΑΘΗΝΩΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ
ΑΤΤΙΚΗΣ & ΝΗΣΩΝ «Η ΛΗΔΑ»**

Γραφ. Αρ. Παππά 2 - Αθήνα
Απόφ. Πρωτ. Αθηνών 2459/78
ΑΡ. ΜΗΤΡΩΟΥ 4/99

Αθήνα 3/5/1999

Ο Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών Αθηνών, Πειραιώς και Περιχώρων Αττικής και Νήσων "Η ΛΗΔΑ", ιδρύθηκε το 1973. Κύριος λόγος της δημιουργίας του Συλλόγου ήταν ο διαχωρισμός των μαιών από το Σωματείο Εργαζομένων του Παναγιωτόπουλου, που εξομοίωνε οικονομικά και εργασιακά τις πτυχιούχες μαιές με τις πρακτικές αδελφές.

Πρωταρχικό μέλημα υπήρξε η προώθηση των οικονομικών και εργασιακών-θεσμικών δικαιωμάτων των μαιών του Ιδιωτικού Τομέα.

Οι πρωτεργάτριες για τη δημιουργία του Συλλόγου ήταν οι: **Αναγνώστου Φόνη, Κοκολάκη Γεωργία, Πατρώνη Μαρία, Βέλιου Ευδοκία, Προέδρου Γεωργία.**

Η δημιουργία του Συλλόγου συνέβαλε παράλληλα και στην επαγγελματική καταξίωση της μαιίας στους εργασιακούς της χώρους. Με την ευκαιρία αυτής της δημοσίευσης, θέλουμε να εκφράσουμε τη θλίψη και την αγωνία μας για την αδιαφορία του συνόλου των μαιών απέναντι στα συλλογικά όργανα εκπροσώπισής τους.

**ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ
ΑΘΗΝΩΝ ΠΕΙΡΑΙΩΣ & ΠΕΡΙΧΩΡΩΝ
ΑΤΤΙΚΗΣ & ΝΗΣΩΝ «Η ΛΗΔΑ»**

Γραφ. Αρ. Παππά 2 - Αθήνα
Απόφ. Πρωτ. Αθηνών 2459/78
ΑΡ. ΜΗΤΡΩΟΥ 3/99

Αθήνα 3/5/1999

Κατά τις αρχαιρεσίες του Συλλόγου μας στις 3/3/99 προσήλθαν τα μέλη για την εκλογή νέου Δ.Σ. Μετά τις αρχαιρεσίες και τη σύγκληση του νέου Δ.Σ. εξελέγησαν:

Πρόεδρος: **Παλιούρα Ελισάβετ-Σαββούλα**
Γραμματέας: **Τουφίδου Αντωνία**
Ταμίας: **Οικονόμου Φωτεινή**
Μέλος: **Αποστολοπούλου Ευαγγελία**
Μέλος: **Σαρέλλα Αγγελική**

Για το Δ.Σ.

Η Πρόεδρος
Παλιούρα Ελισάβετ-Σαββούλα
(υπογραφή)

Η Γραμματέας
Τουφίδου Αντωνία
(υπογραφή)

(Ακολουθεί η σφραγίδα του Συλλόγου)

25ο Διεθνές Συνέδριο Μαιών 22-27 Μαΐου 1999, Μανίλα - Φιλιππίνες

Ελένη Σαμαριτάκη, Πρόεδρος Σ.Ε.Μ.Α, Καθηγήτρια Εφαρμογών ΤΕΙ Αθήνας.

Στις 22-27 Μαΐου 1999 έγινε στη Μανίλα των Φιλιππίνων το 25ο Διεθνές Συνέδριο Μαιών. Οργανώθηκε, όπως πάντα, από τη Διεθνή Συνομοσπονδία Μαιών (ICM) και έγινε τρία χρόνια μετά το προηγούμενο, που ήταν στο Όσλο της Νορβηγίας το 1996.

Ο Σύλλογός μας εκπροσωπήθηκε από τη Γραμματέα του Δ.Σ, κ. Αικατερίνη Δαλιάνη και εμένα, ως Πρόεδρο του Σ.Ε.-Μ.Α. Επίσης, συμμετείχε ένα ακόμα μέλος του Δ.Σ, η κ. Ευτυχία Κωνσταντινίδου.

Ακόμη, το Συνέδριο παρακολούθησε η Δ/νουσα Μαία του Μαιευτηρίου «ΙΑΣΩ», κ. Φεβρωνία Στεφανάκη, καθώς και η προϊστάμενη Μαία, κ. Μαρίνα Τριανταφύλλου.

Το θέμα του Συνεδρίου ήταν: **“Midwifery and Safe Motherhood beyond the year 2000”**. Το Συνέδριο έγινε σε Συνεδριακό Κέντρο και ήταν άριστα οργανωμένο, η δε συμμετοχή ξεπέρασε τους χιλίους συνέδρους απ' όλο τον κόσμο.

Οι βασικές κατηγορίες των θεμάτων του Συνεδρίου ήταν:

1. Προαγωγή της υγείας της γυναίκας.
2. Προαγωγή της υγείας του νεογέννητου και του παιδιού.
3. Ασφαλής Μητρότητα.
4. Σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.
5. Εκπαίδευση Μαιών.
6. Έρευνα και θέματα Δημόσιας Υγείας.

Το 27ο Παγκόσμιο Συνέδριο του 2005 ανατέθηκε στην Αυστραλία, στην πόλη Brisbane.

Καθοριστικό ρόλο στην επιλογή του κράτους, που θα αναλάμβανε τη διεξαγωγή του 27ου Διεθνούς Συνεδρίου του 2005, έπαιξε η καλά οργανωμένη παρουσίαση της υποψηφιότητας με την πλήρη κρατική υποστήριξη, όπου, μεταξύ άλλων, περιελάμβανε και επιστολή του Πρωθυπουργού της Αυστραλίας, κ. John Howard, που αναλάμβανε κάθε ευθύνη για τη διεξαγωγή του Συνεδρίου.

Την εβδομάδα πριν τη διεξαγωγή του Συνεδρίου, η Γραμματέας του Δ.Σ Αικατερίνη Δαλιάνη και εγώ, συμμετείχαμε στις προσυνεδριακές διαδικασίες της Διεθνούς Συνομοσπονδίας Μαιών, που διήρκεσαν 5 ημέρες, από 15-19 Μαΐου. Ήταν η πρώτη φορά, που ο Σύλλογός μας συμμετείχε ισότιμα με δικαίωμα 2 ψήφων. Τα θέματα, εκτός εκείνων που είχαν σχέση μ' αυτή καθ' αυτή τη λειτουργία του Οργανισμού, ήταν και θέματα καθοριστικά για την προαγωγή του μαιευτικού επαγγέλματος και της εκπαίδευσης των μαιών.

Ένα πολύ σημαντικό κομμάτι αναφερόταν σε θέματα ηθικής και δεοντολογίας και στα ανθρώπινα δικαιώματα σε σχέση με την υγεία της γυναίκας και του παιδιού.

Εκτός από τους δύο εκπροσώπους Συλλόγων Μαιών από κάθε κράτος, υπήρχαν και πρόσωπα ειδικά προσκεκλημένα ως παρατηρητές, με έκφραση άποψης αλλά χωρίς ψήφο. Τα παραπάνω πρόσωπα ήταν από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (Π.Ο.Υ), τον Οργανισμό Ηνωμέ-



Το μέλος του Δ.Σ του Σ.Ε.Μ.Α Ευτυχία Κωνσταντινίδου, ντυμένη με ελληνική παραδοσιακή φορεσιά, σηκώνει με υπερηφάνεια τη σημαία της πατρίδας μας.

νων Εθνών (Ο.Η.Ε), τη UNICEF.

Αξιοσημείωτη ήταν η παρέμβαση της ελληνικής αντιπροσωπείας στην προσαρμογή του κειμένου, που αναφερόταν στο επίκαιρο και δυσάρεστο θέμα του πολέμου στη Γιουγκοσλαβία. Συγκεκριμένα, είχα τη δυνατότητα να μεταφέρω την προσωπική μου εμπειρία από τις 12 ημέρες, που βρέθηκα και δούλεψα για τους πρόσφυγες με την αποστολή των «Γιατρών του Κόσμου». Το περιεχόμενο του διαφοροποιημένου κειμένου θα το διαβάσετε σε επόμενη σελίδα, μετά το τέλος του παρόντος άρθρου. Παρακάτω δημοσιεύουμε ένα απόσπασμα από την εκπληκτική ομιλία της εκπροσώπου του Ο.Η.Ε κ. AtF Gherissi, μεταφρασμένο στα

ελληνικά από την Κατερίνα Δαλιάνη, Γραμματέα του Σ.Ε.Μ.Α.

«Για τις γυναίκες που δεν έχουν φωνή, η μαία είναι αυτή, που θα μιλήσει γι' αυτές». Αυτή ήταν η κατάληξη της βασικής ομιλήτριας AtF Gherissi από την Τυνησία, εκπροσώπου του Ο.Η.Ε, στη συζήτηση για τη σημαντική θέση των μαιών στην προαγωγή της υγείας της γυναίκας στην αναπαραγωγική ηλικία.

Στην προσφώνησή της προς τους Συνέδρους η Gherissi ανέφερε ότι:

«Η προαγωγή της υγείας της γυναίκας είναι ζήτημα κοινωνικής δικαιοσύνης, αφού συνδέθηκε με το θέμα των δικαιωμάτων των γυναικών στην αναπαραγωγική ηλικία. Χωρίς δικαιώματα στην πρόληψη και την προαγωγή της υγείας, είναι αμφίβολο, αν οι γυναίκες θα καταφέρουν καλύτερη ποιότητα υγείας.»

Εξαιτίας αυτού, ο ρόλος των μαιών έχει επεκταθεί στο να περιλαμβάνει την υποστήριξη των γυναικών στο δικαίωμά τους για καλύτερη υγεία.

Από τη στιγμή που η κακή υγεία, οι άσχημες κοινωνικές και οικονομικές συνθήκες γίνονται συχνά μοιρολατρικά αποδεκτές από τις γυναίκες, οι μαίες πρέπει να βοηθήσουν τις γυναίκες να διεκδικήσουν καλύτερες συνθήκες για τον εαυτό τους. Αυτό περιλαμβάνει το σεβασμό της προσωπικότητας χωρίς διάκριση, καθώς και το δικαίωμα για ποιοτική πληροφόρηση και συμμετοχή στη διαμόρφωση αποφάσεων. Οι μαίες κατέχουν σημαντική θέση, αφού ήδη παίζουν πολυπρόσωπους ρόλους στις ζωές των γυναικών και των κοινοτήτων που ζουν».

Αναφερόμενη σε έκθεση της Παγκόσμιας Οργάνωσης Υγείας προσθέτει: «Ο ρόλος των μαιών πρέπει να είναι της συμβούλου, εκπαιδευτριας, υποστηρίκτριας των δικαιωμάτων της γυναίκας, ικανής να οργανώνει, να συμμετέχει στην



Φωτογραφία από την ελληνική συμμετοχή στο 25ο Διεθνές Συνέδριο Μαιών στις Φιλιππίνες. Από αριστερά: Ελένη Σαμαριτάκη-Πρόεδρος Δ.Σ του Σ.Ε.Μ.Α, Μαρίνα Τριανταφύλλου-Προϊσταμένη Μαία του "ΙΑΣΩ", Ευτυχία Κωνσταντινίδου-Μέλος Δ.Σ του Σ.Ε.Μ.Α, Φεβρωνία Στεφαννάκη-Δ/νουσα Μαία του "ΙΑΣΩ", Αικατερίνη Δαλιάνη-Γραμματέας Δ.Σ του Σ.Ε.Μ.Α.

κινητοποίηση της κοινωνίας, να κάνει χρέη συνηγόρου, επόπτη και ερευνητή».

Για την επιτυχή διεκπεραίωση αυτών των ρόλων, η Gherissi έδωσε έμφαση «στην ανάγκη οι μαιές να έχουν το χέρι μίας κυρίας, την καρδιά ενός λιονταριού και το μυαλό ενός αετού. Είναι ένα μυαλό, που από ψηλά αναζητά τη γνώση, που θα είναι διαθέσιμη να δοθεί σε γυναίκες. Αυτό απαιτεί καθημερινή επαγρύπνηση στην επιστημονική τους κατάρτιση».

Μεταξύ άλλων παρακάλεσε τις μαιές «να είναι άγρυπνες σε νέες φωνές, νέες ανάγκες, σε μία καινούργια μαρτυρία». Η προτροπή αυτή ζητά από τις μαιές να είναι ικανές, για να ανταποκρίνονται με επάρκεια στις ανάγκες όσων απευθύνο-

νται σ' αυτές.

Ακόμη, η Gherissi υπογράμμισε το ρόλο των μαιών στην προαγωγή της υγείας της αναπαραγωγικής ηλικίας, αλλά θεωρεί ότι και οι κυβερνήσεις πρέπει να γνωρίζουν το δικό τους ρόλο. Η Gherissi είπε «ότι οι πολιτικές πράξεις σε κυβερνητικό επίπεδο είναι ένας ικανός νομικός σκελετός, αλλά χρειάζεται να δοθεί προτεραιότητα στην κατανομή των πόρων, γιατί έτσι θα βοηθηθεί η προαγωγή του δικαιώματος στην υγεία.

Οι κυβερνήσεις, επίσης, πρέπει να επιδιώξουν συνεργασία με μη κυβερνητικούς οργανισμούς και άλλους ενδιαφερόμενους τομείς, ώστε να προάγουν την υγεία της γυναίκας».

Γυναίκες, Παιδιά και Μαιές σε καταστάσεις πολέμου και πολιτικών αναταραχών*

**Απόδοση στα ελληνικά ΔΕΛΤΙΟΥ ΤΥΠΟΥ προσαρμοσμένου στην παρέμβαση της ελληνικής αντιπροσωπείας, που αναφερόταν στο θέμα του πολέμου στη Γιουγκοσλαβία και το οποίο στάλθηκε σε Πρεσβείες Κρατών, στον ΟΗΕ και στην WHO κατά τη διάρκεια των Προσυνεδριακών Συμβουλίων του 25ου Διεθνούς Συνεδρίου Μαιών.*

Οι μαιές που συμμετείχαν στο 25ο Διεθνές Συνέδριο Μαιών, που οργάνωσε η Διεθνής Συνομοσπονδία Μαιών (ICM), απαίτησαν την προστασία των δικαιωμάτων των γυναικών και των παιδιών σε κάθε περίπτωση, ιδιαίτερα όταν αυτοί γίνονται τα αθώα θύματα του πολέμου και των πολιτικών αναταραχών.

Η Διεθνής Συνομοσπονδία Μαιών καταδικάζει κάθε πράξη πολέμου και πιστεύει ότι μόνο με την ύπαρξη ειρήνης οι οικογένειες μπορούν να κάνουν χρήση των παροχών της Πολιτείας.

Οι μαιές υποστηρίζουν, πως όσο μεγάλος είναι ο κίνδυνος από μία στρατιωτική εισβολή, για τους πολίτες μίας χώρας, άλλο τόσο και ακόμα μεγαλύτερος είναι ο κίνδυνος, που υπάρχει, για τις γυναίκες και τα παιδιά από την έλειψη ιατρικής φροντίδας, από τη στέρηση τροφής και στέγης, όπως, επίσης και από τον αποχωρισμό τους από τα άλλα μέλη της οικογένειάς τους, αλλά και από την έκθεσή τους σε κάθε είδους βίας – φυσικής ή σεξουαλικής – λόγω της ευάλωτης κατάστασης στην οποία βρίσκονται.

Η υπάρχουσα πολιτική της ICM υποστηρίζει τις προσπάθειες των αντιπροσώπων, στην αναζήτηση λύσης για το σταμάτημα των μαχών και την ανακού-

φιση των προσφύγων, που υποφέρουν.

Καταδικάζει, επίσης, τη στρατολόγηση παιδιών στις ένοπλες δυνάμεις, όπως επίσης και τα αποτελέσματα του πολέμου, που έχουν μακροπρόθεσμες αρνητικές επιπτώσεις στον πληθυσμό, όπως οι “νάρκες κατά προσωπικού”.

Η Διεθνής Συνομοσπονδία Μαιών αναγνωρίζει το κουράγιο των μαιών, που συνεχίζουν να φροντίζουν τις γυναίκες και τα νεογέννητα μέσα στις πιο δύσκολες συνθήκες και εγγυάται τη συμπαράστασή της στους Συλλόγους - Μέλη της των χωρών, που βρίσκονται σε κατάσταση πολέμου και πολιτικών αναταραχών.

Η νέα προσθήκη στην πολιτική που ακολουθεί η Συνομοσπονδία και που αποφασίστηκε στο 25ο Διεθνές Συνέδριο Μαιών στη Μανίλα των Φιλιππίνων, είναι να καταδικάσει το “ΒΙΑΣΜΟ” ως έγκλημα πολέμου, σύμφωνα με τη Συνθήκη της Γενεύης.

Οι αντιπρόσωποι των Μαιών απ’ όλο τον κόσμο, που συμμετείχαν στα Προσυνεδριακά Συμβούλια της ICM, εκφράζουν επίσης τη βαθιά τους λύπη, για τις μαιές εκείνες που έγιναν θύματα – σκοτώθηκαν, βιάστηκαν, ακρωτηριάστηκαν και υποφέρουν το χαμό αγαπημένων προσώπων – εξαιτίας του πολέμου και των πολιτικών αναταραχών.

ΘΥΜΑΤΑ ΠΟΛΕΜΟΥ

Μάνες του πολέμου.
 Με την αγωνία να θολώνει τα μάτια,
 να στεγνώνει τα χείλη,
 να παραλύει την καρδιά.
 Με τα παιδιά τους –μαραμένα κρίνα–
 στα αδύναμα χέρια τους.
 Μάνες που γνώρισαν τη φρίκη
 της ολοκληρωτικής καταστροφής.
 Την ώρα που η σειρήνα ηχούσε
 και τα φώτα έσβηναν,
 εκείνες σπαρταρούσαν από τις ωδίνες.
 Την ώρα τη θείκη, της γέννας,
 το γάλα τους κόπηκε.
 Τα βρέφη τους δεν γεύτηκαν τη θαλπωρή
 και τη γαλήνη της αγκαλιάς τους.
 Ούτε άκουσαν τα πρώτα τραγούδια
 του χαρούμενου καλωσορίσματος.
 Ήρθαν στον κόσμο, τον όχι “αγγελικά πλασμένο”,
 στον κόσμο τον ανάληγτο,
 πνίγοντας την πρώτη ανάσα τους
 στις πύρινες φλόγες.
 Παλεύοντας να επιβιώσουν και να βλαστήσουν
 στη μολυσμένη ατμόσφαιρα
 από τα χημικά των όπλων.
 Παλεύοντας με το θάνατο,
 που απλόχερα σκόρπισαν οι “σωτήρες” τους.
 Έτσι υπόσχονται οι κρατεροί της γης
 την ελευθερία και τη λύτρωση·
 κόβοντας το νήμα της ζωής αθώων παιδιών.
 Και οι μάνες –ασπρόμαυρες φιγούρες–
 που ακέραιες θα βγούνε απ’τη στάχτη,
 για πάντα θα θυμούνται.
 Όπως οι μάνες από την Τραπεζούντα,
 από τη Σαμψούντα, το Αϊβαλί...
 Θα θυμούνται με πόνο και αγανάκτηση
 πόσο άδικος είναι ο πόλεμος.
 Και πόσο ματώνει την ψυχή.

Στις συναδέλφισσές μου μαίες με πολλή αγάπη (20/5/1999).
 Χρύσα Κυπρίου, Μαία Γ.Π.Ν-Μαιευτηρίου “ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ”

Προαναγγελία 8ου Πανελληνίου Συνεδρίου Μαιών-Μαιευτών

Αγαπητοί Συνάδελφοι,

Σε προηγούμενο τεύχος του "ΕΛΕΥΘΩ" σας είχαμε ανακοινώσει ότι την άνοιξη του 2000 θα διεξαχθεί στην Αθήνα το 8ο Πανελλήνιο Συνέδριο Μαιών-Μαιευτών με θέμα:

"Φιλοσοφία, Δεοντολογία και Νομοθεσία

στην Άσκηση του Μαιευτικού Επαγγέλματος στην Ελλάδα και τον κόσμο".

Σήμερα, είμαστε στην ευχάριστη θέση να σας γνωστοποιήσουμε ότι ως ημερομηνία διεξαγωγής του Συνεδρίου ορίστηκε η 7η-9η Απριλίου 2000 και ως χώρος το ξενοδοχείο "HOLIDAY INN" (οδός Μιχαλακοπούλου 50).

Πιστεύουμε ότι η θεματολογία του Συνεδρίου σας δίνει τη δυνατότητα, ώστε κάθε θέμα που θα αναφέρεται στη φιλοσοφία, τη δεοντολογία και τη νομοθεσία σε σχέση με το μαιευτικό επάγγελμα, να είναι και θέμα εκπόνησης και παρουσίασης εργασιών. Οι ενδιαφερόμενοι να συμμετάσχουν στο Συνέδριο παρακαλούνται να συμπληρώσουν την αίτηση συμμετοχής με εργασία (σχέδιο της οποίας βλέπετε παρακάτω) και να τη διαβιβάσουν ταχυδρομικά ή με Fax στα γραφεία του Σ.Ε.ΜΑ, **το αργότερο** μέχρι τέλος Δεκεμβρίου 1999.

8ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ

**Θέμα: "ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ, ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ ΚΑΙ ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ
ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΤΟΥ ΜΑΙΕΥΤΙΚΟΥ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ
ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ"**

ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΜΕ ΕΡΓΑΣΙΑ

Προς το ΣΥΛΛΟΓΟ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ

Οδός Αριστείδου Παππά 2, 115 21 - Αθήνα

Τηλ.: 64.65.691 (Fax), e-mail:sema-icm@mail.otenet.gr.

ΕΠΩΝΥΜΟ:.....ΟΝΟΜΑ:.....

ΙΔΙΟΤΗΤΑ:.....ΕΡΓΑΣΙΑΚΟΣ ΦΟΡΕΑΣ:.....

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ:.....ΠΟΛΗ:.....

Τ.Κ.:.....ΤΗΛ.:.....FAX:.....E-MAIL:.....

Σας γνωρίζω ότι προτίθεμαι να λάβω μέρος στο παραπάνω Συνέδριο με την ακόλουθη εργασία:

ΤΙΤΛΟΣ ΕΡΓΑΣΙΑΣ:.....

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Απαραίτητο είναι να προηγείται η ΠΕΡΙΛΗΨΗ της εργασίας (μέχρι 150 λέξεις), να ακολουθεί η ΕΙΣΑΓΩΓΗ, η κυρίως ΕΡΓΑΣΙΑ, τα ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ και να κλείνει με τη ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.

Ημερομηνία Αποστολής:.....Υπογραφή:.....



Μητρικός Θηλασμός Νέα απ' όλο τον Κόσμο

ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΜΙΑΣ ΝΕΑΣ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ

Επιμέλεια: Δρ **Θέμις Ζάχου**, Παιδιάτρος

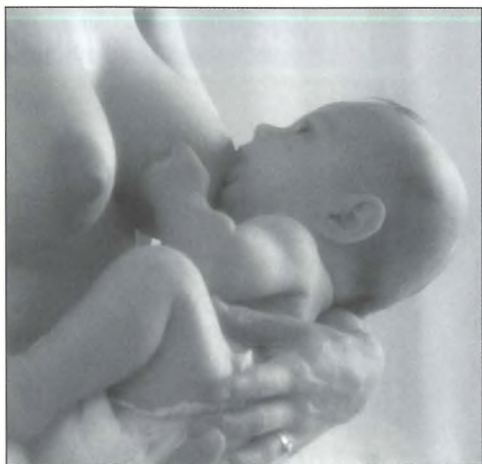
Τάνια Γιουβατζόγλου, Μαία

Εγκυμοσύνη μπορεί να συμβεί και συμβαίνει κατά τη γαλουχία. Όταν συμβεί, προκαλεί σειρά ερωτημάτων. Δεν υπάρχει λόγος βεβιασμένου απογαλακτισμού του πρώτου παιδιού. Κάτι που συχνά προστάζει ο γιατρός. Είναι δυνατός ο θηλασμός κατά την εγκυμοσύνη και ο ταυτόχρονος θηλασμός των δύο βρεφών μετά τη γέννηση του δεύτερου. Είναι πλέον ευρέως γνωστός και χαρακτηρίζεται ως "διαδοχικός θηλασμός". Προφανώς, η ποσότητα τροφής για το πρώτο βρέφος εξαρτάται από την ηλικία του και τα άλλα συμπληρώματα.

Όταν το παιδί, που θηλάζει, είναι μόνο λίγων μηνών, όταν συμβεί εγκυμοσύνη υπάρχει βάσιμος λόγος να συνεχιστεί ο θηλασμός προς όφελος του παιδιού, ώσπου να έρθει η στιγμή της αποκοπής και της χορήγησης στερεών τροφών και άλλων υγρών σε ηλικία έξι μηνών και άνω.

Σε μερικές κοινωνίες πιστεύεται ότι ένα βρέφος, που θηλάζει, θα "πάρει το πνεύμα" του καινούργιου εμβρύου· έτσι, επιβάλλεται ο απογαλακτισμός μόλις επιβεβαιωθεί η εγκυμοσύνη.

Το γάλα που παράγεται αμέσως από τη μητέρα, που δεν σταμάτησε ποτέ να θη-



Από το περιοδικό "Η ζωή με το παιδί" (Τεύχος Οκτωβρίου 1998).

λάζει, έχει τη σύσταση τού "πρωτόγαλα". Παρατηρήθηκε ότι το καγκουρό έχει ένα μαστό για το μεγαλύτερο παιδί με ώριμο γάλα και ένα μαστό για το μικρότερο, που απαιτεί σαφώς διαφορετική διατροφή. Τέτοια πρόβλεψη δεν υπάρχει για τον άνθρωπο. Γυναίκες που διατήρησαν το θηλασμό και στα δύο παιδιά, απέδειξαν ότι μπορούν να το κάνουν χωρίς φανερές συνέπειες στη διατροφή του νέου παιδιού.

Συμβουλευόντας αυτές τις γυναίκες πρέπει να λαμβάνουμε υπόψη τη δυνατότητα της μητέρας να ξεκουράζεται, να τρώει καλά και να έχει ψυχολογική υποστήριξη, για να αντέξει στις πρόσθετες ανάγκες, τόσο σωματικές όσο και φυσικές.

Όταν, όμως, ο συνεχής θηλασμός καταλήγει σε ένταση ή οδυνηρή εμπειρία, τότε πρέπει να νιώσει ελεύθερη να σταματήσει. Όταν η μητέρα νιώθει αρνητικά συναισθήματα για το μεγαλύτερο παιδί, που θηλάζει, είναι καιρός να το αποκόψει με το μαλακό αλλά με σθένος. Αν μπορεί

να προβλεφθεί μία τέτοια κατάσταση, ίσως είναι πιο εύκολο να γίνει η αποκοπή πριν τη γέννηση του νέου παιδιού.

Όπως συμβαίνει με κάθε απόφαση, για τον απογαλακτισμό είναι καλύτερο να προχωρήσει ο ειδικός σε ειλικρινή συζήτηση με τη μητέρα (και τον πατέρα, αν είναι διαθέσιμος), ώστε οι όποιες δυσαρέσκεις, δυσφορίες ή αίσθημα αποτυχίας να αντιμετωπιστούν ανοιχτά. Πολλές μητέρες υποψιάζονται το γιατρό ότι αντιδρά στο θηλασμό, αν τον δουν να συνιστά τον απογαλακτισμό. Ακόμα και όταν ο λόγος είναι καθαρά και επείγοντως ιατρικός, η συζήτηση πρέπει να είναι ανοιχτή και να περιλαμβάνει επιλογές και εναλλακτικές λύσεις μαζί με τους κινδύνους τους.

Ο απογαλακτισμός είναι μέρος της ανάπτυξης του παιδιού, καμιά φορά, όμως,



είναι και τρόπος να προχωρήσει μπροστά η μητέρα.

Το δίλημμα των διαδοχικών θηλασμών και της αποκοπής του μεγαλύτερου παιδιού αντιμετωπίστηκε και σε άλλες κοινωνίες με διάφορους χειρισμούς, όπως η επάλειψη του στήθους με πιπέρι ή πικρά χόρτα, για να κάνει απαίσια τη γεύση. Γίνεται επίσης και με την ανάθεση του παιδιού από τη μητέρα σε άλλους, που το φροντίζουν.

Η αγάπη και η στοργή για το παιδί, στη δύσκολη αυτή περίοδο προσαρμογής, διαφοροποιεί την τραυματική εμπειρία και βοηθά στη σωστή ανάπτυξή του. Εξίσου σημαντική είναι και η πρόβλεψη κάποιας δυνατότητας για τη μητέρα να εκφράσει τις ανησυχίες και αμφιβολίες της κατά τη διαδικασία στο γιατρό της, ο οποίος δεν πρέπει να είναι ούτε επικριτικός, ούτε άνωφελα σκληρός δίνοντας την ιατρική του φροντίδα.

Σεξουαλική ζωή μετά την εμμηνόπαυση*

Ελένη Στρώχνου, Μαία

* Ομιλία από το 6ο Μετεκπαιδευτικό Σεμινάριο του Συλλόγου Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Θεσσαλονίκης, που έγινε στις 13 & 14 Μαρτίου 1999 σε συνεργασία με τη Δ.Μ.Γ. Κλινική του Α.Π.Θ. και είχε θέμα: "Η γυναίκα στην τρίτη ηλικία".

Το να είσαι 50 ετών στην αρχή του 21ου αιώνα, σημαίνει ότι έχεις ήδη χρησιμοποιήσει τα 2/3 της πιθανής διάρκειας της ζωής σου. Επίσης, μπορεί να σημαίνει ότι το 1/3 από τις σελίδες στο βιβλίο της ζωής είναι ακόμη λευκές, περιμένοντας να γεμίσουν και γιατί όχι να εκπληρωθούν. Ωστόσο, από όποια σκοπιά και να το εξετάσει κανείς, σημαίνει το να γερνάς και αυτό φαίνεται να έχει γίνει όλο και πιο δύσκολο στην εποχή μας. Όσο κι αν είναι ταραγμένη η ζωή μας, με τόσους άνδρες και γυναίκες να πεθαίνουν νέοι, φανταζόμαστε ότι το να μέινει κανείς πάνω στη γη λίγο περισσότερο, πρέπει να χαιρετίζεται ως κατόρθωμα και όχι ως ήττα.

Στις αρχές της δεκαετίας του '70, λίγο καιρό μετά την κυκλοφορία του βιβλίου των Masters και Johnson: "Human Sexual inadequacy" (1970), ένας δημοσιογράφος ρώτησε το Δρ Masters να του πει, ποιο κεφάλαιο του βιβλίου του θεωρεί το πιο σημαντικό. Και ο Δρ Masters του υπέδειξε το κεφάλαιο που αναφέρεται στη σεξουαλική ζωή με την πάροδο της ηλικίας, γιατί αυτό είπε "μπορεί να αλλάξει τη στάση εκατομμυρίων ανθρώπων και να τους δώσει μια νέα διάσταση, πιο δημιουργική".

Υπάρχουν λίγες μελέτες για τη γυναίκα σεξουαλική λειτουργία σε σχέση με την ηλικία. Πιθανώς αυτό να είναι ένας συνδυασμός της κουλτούρας απέναντι

στη γερνότερη “γυναικεία σεξουαλικότητα”, της γυναικείας απροθυμίας να συζητήσει σεξουαλικά προβλήματα με τους γιατρούς, καθώς και των δυσκολιών στη διάγνωση της σεξουαλικής δυσλειτουργίας ή της κατάταξης των ποικίλων εκδηλώσεων της σεξουαλικής απάντησης.

Σε πρόσφατη μελέτη που διοργανώθηκε από τη North American Society, βρέθηκε πως από τις γυναίκες που είχαν περάσει την εμμηνόπαυση, περισσότερες από τις μισές (55%) ανέφεραν ότι η σεξουαλική τους επιθυμία παρέμενε η ίδια όπως και πριν, περίπου 30% ανέφεραν μείωση και ένα 7% αύξηση.

Η σεξουαλική λειτουργία είναι μία λειτουργία που καλύπτει και τις τρεις διαστάσεις του βιοψυχοκοινωνικού ατόμου.

Όπως, ακριβώς η εμφάνιση της περιόδου σημειώνει το πέρασμα από την παιδική ηλικία στην εφηβεία και στην αναπαραγωγική περίοδο, έτσι και η εμμηνόπαυση σημαίνει το τυπικό τέλος της αναπαραγωγικής λειτουργίας και τη μετάβαση σε μία άλλη φάση της ζωής της γυναίκας. Οι περισσότερες μελέτες δείχνουν ότι η εμμηνόπαυση λαμβάνει χώρα μεταξύ 48 και 51 ετών, αλλά υπάρχουν μεγάλες ατομικές αποκλίσεις, ειδικά ως προς την αρχή της.

Αν λάβουμε υπόψη ότι ο μέσος όρος ζωής των γυναικών είναι 81,3 χρόνια, η μετά την εμμηνόπαυση ζωή της γυναίκας καλύπτει σήμερα 30 χρόνια και άρα ένα μεγάλο αριθμό γυναικών.

Η κατανόηση των βιοψυχοκοινωνικών παραγόντων και αναγκών τών μετά την

εμμηνόπαυση γυναικών, είναι απαραίτητη για την παροχή σωστών πληροφοριών, αλλά και για την οργάνωση υπηρεσιών υγείας γι' αυτόν τον συνεχώς αυξανόμενο γυναικείο πληθυσμό, ώστε να αισθάνεται υγιάστερος βιολογικά, ψυχολογικά και κοινωνικά.

Υπάρχουν αλληλοσυγκρουόμενα ευρήματα μεταξύ των ερευνητών, για τον ακριβή τρόπο που μπαίνει μπροστά ο μηχανισμός της εμμηνόπαυσης. Πάντως, πολλές γυναίκες φτάνουν στην εμμηνόπαυση χωρίς κανένα ουσιαστικό σύμπτωμα να συνοδεύει τις ενδοκρινολογικές μεταβολές τους. Άλλες, όμως, παρουσιάζουν τα γνωστά συμπτώματα (εξάψεις, συναισθηματική ευμεταβλητότητα, ευαιρεθιστότητα κλπ). Δεν υπάρχει συμφωνία ότι όλα αυτά τα συμπτώματα οφείλονται στις ενδοκρινολογικές μεταβολές.

Διανύοντας τα χρόνια της μετεμμηνόπαυσης παρατηρούνται κάποιες αλλαγές στον τρόπο με τον οποίο το σώμα απαντά στη σεξουαλική διέγερση. Μερικές από αυτές τις αλλαγές, είναι απλά τα φυσιολογικά και αναπόφευκτα επακόλουθα της αύξησης της ηλικίας. Άλλες είναι το άμεσο αποτέλεσμα των αλλαγών στα επίπεδα των ορμονών. Επιγραμματικά, αναφέρομαι στις ανατομικές αλλαγές, που προκαλούν στο γεννητικό σύστημα οι παρακάτω βιολογικοί παράγοντες:

- Ελάττωση της αιματικής ροής.
- Το τριχωτό του εφηβαίου αραιότερο.
- Συρρίκνωση των μεγάλων χειλέων.
- Λέπτυνση των μικρών χειλέων.
- Αύξηση της ατροφίας της ακροπρο-

σθίας της κλειτορίδας, η οποία γίνεται πιο ευαίσθητη σε ερεθισμούς από απρόσεκτη προσέγγιση.

- Το επιθήλιο του κόλπου γίνεται λεπτότερο, ενώδες, ωχροό, χάνει την ελαστικότητά του, ο κόλπος γίνεται μικρότερος σε μήκος, στενότερος σε διάμετρο.

- Η ποιότητα της κολπικής έκκρισης αλλάζει. Το αλκαλικό pH του κόλπου είναι λιγότερο προστατευτικό έναντι των παθογόνων οργανισμών.

- Επίσης, αλλάζει και η ποσότητα της κολπικής έκκρισης, λόγω της ατροφίας των ενδοτραχηλικών και βαρθολίνειων αδένων και γενικότερα του κολπικού επιθήλιου, με αποτέλεσμα η κολπική εκύγρυνση να είναι φτωχότερη κατά τη σεξουαλική λειτουργία. Τα εσωτερικά γεννητικά όργανα συρρικνώνονται σε προεφηβικό μέγεθος, το ενδομήτριο ατροφεί. Καθώς το κολπικό επιθήλιο γίνεται λεπτότερο και στεγνότερο, η συνουσία μπορεί να γίνει δυσχερής, ακόμη και επώδυνη. Κάποιες φορές το επιθήλιο αυτό μπορεί να ραγίσει και να αιμορραγήσει. Δεν χρειάζεται να πούμε ότι αυτό μπορεί γρήγορα να ελαττώσει το ενδιαφέρον της γυναίκας για το sex και, ακόμη, μπορεί να την κάνει να αναρωτιέται, αν οι μέρες της σεξουαλικής απόλαυσης έχουν γίνει παρελθόν.

Η κολπική ξηρότητα και η ενόχληση που μπορεί να προκαλέσει κατά τη διάρκεια της συνουσίας, είναι μία από τις λιγότερο συζητήσιμες όψεις της εμμηνόπαυσης. Ωστόσο, είναι μία πραγματικότητα για πολλές μετεμμηνόπαυσικές γυναίκες. Ευτυχώς, υπάρχουν πολλά που μπορούν να κάνουν για να διατηρήσουν τον κόλπο τους υγρό:

- Χρησιμοποίηση ειδικού gel.
 - Χρησιμοποίηση λιπαντικών με βάση το νερό και όχι τα έλαια (που ευνοούν την ανάπτυξη παθογόνων οργανισμών), όπως το K-V-υδατοδιαλυτό gel για την επάλειψη του κόλπου πριν τη συνουσία.
 - Χρησιμοποίηση κολπικών υγραντικών, που εισάγονται στον κόλπο, όπως τα ταμπόν, 2 ή 3 φορές την εβδομάδα.
 - Αποφυγή κολπικών πλύσεων, αρωματισμένων χαρτιών υγείας, σαπουνιών του μπάνιου και λαδιών, γιατί ξηραίνουν και ερεθίζουν τον κόλπο.
 - Αποφυγή αντισταμινικών φαρμάκων και άλλων που προκαλούν ξηρότητα του κόλπου.
 - Διάθεση μεγαλύτερου χρόνου στην προετοιμασία πριν τη συνουσία. Έτσι το σώμα μπορεί να απελευθερώσει τα δικά του φυσιολογικά λιπαντικά. Η γυναίκα της δεκαετίας των 50 ετών, χρειάζεται συνήθως μικρότερο χρόνο σεξουαλικής προετοιμασίας απ' ό,τι η νεότερη.
 - Χρησιμοποίηση ειδικού κολπικού υποθέτου βιταμίνης E, 2 κάθε βράδυ για 6 εβδομάδες και 1 μετά από αυτές.
 - Πόση άφθονου νερού, γιατί αποτελεί λιπαντικό παράγοντα ολόκληρου του οργανισμού.
- Γυναίκες οι οποίες παραμένουν σεξουαλικά δραστήριες μετά την εμμηνόπαυση, είτε με το σύντροφό τους είτε μέσω αυνανισμού, φαίνεται να έχουν μικρότερο πρόβλημα με την ξηρότητα και μεγαλύτερη ικανότητα να πετυχαίνουν οργασμούς, από ότι γυναίκες που δεν είναι σεξουαλικά δραστήριες.
- Οι επιστήμονες δεν είναι βέβαιοι γιατί συμβαίνει αυτό, αλλά μερικοί πιστεύουν ότι η σεξουαλική δραστηριότητα μπορεί να διεγείρει την παραγωγή οιστρο-

γόνων από τα επινεφρίδια, τα οποία με τη σειρά τους βοηθούν να παραμείνει ο κόλπος υγρός. Επιπλέον, οι συσπάσεις των μυών και η αυξημένη αιματική ροή, που συμβαίνει πριν και κατά τη διάρκεια του οργασμού, φαίνεται πως γυμνάζουν τον κόλπο βοηθώντας τον να διατηρεί την πριν την εμμηνόπαυση κατάστασή του.

Υπάρχει ακόμη ένας βιολογικός λόγος. Οι ερευνητές έχουν βρει έναν υψηλότερο λόγο πλάσματος τεστοστερόνης-οιστρογόνων στις μετεμμηνόπαυσικές γυναίκες, λόγω του γεγονότος ότι τα οιστρογονικά επίπεδα πέφτουν, ενώ τα επίπεδα τεστοστερόνης παραμένουν το ίδιο ή μερικές φορές αυξάνουν μετά την εμμηνόπαυση. Αυτό μπορεί να προκαλέσει αύξηση της σεξουαλικής επιθυμίας, γιατί η τεστοστερόνη είναι η ορμόνη η υπεύθυνη για τη σεξουαλική επιθυμία, τόσο στις γυναίκες, όσο και στους άνδρες.

Όταν η κολπική ξηρότητα γίνεται ένα σοβαρό πρόβλημα και η χρήση ενός τεχνητού λιπαντικού δεν βοηθά, τότε καταφεύγουμε στην ορμονική θεραπεία.

Η θεραπεία Ο.Υ. (Ορμονική Υποκατάσταση) πρέπει να εξηγηθεί στη γυναίκα και θα πρέπει να εξατομικεύεται. Καλύτερη επιλογή για την κολπική ξηρότητα είναι η τοπική θεραπεία με:

1. Κρέμα οιστρογόνου.

α) Το οιστρογόνο απελευθερώνεται απευθείας στον κόλπο, όπου είναι επιθυμητή η δράση του. Έτσι, ο κίνδυνος για την υγεία είναι μικρότερος.

β) Δεν είναι ευρέως γνωστό ότι τα χάπια και τα αυτοκόλλητα δεν παρέχουν πάντοτε αρκετή διέγερση (ερεθισμό)

στο κολπικό επιθήλιο, ώστε να το λιπάνουν επαρκώς για άνετη σεξουαλική δραστηριότητα.

2. Κρέμα ανδρογόνου με βάση την τεστοστερόνη, η οποία σε μεγάλες ποσότητες μπορεί να προκαλέσει αρρενοποίηση και, επίσης, είναι άγνωστος ο κίνδυνος στην καρδιακή νόσο.

Η έρευνα του Kinsey έχει δείξει ότι οι γυναίκες που έχουν μια ευτυχή σεξουαλική ζωή πριν από την εμμηνόπαυση, είναι πιθανό να εξακολουθήσουν να απολαμβάνουν το sex και μετά από αυτή, μέχρις ότου η υγεία τους παραμένει καλή.

Γυναίκες, που για οποιοδήποτε λόγο κατά τη διάρκεια της ζωής τους δεν απόλαυσαν το sex, μπορεί να χρησιμοποιήσουν την ηλικία σαν μία δικαιολογία, για να θέσουν τέρμα σε μία μη ικανοποιητική σεξουαλική ζωή.

Μία γυναίκα επιθυμητή και μία γυναίκα που επιθυμεί, μπορεί να απολαύσει μία ικανοποιητική ζωή έρωτα και sex για πολλά χρόνια μετά την εμμηνόπαυση.

Ερχόμαστε τώρα στους ψυχοκοινωνικούς παράγοντες, που επηρεάζουν τη σεξουαλική συμπεριφορά μετά την εμμηνόπαυση.

Υπάρχει ένας μεγάλος αριθμός λαθεμένων αντιλήψεων και πάρα πολλές προκαταλήψεις γύρω από τη σεξουαλική λειτουργία της γυναίκας μετά την εμμηνόπαυση. Οι επιστήμονες που ασχολούνται μ' αυτό το θέμα πρέπει να βοηθήσουν, ώστε να διαλυθούν οι λαθεμένες απόψεις και να ανατραπεί η εντύπωση ότι η γυναίκα των 50 έως 70 ετών δεν ενδιαφέρεται για τη σεξουαλική λειτουργία,

γιατί τίποτα δεν είναι πιο ανακριβές, από το ότι οι γυναίκες αυτής της ηλικίας δεν διατηρούν υψηλά το σεξουαλικό τους ενδιαφέρον.

Σε ποιό βαθμό η σεξουαλική δραστηριότητα παίζει κάποιο προσαρμοστικό ρόλο στη ζωή των γυναικών μετά την αναπαραγωγική περίοδο, αυτή είναι μια δύσκολη ερώτηση, που δεν έχει ακόμη ικανοποιητικά απαντηθεί.

Οι αρνητικές στάσεις για τη σεξουαλική δραστηριότητα των γυναικών αυτής της περιόδου, που είναι αρκετά διαδεδομένες στις βιομηχανικές κοινωνίες, καθώς και η κοινωνική αποδοκιμασία φαίνεται να επηρεάζουν με διάφορους, πολύπλοκους τρόπους τη δραστηριότητα και το βαθμό της σεξουαλικής προσαρμογής τους.

Ερευνητές που μελέτησαν ανθρωπολογικά δεδομένα σε κοινωνίες διαφορετικής κοινωνικοοικονομικής ανάπτυξης από τις κεντροευρωπαϊκές, σημειώνουν ότι η εμμηνόπαυση δεν επηρεάζει καθόλου τη ζωή των γυναικών αυτών των κοινωνιών και δεν μειώνει καθόλου τη σεξουαλική δραστηριότητα, ούτε τη συνοδεύουν ψυχολογικές ενοχλήσεις.

Έχουν περιγράψει ότι σε αρκετές τέτοιες κοινωνίες, οι γυναίκες μετά την εμμηνόπαυση έχουν αξιόλογες επιτυχίες στην προσέλκυση νεαρών ερωτικών συντρόφων, είτε σαν εισαγωγή στην ερωτική τέχνη, είτε σαν κανονική σχέση.

Στις λίγες περιπτώσεις που αναφέρθηκε μείωση της σεξουαλικής δραστηριότητας των γυναικών μετά την εμμηνόπαυση, αυτή σχετίστηκε με την αναπαραγωγική ικανότητα και με μία μείωση των σεξουαλικών επαφών, που φαίνεται να παρουσιάζεται ως αποτέλεσμα



αυτής της αρνητικής στάσης της κοινωνίας.

Η σεξουαλικότητα και η εμμηνόπαυση είναι προσωπικά, εσωτερικά ζητήματα.

Η σεξουαλικότητα δεν σταθμίζεται και δεν μετριέται εύκολα. Δεν μπορούν να τεθούν σταθερές, ούτε από τη βιολογία, ούτε από τη στατιστική. Είναι η ιδέα της γυναίκας για την εμμηνόπαυση. Τί περιμένει, τί έχει πληροφορηθεί από τη μητέρα και τις φίλες της, από γιατρούς και εφημερίδες, καθώς και από τη δική της θεώρηση για το πεπρωμένο, που όλα μαζί θα χρωματίσουν την εμμηνόπαυση.

Στην εποχή της απελευθέρωσης της γυναίκας και των αντισυλληπτικών χαπιών, που η απόλαυση της σεξουαλικότητας μπορεί να γίνει χωρίς τον αρχέγονο αναπαραγωγικό της σκοπό –πόσο, μάλλον, που η αναπαραγωγή μπορεί να κάνει χωρίς τη σεξουαλικότητα– είναι λάθος να συνδέουμε τη σεξουαλικότητα με την αναπαραγωγική ικανότητα.

Η σεξουαλικότητα είναι μία από τις γέφυρες μεταξύ των δύο φύλων, ένα από τα δώρα της ζωής, τόσο στη γυναίκα, όσο και στον άνδρα και αποτελεί αναμφισβήτητα ένα βασικό συνεκτικό κρίκο στη σχέση του ζευγαριού. Ο έρωτας και η λίμπιτο είναι ένα ζευγάρι που ταράζει τα νερά και χρειάζονται και οι δύο για να κρατήσουν τη φλόγα αναμμένη, παρ' όλο που δεν είναι πια μία Ολυμπιακή φλόγα.

Ο ρόλος του άνδρα είναι κεφαλαίωδους σημασίας. Αν αποδεχθεί τη δική του γηράσκουσα εικόνα, αν αντέξει τις δικές του απώλειες, εμφανείς ή αφανείς, θα αντιμετωπίσει με γαλήνη το πέρασμα του χρόνου στη σύντροφό του και έτσι θα το ανεχθεί και για τους δύο.

Εάν η εμμηνόπαυση δεν φορτωθεί, σαν δεινά, κάποιες αλλαγές που συμβαίνουν στην οικογενειακή ζωή την ίδια χρονική περίοδο, όπως την απομάκρυνση των παιδιών και κατ' επέκταση το σύνδρομο της κενής φωλιάς, ή επαγγελματικά προβλήματα, τότε, ζεστή τρυφερότητα και συντροφικότητα μπορεί να γεμίσει το σπίτι, χωρίς να υπάρχει χώρος για ιδιωτική ζωή και το κοινό παρελθόν να γίνει τροφή για το παρόν και το μέλλον. Η γυναίκα στην ηλικία αυτή, συμφιλωμένη με την εικόνα του εαυτού της διατηρεί την αυτοεκτίμησή της και αισθάνεται αξία της αγάπης και του πόθου του άνδρα.

Συμπερασματικά, θα πρέπει να γνωρίζουμε ότι η θεραπεία Ορμονικής Υποκατάστασης, τοπική και γενική (κρέμες, χάπια, αυτοκόλλητα), είναι πιο εύκολη στο χειρισμό της από την ψυχολογική υποστήριξη, το σεβασμό, την πλήρη προσοχή στο πρόβλημα, τονίζοντας ότι:

Δεν υπάρχει όριο ηλικίας, αλλά πρέπει να υπάρχουν κάποιοι τρόποι να ΔΙ-ΝΕΙΣ και να ΒΡΙΣΚΕΙΣ ευχαρίστηση, χρησιμοποιώντας όλα τα μέρη του γυναικείου και ανδρικού σώματος.

Τεχνικές συμβουλές - Οικογενειακή συμπαράσταση

Η προσέγγιση της σεξουαλικότητας στην εμμηνόπαυση απαιτεί αυτά και ακόμη περισσότερα, ενθαρρύνοντας τις γυναίκες πως:

“Δεν υπάρχει ηλικία για την ΑΓΑΠΗ”,

“Η ΑΓΑΠΗ είναι πάντα μία ΑΝΑΓΕΝ-ΝΗΣΗ”,

“Η σεξουαλικότητα διαβάζεται πάντα ΞΑΝΑ”,

“Η σεξουαλικότητα είναι ένα τεύχος που ΠΑΝΤΑ διαβάζεται, διαβάζεται για ΧΙΛΙΕΣ ΦΟΡΕΣ”!!!

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Σέγγος, Χρ.: Εμμηνόπαυση - Σεξουαλική ζωή μετά την εμμηνόπαυση, **1995.**

Βαϊδάκης, Ν.: Σεξουαλική ζωή μετά την εμμηνόπαυση. Πρακτικά 1ου Πανελληνίου Μετεκπαιδευτικού Σεμιναρίου Γυναικολογικής Ενδοκρινολογίας, **1991.**

Berg, G. and Hummap, M.: The Modern Management of the Menopause, **1994.** **a) Nachtigall, E. Lila:** Sexual Function in the Menopause and Post menopause. **b) Lachowsky, M.:** Being 50 in the 1990s: Sexual life, everyday life.

Perry, Susan and O'Haulan, Kate: Natural Menopause. How Menopause will affect your sexuality, **1991.**

Λογογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μамής

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

(Συνέχεια από το προηγούμενο)

μαυροφάσκι, το, όταν μιας μάνας δεν ζουν τα παιδιά που γεννάει, τότε, το νέο παιδί που θα γεννηθεί το φασκιώνει η μαμή με μαύρη φασκιά και το βάζει στη μέση της εκκλησίας κατά την ώρα της λειτουργίας. Εκείνος που θα το πρωτοσηκώσει, θα το βαπτίσει και του βγάλει το όνομα Ζώης ή Πολυζώης ή Στέργιος.

μαυρόχαρη, η, η στείρα, η άκληρη γυναίκα όταν πεθαίνει.

μεγάλη ώρα, η, ο τοκετός, η γέννα.

Μεγαλοδύναμος, ο, ο Θεός.

Μεγαλομάνα, η, επίθετο της Παναγίας.

μεγαλοπέφτικη φασκιά, η, όταν μιας μάνας δεν ζουν τα παιδιά που γεννάει, τότε, τρεις άλλες μητέρες τη Μ. Πέμπτη γνέθουν και υφαίνουν μονομερίτικα μια κόκκινη φασκιά, με την οποία η μαμή φασκιώνει το νέο παιδί όταν θα γεννηθεί και έτσι πιστεύουν ότι σταματούν το Χάρο. Το παιδί που θα γεννηθεί το βαφτίζουν Ζώη ή Ζωή.

μεγαλοπέφτικο αυγό, το, το αυγό που θα γεννήσει τη Μ. Πέμπτη μια μαύρη κότα, η μάνα το τοποθετεί στο εικονοστάσι του σπιτιού για 3, 5 ή 7 χρόνια. Τότε κρυσταλλώνεται ο κρόκος του αυγού και γίνεται κρατητήρας, που τον κρεμάει στο λαιμό της η έγκυος γυναίκα για να μην αποβάλει.

μεγαλοφαμελίτισσα, η, η πολύτεκνη μάνα.

μεγαλόφυλλο, το, το ευτραφές βρέφος που φαίνεται μεγαλύτερο από τη χρονολογική του ηλικία.

Μεγαλόχαρη, η, επίθετο της Θεομήτορος, γιατί έχει "Μεγάλη Χάρη". Η μαμή την αποκαλεί και "Οδηγήτρια", "Ελεούσα", "Ελευθερώτρια", "Φανερωμένη" κλπ. Στη λαϊκή γλώσσα της μαμής υπάρχουν 200 περίπου επίθετα της Παναγίας.

μέγας, ο, ο πρωτότοκος γιός.

μέλι, το, το μέλι των μελισσών. Η μαμή το χρησιμοποιεί σε πολλές μαγικές και θεραπευτικές πράξεις της.

μελοκομάρα, η, η αδιαθεσία κατά την εγκυμοσύνη των φτωχών γυναικών, που εκδηλώνεται με κομάρα των αρθρώσεων, η οστεομαλακία των εγκύων από κακή και ανεπαρκή διατροφή.

μελισσοκούνια, η, η μικρή κούνια (λίκνο) από κυψέλη μελισσών. Επιπόηση της μαμής για τα πρόωρα νεογνά.

μελισσόσταλες, οι, το απόσταγμα του φυτού "μέλισσα". Λαμβάνεται κατά σταγόνες, σαν τονωτικό της καρδιάς (ψυχής) της επιτόκου, επί δυστοκίας. Είναι ένα από τα κύρια φάρμακα της μαμής.

μελούμενο, το, το πεπρωμένο.

μελούτη, η, η φορητή κούνια από δέρμα πρόβατου (νάκα), με την οποία η μάνα μεταφέρει το βρέφος στους ώμους της. Λέγεται και μηλωτή ή μελούπη.

μερνών, μοιραίνω. Φράσεις της καθεμιάς από τις Τρεις Μοίρες, τα μεσάνυχτα της τρίτης ημέρας από τη γέννηση του βρέφους.

μερώνω, ημερώνω, καθησυχάζω, καταπραΰνω το βρέφος που κλαίει γοερά.

μερώτρα, η, 1) η βυζάστρα, 2) η μαμή.

μεσοφάσκι, το, είδος μικρής φασκιάς. Το μεσοφάσκι έχει θήκες, για να βάζει η μαμή και η γιαγιά –συμβολικά– ψωμί, ζάχαρη και αλάτι, για να ζήσει το βρέφος χρόνια πολλά κι ευτυχισμένα. Μεσοφάσκι είχαν μόνο τ' αγόρια.

μεσοφόρι της νύφης, το, το εσωτερικό φόρεμα της νύφης. Μετά την πρώτη νύχτα του γάμου, ματωμένο με τα σημάδια της παρθενίας το περιφέρει η μάνα της νύφης μέσα σε κάνιστρο με λουλούδια και παίρνει από τους προσκεκλημένους συγγενείς τα “παρθενίκια” για την τιμή της νύφης. Ο έπαινος ανήκει στη μάνα, που την προστάτευε κρατώντας σφιχτά τα λουριά της ηθικής.

Μετάδοση Αγία, η, η Θεία Μετάληψη, το μεταλάβασμα ή μεταλάβωση, η λήψη των Αχράντων Μυστηρίων, η Θεία Κοινωνία της επιτόκου επί δυστοκίας.

μεταλεχουσιά, η, η παράταση και υποτροπή της λοχείας, πέραν των σαράντα ημερών, από σοβαρές επιπλοκές: “40 μέρες η λεχούσα έχει το μνημόρι της ανοιχτό”. “η λεχώνα τό ‘να της πόδι τό ‘χει στο λάκκο”.

μεταξογέννα, η, η μάνα που γεννάει εύκολα, χωρίς πολλούς πόνους, ωραία και γερά παιδιά.

μήλα, τα, οι λαβές του σκαμνιού της μαμής, από τις οποίες συγκρατείται η τίγκουσα.

μήλο, το, ο τράχηλος της μήτρας.

μηλούτη, η, η μηλωτή, φιρητη κούνια από προβιά ή δέρμα πρόβατου.

μηναία, τα, τα έμμηνα της γυναίκας.

μνηοπάνια, τα, τα τετράγωνα πανιά από χασέ, τα οποία ζώνονται οι γυναίκες που έχουν την έμμηνη περίοδό τους.

μητέρα, η, 1) η μάνα, η μανούλα, η μαμά, 2) το Χέρι της Παναγίας, βότανο της μαμής για ευτοκία. Είναι το τεύκριον, το πόλιον.

μητερούλα, η, το υποκοριστικό του μητέρα, η μανούλα, η μανουλίτσα, το μανουλάκι.

μήτηρ, η, η μητέρα, η μάνα, η μο, η μα, η μανούλα, η μανέδα.

μήτρα, η, η υστέρα της γυναίκας, όπου κυοφορείται το έμβρυο.

μητραδέλφια, τα, τα αδέρφια από την ίδια μητέρα, αλλά από άλλο πατέρα.

μητριά, η, 1) η σύζυγος του πατέρα σε σχέση προς τα παιδιά από άλλη μητέρα, 2) η δεύτερη μάνα.

μητρικά, τα, οι παθήσεις της μήτρας και των παραμητρίων. Η μαμή τα θεράπευε με μητροβότανο, το αφέψημα του οποίου έχει αντιφλογιστική δράση.

μητρικιά, η, η στείρα γυναίκα από νόσημα της μήτρας.

μητρικός, ο, ο πρώτος παλμός του εμβρύου, το πρώτο σκίρτημα. Τη στιγμή εκείνη αναπτύσσεται το μητρικό φίλτρο, η μητρική αγάπη και η στοργή της μάνας για το παιδί της.

μητροπόνιασμα, το, η ασθένεια της μήτρας, συνήθως η πρόπτωση της μήτρας σε πολύτοκες μητέρες.

μητρόπονος, ο, ο υστερόπονος.

μητρόπτωση, η, η πτώση της μήτρας σε πολύτοκες μητέρες. Η μαμή την ανέτασσε με το “πτέρνισμα” και με τους “φτερνιστήρες”.

μητροχόρτι, το, το χόρτο που τρώνε οι στείρες, για να πιάσουν παιδί. Επίσης, όσες κοπέλες δεν έχουν περίοδο ή έχουν άτσαλη περίοδο (δυσμηνόρροια), το χρησιμοποιούν ως εμμηναγωγό.

μικροευχή, η, η ευχή που παίρνει η λεχώνα στις τρεις ημέρες. Τη μεγάλη ευχή την παίρνει στις 40 ημέρες στην εκκλησία με το “σαραντισμό”.

μικρομάνα, η, η νέα μάνα, μετά τον πρώτο τοκετό, για διάστημα ενός χρόνου.

μικροπαίδι, το, το μικρό παιδί, το μα-

ξούμι, το λεχωνιάρικο ή λεχούδι.

μυρμιζόλι, το, είδος ζυμαρικού, το οποίο ήταν τροφή της λεχώνας.

μισοσαράντιση, η, η ειδική ευχή που διαβάζει ο ιερέας στη λεχώνα την 20ή ημέρα μετά τον τοκετό. Συνήθως τη διαβάζει στη φτωχή μάνα, που πρέπει να πάει να δουλέψει πριν σαραντίσει ή όταν έχει μεγάλη ανάγκη (κυρίως για λόγους υγείας) να πάρει την ευχή στις πρώτες 20 ημέρες.

μιτάρια, τα, μέρος του αργαλειού. Η μαμή τα τοποθετεί γύρω από το κρεβάτι της λεχώνας, για να την προστατεύσει από τα κακά πνεύματα.

μοίρα, η, η τύχη, το πεπρωμένο, τορζικό, το γραφτό. Η μοίρα του παιδιού γράφεται από τις Τρεις Μοίρες την τρίτη νύχτα από τον τοκετό.

Μοίρες, οι, η μαμή πιστεύει ότι οι Μοίρες που θα μοιράνουν το παιδί είναι τρεις: η μια γράφει, η άλλη γνέθει και η τρίτη κόβει. Οι Μοίρες δεν δευτερομοιραίνουν, γιατί δεν θα υπήρχαν στον κόσμο κακόμοιρα παιδιά. Την τρίτη νύχτα από τον τοκετό η μαμή συμβουλεύει τη μητέρα του παιδιού με την εξής επωδή:

*“Έχε την έννοια του παιδιού,
καθόλου να μην κλάψει,
γιατί θε νά 'ρθει η Μοίρα του
απόψε να το γράψει”.*

Επίσης, η μαμή μαθαίνει με τα παρακάτω λόγια τη νέα μητέρα, πώς να παρακαλέσει τις Μοίρες για το παιδί της:

*“Ελάτε Μοίρες, των Μοιρών,
να μοιράνετε το παιδί μου,
μες στα χρυσά, μες στ'αργυρά,
μες στα μαλαματένια,
ως είναι το μέλι γλυκό,*

νά 'ναι και η Μοίρα του παιδιού μου”.

Αν οι Μοίρες βρουν το παιδί να είναι καλοντυμένο και να έχει δώρα επάνω και γύρω του, τότε θα το καλομοιράνουν,

αν το βρουν κακοντυμένο, τότε θα το μοιράνουν κακά.

μοιρογραφη, η, οι διάφορες ραφές του κρανίου του ανθρώπου, που συνδέουν τα οστά μεταξύ τους και που δεν αλλάζουν ποτέ: *“ό,τι γράφει, δεν ξεγράφει!”*. Τις ραφές του κρανίου τις θεωρούν ως ανεξήγητα γράμματα και τα λένε “μοιρογράμματα”.

μοιρόγραφο, το, το γραμμένο από τις Μοίρες μέλλον του παιδιού.

μοιροχάρτι της μαμής, το, φυλλάδιο με μαγικές επωδές, που χρησιμοποιεί η μαμή στις παθήσεις του μαστού της λεχώνας και στην ανάνηψη του νεογνού.

μοιρόψωμο, το, κεντητό αφράτο ψωμί, με μέλι και ζάχαρη και με νόμισμα στην κορυφή, δώρο της μάνας στις Μοίρες τη νύχτα της τρίτης ημέρας από τον τοκετό. Το προσφέρουν μετά τα μεσάνυχτα, στις 3 το πρωί, στη μαμή. Η μαμή κατά τη Νεοελληνική Μυθολογία είναι μια από τις Τρεις Μοίρες, η δεύτερη είναι η γιαγιά και η τρίτη είναι η ίδια η μάνα του παιδιού.

μόλα, η, η αιματομύλη, η υδατίς μύλη, η αερομύλη.

μόλιμα, το, 1) η επιλόχειος λοίμωξη, 2) κάθε επιδημική νόσος.

μολοχάνθι, το, το αφέψημα από τα άνθη της μολόχας. Το δίνει η μαμή στη λεχώνα και το μωρό.

μονάκριβος, ο, το χαϊδεμένο μοναχοπαιδί, ο μοναχογιός, ο ακριβός, ο μονογενής, ο κανακάρης, ο πολυχαϊδεμένος, το μοναχοπαιδί, το γαϊδουροπαιδί (κακομαθημένο).

μοναχό, το, το παιδί που έχασε τη μάνα του στον τοκετό ή τη λοχεία.

μονογούλικο, το, το σκόρδο με μια σκελίδα αντί για πολλές. Λέγεται και μονοκέφαλο. Είναι αντιβασκάνιο για τη λεχώνα και το παιδί.

μονόκοιλος, ο, ο δίδυμος· “είναι μιανής κοιλιάς”.

μονόκορφο, το, το παιδί που έχει μία κορυφή στα μαλλιά της κεφαλής του. Πιστεύουν ότι θα παντρευτεί μόνο μία φορά.

μονομηνάϊκα, τα, τα παιδιά που γεννήθηκαν την πρώτη του μήνα. Η μαμή τα θεωρεί φιλάσθενα και τους βάζει πολλά φυλαχτά και αντιβασκάνια.

μονομηνίτικο, το, το παιδί που έχει γεννηθεί τον ίδια μήνα με άλλο παιδί. Θεωρούνται αδελφικοί φίλοι.

μονομπούκι, το, η συνήθεια της μαμής να δίνει στη λεχώνα την τρίτη ημέρα, στα “κολυμπίδια”, από μία μπουκιά από όλα τα φαγητά, για να συνηθίσει να τρώει.

μονορρώγιαση, η, η συνεχής προσφορά της θηλής του μαστού στο βρέφος, για να μην κλαίει διαρκώς.

μονοστέφανη, η, η νυμφευμένη μια φορά. Μόνο οι μονοστέφανες γυναίκες βοηθούν τη μαμή στον τοκετό και τιμητικά τις λένε “παραμαμές”.

μονοχρονίτης, ο, το παιδί που έχει γεννηθεί τον ίδιο χρόνο με άλλο παιδί.

μός, ο, το πρώτο γάλα που θα βυζάζει το πρωτόγεννο παιδί.

μορραγιοχόρταρο, το, είδος φυτού με καφέ ίνες, με το οποίο η μαμή σταματά την αιμορραγία στην εγκυμοσύνη, στον τοκετό ή στη λοχεία. Είναι ένα από τα μαγικά βότανα της μαμής.

μορρούσα, η, η αιματώδης μύλη.

μορφοπρεπούμενη, η, η έγκυος, μετά τους έξι μήνες, με το υπερήφανο βάδισμα.

μοσκάδος, ο, τριγωνικό φυλαχτό, ειδικό αντιβασκάνιο για τη λεχώνα. Περιέχει σταυρό από παλιούρι, μπαρούτι, σκόρδο, μαυροκούκι κλπ.

μοσχάρι, το, το παιδί που γεννήθηκε μετά από παράταση της εγκυμοσύνης,

περίπου δέκα ημέρες επιπλέον του κανονικού. Θεωρείται καθυστερημένο και έχει ιδιότητες προώρου.

μοσχοκάρφι, το, το γαρούφαλλο. Το χρησιμοποιεί η μαμή για ξεμάτιασμα της λεχώνας.

μοσχολίβανο, το, είδος εκλεκτού θυμιάματος. Το χρησιμοποιεί η μαμή ως βασικό υλικό για την παρασκευή εμπλάστρων για τη μέση της εγκύου. Επίσης, μ' αυτό θυμιατίζει τη λεχώνα τις τρεις πρώτες ημέρες από τη γέννα, για να την προστατεύσει από τα κακά πνεύματα, ιδίως τον ίσκιο και το αρμένιασμα (ψύχωση της λοχείας).

μοσχορέψιμο, το, το μικρό ρέψιμο του νεογνού μετά τον πρώτο θηλασμό. Η μαμή τότε λέει: “Χριστός” ή “μόςχος”. Λέγεται και “Χριστορέψιμο”.

μούλικο, το, το νόθο τέκνο από αθέμιτη σχέση.

μουλόσπορος, ο, το νόθο τέκνο.

μουνικό, το, ειδική αλοιφή της μαμής για τη θεραπεία παθήσεων των έξω γεννητικών οργάνων της γυναίκας.

μουνοπαλαμαράκι, το, η μικρή ξύλινη παλαμαριά του ενός δακτύλου, που προστατεύει το δείκτη από το δρεπάνι κατά το θερισμό. Είναι αναγκαίο εργαλείο της μαμής επί δυστοκίας. Μ' αυτό σπάει το θηλάκιο και επιτυγχάνεται ο τοκετός.

μουρίκι, το, το παιδί που γεννιέται με φιλοπροσωπίδα ή τσίπα ή αντιπρόσωπο ή προυσοψίδα, δηλ. αμνιακή μεμβράνη πάνω στο πρόσωπό του. Θεωρείται από τη μαμή πολύ τυχερό για τη ζωή του.

μουνιά, η, ο ελκώδης καρκίνος του μαστού της γυναίκας, ιδίως της γριάς (φάουσα).

μουννορακή, η, η μουνριδιά, το οιοπνευματώδες ποτό από μούρα, που παρασκευάζει η μαμή και το δίνει να το πίνουν οι στείρες για να πιάσουν παιδί.

μπαμπακίστρα, η, η στοματίτιδα των νεογνών.

μπαμπούλεμα, το, ο τοκετός με χειρισμούς της μπάμπως (μαμής) επί δυστοκίας. Η μπάμπω, κάνοντας επί δυστοκίας εξωτερικό μετασχηματισμό σε ανώμαλο σχήμα του εμβρύου, ταυτόχρονα καλεί τρεις φορές με επικλήσεις το βρέφος να βγει, όπως: *“Έβγα, βρέφος! Σε καλεί ο Αι-Γιάννης, ο Βαπτιστής!”*. Το παιδί αυτό, αν βγει ζωντανό, το βαφτίζει η μαμή και του βγάζει το όνομα “Γιάννης”, για να γιάνει (συνήθως είναι κακοπαθημένο). Αλλά και όλα τα κακοπαθημένα παιδιά στη γέννα τα βαφτίζει η μαμή “Γιάννηδες”. Από την εθιμική αυτή πράξη της μαμής έχει βγει και η παροιμία: *“Ακόμα δεν τον είδαμε και Γιάννη τον εβγάλαμε”*.

μπαμπουλεύω, ξεγεννώ με δυσκολία επί δυστοκίας (αφορά τη μαμή).

Μπάμπω, η, η γριά πρακτική μαμή, που ήταν ταυτόχρονα και γιάτρισσα για όλες τις παθήσεις της εγκυμοσύνης, του τοκετού, της λοχείας, των βρεφών και γενικά όλων των γυναικολογικών διαταραχών και νοσημάτων της γυναίκας.

μπάσταρδος, ο, ο νόθος γιός (θηλ.: η μπαστάρδα, ουδ.: το μπαστάρδικο).

μπαστί, το, το νόθο τέκνο, το μπασταρδάκι ή κοπέλι ή μπάστος.

μπαστομάνα, η, η μάνα που απέκτησε τέκνο από αθέμιτη σχέση.

μπαστόπιασμα, το, το νόθο τέκνο.

μπεμπάλλωμα, το, η έκτρωση, η αποβολή.

μπεμπαλλώνομαι, αποβάλλω, παθαίνω αποβολή ή κάνω έκτρωση.

μπέμπος, ο, το αβάφτιστο βρέφος (θηλ.: η μπέμπα ή μπεμπέκα). Παλαιότερα συνήθιζαν και το βάφτιζαν την 3η, 5η ή 8η μέρα από τη γέννηση.

μπεσίκι, το, η κούνια του βρέφους, που

είναι κατασκευασμένη από ξύλο.

μπλάστρι της κατάβαρης, το, το έμπλαστρο που έφτιαχνε η μαμή για τη μέση της εγκύου, κατά τους τελευταίους μήνες της εγκυμοσύνης.

μπολιασμένη, η, η έγκυος γυναίκα.

μπουγανίκια, τα, η γιορτή την τρίτη μέρα από τη γέννηση και τα δώρα που δίνονται. Στα μπουγανίκια, επίσης, δίνεται και η αμοιβή της μαμής.

μπούλης, ο, το αβάφτιστο βρέφος.

μπροσμάμη, η, η εμπροσθομαμή. Είναι η κύρια μαμή, η Κυρα-μαμή.

μυγδαλόλαδο, το, λάδι από αμύγδαλα, που έδινε η μαμή στις έγκυες να πίνουν κατά τους τελευταίους μήνες της εγκυμοσύνης, για θεραπεία της δυσκοιλιότητας.

μυριστικά, τα, αφέψημα από αρωματικά φυτά, που πίνει η λεχώνα. Επίσης, μ' αυτό λούζεται ή αχνίζεται.

μυρσινόερο, το, άνθη μυρσίνης σε έγχυμα. Είναι φάρμακο της μαμής, για να αποβάλει το νεογνό το μηκώνιο. Επίσης, για να καθαρίσει από βλέννες το στομαχάκι του.

μύρτωμα, το, η επίταση, από τη μαμή, ξηρής κοπανισμένης μυρτιάς στις βουβωνικές χώρες του νεογνού, όταν το πρωτοφασκιάζει, πριν το δώσει στη μάνα του.

μυρωδιά, η, η μικρή δόση φαγητού ή γλυκού, που δίνουν οι γειτόνισσες στην έγκυο, που έχει επιθυμία (για ψυχικό, χωρίς αυτή να το ζητήσει), για να μην αποβάλει από τη στέρηση. Η άρνηση θεωρείται κρίμα ή αμαρτία.

μυρωμένη, η, η λεχώνα που με τη βοήθεια της μαμής, που τη συνόδευσε στην εκκλησία, πήρε την ευχή από τον ιερέα μετά τις πρώτες 40 ημέρες.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

Όταν εκεί επάνω ...

Νίκος Α. Παπανικολάου, Ομότιμος Καθηγητής Μαιευτικής-Γυναικολογίας

(Συνέχεια από το προηγούμενο)

Ήφαιστος

Τον Ήφαιστο τον παντρεύτηκε κατά επιταγή του Δία, γιατί αυτή δεν τον ήθελε. Δεν άργησε, όμως, να τον απατήσει με τον Άρη, πάνω στο ίδιο του κρεβάτι. Όταν ο Ήφαιστος έμαθε τη μοιχεία από τον Ήλιο, που όλα τα βλέπει, για να εκδικηθεί τους μοιχούς, εφτιαξε λεπτά μεταλλικά δίχτυα, όπως της αράχνης, και μ' αυτά έζωσε το κρεβάτι των απίστων. Ύστερα, είπε πως φεύγει τάχα για τη Λήμνο. Έτσι, η Αφροδίτη και ο Άρης βρέθηκαν μέσα στα δίχτυα, που τους έστησε ο Ήφαιστος. Τότε, ειδοποιήθηκε από τον Ήλιο, γύρισε, άνοιξε την πόρτα, είδε τους μοιχούς παγιδευμένους στα δίχτυα και φώναξε όλους τους θεούς να δουν τη ντροπή της Αφροδίτης, που περιφρόνησε τον άντρα της, που ήταν άσχημος και κουτσός, και πήγε με τον όμορφο Άρη. Αν και πήρε την εκδίκησή του, δεν ήθελε να ελευθερώσει τους εραστές από τα δίχτυα, αν πρώτα ο Δίας, που τους πάντρεψε, δεν του επέστρεφε όλα τα δώρα, που του είχε προσφέρει. Με τα παρακάλια του Ποσειδώνα, ο Ήφαιστος ελευθέρωσε τους μοιχούς και ο Άρης έφυγε για τη Θράκη. Λέγεται, πως πριν φύγει υποχρεώθηκε να καταβάλει χρηματική ποινή και πως ο Ποσειδώνας, ο πατέρας της Αφροδίτης, υποχρεώθη-

κε ν' αποδόσει τα "έδνα", δηλαδή τα δώρα, τα οποία πρόσφερε ο Ήφαιστος στην Αφροδίτη πριν από το γάμο.

Άρης

Η Αφροδίτη από τον Ήφαιστο δεν είχε παιδιά. Από τον Άρη όμως, απέκτησε τέσσερα. Τον Έρωτα, τον Δείμο, το Φόβο και την Αρμονία. Βέβαια, τον Έρωτα τον θέλουν και γιό άλλων θεών, αλλά μόνο γιός της Αφροδίτης και του Άρη μπορεί να θεωρηθεί. Ήταν ένα παιδί φτερωτό, που του άρεσε να φέρνει ταραχή στις καρδιές, να τις πυρπολεί και να τις πληγώνει. Στο Δείμο, που σημαίνει τρόμος, και στο Φόβο, που ήταν προσωποποίηση του φόβου, και συνόδευαν τον πατέρα τους στον πόλεμο, δεν αποδίδεται κάποια ενδιαφέρουσα ιστορική αναφορά. Η Αρμονία πήγε στη Θήβα και έγινε γυναίκα του Κάδμου.

Διόνυσος

Στους έρωτες της Αφροδίτης με το Δία, από τον οποίο απέκτησε τον Πρίαμο, και με τον Ποσειδώνα, από τον οποίο απέκτησε τον Έρκα αναφερθήκαμε.

Κάποτε η Αφροδίτη ερωτεύτηκε το Διόνυσο και έσμιξε μ' αυτόν. Ο Διόνυσος αναγκάστηκε να φύγει προκειμένου

να εκπληρώσει άλλες υποχρεώσεις σχετικές με την καλλιέργεια των αμπελιών. Τότε, βρήκε ευκαιρία η Αφροδίτη να συνδεθεί με τον Άδωνη, ένα νέο σπάνιας ομορφιάς.

Άδωνης

Τον όμορφο άντρα συνηθίζεται να τον λέμε Άδωνη. Ο Άδωνης ήταν γιός του Κινύρα και της Σμύρνας, κόρης του βασιλιά των Ασουρίων, του Θεϊάντα. Τη Σμύρνα η Αφροδίτη την έκανε να ερωτευτεί τον πατέρα της και να κοιμηθεί μαζί του, χωρίς αυτός να το ξέρει. Όταν το κατάλαβε, ήθελε να τη σκοτώσει, αλλά οι θεοί τη λυπήθηκαν και την έκαναν δέντρο.

Ο Άδωνης ήταν πολύ όμορφο μωρό. Η Αφροδίτη τον εμπιστεύτηκε στην Περσεφόνη, που σαν μεγάλωσε το παιδί, το ερωτεύτηκε και αρνήθηκε να το παραδώσει στην Αφροδίτη. Τότε, ο Δίας τους έλυσε τη διαφορά. Το ένα τρίτο του χρόνου να τον έχει η Αφροδίτη, το άλλο τρίτο η Περσεφόνη και το άλλο τρίτο να το διαθέτει ο Άδωνης, όπως αυτός θέλει. Ο Άδωνης καταστρατήγησε τη συμφωνία και τα δύο τρίτα του χρόνου τα περνούσε με την Αφροδίτη.

Όταν γύρισε ο Διόνυσος, επειδή η Αφροδίτη δεν ήξερε αν το παιδί ήταν του Διόνυσου ή του Άδωνη, πήγε να το γεννήσει στη Λάμψακο. Επειδή η Ήρα ήθελε να εκδικηθεί την Αφροδίτη και το Διόνυσο, που ήταν παιδιά του Δία, αλλά όχι δικά της, άγγιξε την κοιλιά της Αφροδίτης και αυτή γέννησε ένα άσχημο παιδί, τον Πρίαμο, τον οποίον, όπως είπαμε, τον θεωρούσαν γιό της Αφροδίτης από τον πατέρα της το Δία, γεγονός που δεν

είναι αλήθεια. Ύστερα, ο Πρίαμος ανήκε στην ακολουθία του πατέρα του, του Διόνυσου. Αλλά μπορούσε να ήταν και γιός του Άδωνη, αφού την ίδια εποχή η Αφροδίτη πήγε με το Διόνυσο και με τον Άρη.

Ο Άρης ζήλεψε τον έρωτα της Αφροδίτης και του Άδωνη, μεταμορφώθηκε σε κάπρο και σ' ένα κυνήγι, τον σκότωσε. Η Αφροδίτη παρακάλεσε την Περσεφόνη να τον αφήνει ν' ανεβαίνει στον Πάνω Κόσμο να σμίγουν. Λέγεται, πως από το χυμένο αίμα του Άδωνη βγήκαν τα ρόδα και από τα δάκρυα της Αφροδίτης οι ανεμώνες.

Επειδή η Μούσα Κλειώ ειρωνεύτηκε την Αφροδίτη για τον έρωτά της με τον Άδωνη, την καταράστηκε να γεννήσει τον Υάκινθο, που όπως είπαμε, έγινε ερωμένος του Θάμυρη, του πρώτου εραστή αγοριών.

Φαέθοντας

Ένας άλλος έρωτας της Αφροδίτης ήταν ο Φαέθοντας, που τον απήγαγε και ήθελε να τον κρατήσει ερωμένο και υπηρέτη της, αλλά υπήρξε άτυχος. Δεν τον χάρηκε, γιατί τον σκότωσε ο Δίας. Να πως έχει η ιστορία: Ο Φαέθοντας ήταν γιός του Ήλιου και της Κλυμένης, γυναίκας του Μέροπα, βασιλιά των Αιθίοπων. Όταν η μητέρα του αποκάλυψε σ' αυτόν πως είναι γιός του Ήλιου, θέλησε να το επιβεβαιώσει και ζήτησε από τον πατέρα του Ήλιο να οδηγήσει το άρμα του. Ο Φαέθοντας δοκίμασε να το οδηγήσει στον ουρανό θόλο, αλλά δεν τα κατάφερε και κινδύνεψε η γη να πυρποληθεί. Ο Δίας οργίστηκε, τον κεραυνοβόλησε και τον γκρέμισε στον ποτα-

μό Ηριδανό. Οι αδερφές του, οι Ηλιάδες, τον έκλαψαν στις όχθες του ποταμού και μεταμορφώθηκαν σε ιτιές.

Αγχίσης

Ενδιαφέρον παρουσιάζει ο έρωτας της Αφροδίτης μ' ένα θνητό, τον Αγχίση, έρωτα που τον προκάλεσε ο πατέρας της ο Δίας, για να την εκδικηθεί, επειδή πολλές φορές αυτή τον έσπρωξε σε ερωτικές περιπέτειες.

Πάντα η Αφροδίτη ήθελε να παίζει με τις καρδιές θεών και θνητών και τις έβαζε να ερωτεύονται, εκτός από την Εστία, την Αθηνά και την Άρτεμη, και καλά έκανε ο πατέρας της να εμπνεύσει έρωτα για τον Αγχίση. Αυτός ήταν γιός του Κάπη και της Θέμιδας, που βοσκούσε τα κοπάδια του πατέρα του στην Ίδη, κοντά στην Τροία. Τον είδε η Αφροδίτη, τον ερωτεύτηκε και προσπάθησε να τον κατακτήσει, αλλά δυσκολευόταν. Τότε, πήγε στην Πάφο της Κύπρου, που είχε το ναό της, ετοιμάστηκε με τη βοήθεια των Χαρίτων, έγινε πολύ όμορφη και πλησίασε τον Αγχίση με τη μορφή θνητής κοπέλας, την ώρα που έπαιζε κιθάρα. Αυτός κατάλαβε, πως δεν πρέπει να είναι θνητή, αλλά θεά, και της υποσχέθηκε, πως θα τις χτίσει βωμό και θα της προσφέρει θυσίες, φτάνει να τον κάνει άντρα ανάμεσα στους Τρώες, να τον αξιώσει να κάνει παιδιά και να πεθάνει ευτυχισμένος σε βαθιά γεράματα.

Η Αφροδίτη, που δεν επιθυμούσε θυσίες, αλλά έρωτα, του είπε πως δεν ήταν θεά, αλλά η κόρη του Οτρέα, του βασιλιά της Φρυγίας, και πως τάχα την άρπαξε ο Ερμής την ώρα που χόρευε και, όπως πετούσαν στον αέρα, της έδωσε

εντολή να γίνει γυναίκα του Αγχίση και να του κάνει παιδιά. Ο Αγχίσης πείστηκε και κοιμήθηκε μαζί της. Μετά, η Αφροδίτη του εξομολογήθηκε ποιά ήταν, πως θα έκανε αγόρι και πως δεν θα έπρεπε να μαθευτεί η ένωσή τους, γιατί ο Δίας θα κατακεραύνωνε το παιδί. Του είπε ακόμα, πως το παιδί θα ονομαστεί Αινείας από το "αίνον άγχος", που ένωσε, όσο να βρεθεί στο κρεβάτι του, και πως θα κυβερνήσει την Τροία.

Κάποια μέρα που μέθυσε ο Αγχίσης και καυχήθηκε για τον έρωτά του με τη θεά, ο Δίας μ' ένα κεραυνό τον κούτσανε. Άλλοι, λένε, πως τον τύφλωσε. Όταν πάρθηκε η Τροία, ο Αγχίσης μεταφέρθηκε στους ώμους του γιού του, του Αινεία στη Σικελία, όπου και πέθανε.

Και ο Αινείας έχει την ιστορία του. Αυτός ανατράφηκε στα βουνά και εξελίχθηκε στον πιο γενναίο Τρώα μετά τον Έκτορα, που συγκρούστηκε με τον Αχιλλέα. Στην Τροία πληγώθηκε από το Διομήδη. Στο πλευρό του Έκτορα σκότωσε πολλούς Έλληνες, αλλά αυτός έμεινε άτρωτος, γιατί τον προστάτευε ο Ποσειδώνας. Μέσα σε πλαίσιο ρωμαϊκών μύθων, αυτά τα διαπραγματεύεται ο Βιργίλιος στην "Αινειάδα", γιατί οι Ρωμαίοι πίστευαν, πως ήταν απόγονοι του Αινεία.

Πυγμαλίωνας

Ο Πυγμαλίωνας ήταν γιός του Βήλου. Ερωτεύτηκε την Αφροδίτη, αλλά αυτή αρνήθηκε τον έρωτά του. Τότε αυτός φιλοτέχνησε ένα ομοίωμά της από ελεφαντόδοντο και κοιμόταν μαζί του. Η Αφροδίτη τον λυπήθηκε, μπήκε στο ομοίωμά της και το έκανε να ζωντανέψει σαν Γαλάτεια. Από τον έρωτα του Πυγμαλίωνα

και της Γαλάτειας γεννήθηκε ο Πάφος, που ίδρυσε την ομώνυμη πόλη της Κύπρου και έχτισε το φημισμένο ναό της Αφροδίτης, και η Μεθάρμη.

ΕΡΩΤΕΣ ΑΜΩΝ ΘΕΩΝ

Αφού μιλήσαμε αρκετά για τους έρωτες των αντρών του Ολύμπου και τους έρωτες της Αφροδίτης, θέλησα να μάθω από την Ειλείθια και για τους έρωτες άλλων γυναικών. Τη ρώτησα και μ' απάντησε πως τις περισσότερες τις αναφέραμε εξιστορώντας τους έρωτες των αντρών. Όμως, πρόθυμα με πληροφόρησε συμπληρωματικά κι άλλα.

Ηώ

Μου είπε για την Ηώ. Εκτός από τον Άρη και τον Αστραίο, για τους οποίους μιλήσαμε, η Ηώ είχε και τον Τιθωνό, το γιό του Λαομέδοντα και της Στρυμώς. Ήταν πολύ ωραίος, τον ερωτεύτηκε και τον απήγαγε με το άρμα της. Τον έφερε στο παλάτι της στην Αιθιοπία και μαζί του απέκτησε τον Ημαθίωνα και τον Μέμνονα. Τον Ημαθίωνα τον σκότωσε ο Ηρακλής περνώντας από την Αιθιοπία, γιατί τον εμπόδισε στην προσπάθειά του να κλέψει τα χρυσά μήλα των Εσπερίδων. Το βασίλειό του το παρέδωσε στον αδερφό του τον Μέμνονα, που πέθανε μπροστά στη Τροία πολεμώντας εναντίον του Αχιλλέα. Ο Αχιλλέας τον σκότωσε για να πάρει πίσω το αίμα του φίλου του Αντίλοχου.

Η Ηώ ζήτησε από τον Δία τον αγαπημένο της Τιθωνό να τον κάνει αθάνατο, αλλά ξέχασε να του ζητήσει και την αιώνια νιότη, γι' αυτό αυτός γέρασε, ζάρω-

σε και έγινε τζιτζίκι.

Και τον Ωρίωνα τον αγάπησε η Ηώ, όταν τον αντάμωσε τυφλό στο δρόμο ύστερα από την εκδίκηση του Οينوπίωνα, που του βίασε την κόρη. Τον πήρε στη Δήλο, αλλά δεν πρόφτασε να τον χαρεί, γιατί τον σκότωσε η Άρτεμη. Τον είχε προκαλέσει σε αγώνα δισκοβολίας ή βίασε κάποια από τις ακόλουθές της. Λέγεται, ότι δεν τον σκότωσε η ίδια, αλλά έστειλε ένα φαρμακερό σκορπιό να τον τσιμπήσει στη φτέρνα. Ο Ωρίωνας έγινε αστερισμός όπως και ο Σκορπιός, και τον ανέστησε ο Ασκληπιός, που επειδή είχε αναστήσει και άλλους, όπως τον Ιππόλυτο και τον Γλαύκο, ο Δίας θύμωσε και τον κεραυνοβόλησε.

Συνηθισμένη η Ηώ στις αρπαγές, απήγαγε και τον Κέφαλο, γιό του Ερμή και της Έρσης, κόρης του βασιλιά της Αθήνας Κέκροπα. Τον πήγε στη Συρία και απέκτησε μαζί του το Φαέθοντα. Την εγκατέλειψε, όμως, σύντομα, γύρισε στην Αττική και παντρεύτηκε την Πρόκριδα, κόρη του βασιλιά της Αθήνας Ερεχθέα. Ο Κέφαλος και η Πρόκριδα είχαν ορκιστεί, πριν την απαγωγή από την Ηώ, να μην ερωτευτούν άλλους, γι' αυτό ο Κέφαλος δεν κοιμήθηκε με την Ηώ. Τότε, αυτή τον συμβούλεψε να επισκεφθεί την Πρόκριδα με τη μορφή ξένου και με το όνομα Πτελέοντας, να της προσφέρει δώρα και να ζητήσει να κοιμηθεί μαζί της, για να δοκιμάσει την πίστη της. Η Πρόκριδα υποχώρησε μπροστά στα ακριβά δώρα του ξένου και τότε φανερώθηκε ο Κέφαλος. Με διαπιστωμένη την απιστία ο Κέφαλος, ξαναγύρισε στη Συρία και απέκτησε με την Ηώ το Φαέθοντα, που τον θεωρούσαν και γιό του Ήλιου και της Κλυμένης.

Ένας έρωτας της Ηώς λένε πως συνδέεται με την Παλλήνη στη Χαλκιδική, αλλά δεν είναι σωστό. Η σύγχυση προέρχεται από το όνομα. Υπήρχε ένας Κλείτος, που παντρεύτηκε την κόρη του Σίθωνα, του βασιλιά της Χαλκιδικής, που την έλεγαν Παλλήνη. Υπήρχε, όμως, και δεύτερος Κλείτος, εγγονός του μάντη Μελάμποδα, πολύ όμορφος. Αυτόν τον απήγαγε η Ηώ και τον έκανε αθάνατο.

Αταλάντη

Το αγοροκόριτσο, η Αταλάντη, που μόνο το κυνήγι της άρεσε μέσα στα δάση και ήθελε να διατηρήσει την παρθενιά της, είχε κι αυτή κάποια ερωτική περιπέτεια. Αυτή το βρήκε από τον Μελανίωνα, γιό του Ίασου και πρωτοξάδερφό της. Δεν ήθελε να παντρευτεί γιατί, τάχα, ένας χρησμός είπε, πως με το γάμο της θα μεταμορφωνόταν σε ζώο. Ίσως και να ήθελε να μείνει παρθένα από πίστη της στην Άρτεμη.

Για ν' απομακρύνει τους μνηστήρες της, έλεγε πως θα την κερδίσει αυτός, που θα την νικήσει στο τρέξιμο. Όποιον νικούσε, θα τον σκότωνε. Ο Μελανίωνας είχε μαζί του τα χρυσά μήλα, που του έδωσε η Αφροδίτη. Στη διάρκεια του αγώνα με την Αταλάντη ο Μελανίωνας πετούσε και από ένα μήλο. Η Αταλάντη, στην προσπάθειά της να μαζεύει τα χρυσά μήλα, έχασε τον αγώνα. Έτσι, ο Μελανίωνας την έκανε γυναίκα του και μαζί της απέκτησε τον Παρθενοπαίο, δηλαδή γιό της Παρθένας, έναν από τους επτά αρχηγούς που βάδισαν εναντίον της Θήβας. Στη διάρκεια ενός κυνηγιού ο Μελανίωνας και η Αταλάντη μπήκαν σε ιερό του Δία και συνουσιάστηκαν. Ο

Δίας οργίστηκε για την ιεροσυλία και τους έκανε λιοντάρια.

Κανένας άλλος δεν κατέκτησε την Αταλάντη. Την είχε ερωτευθεί ο Μελέαγρος, ο γιός του Οινέα, του βασιλιά των Αιτωλών και της Αλθαιάς, αλλά αυτή τον απέκρουσε. Τη γνώρισε, όταν προσπαθούσε να σκοτώσει ένα αγριόχοιρο, που προκαλούσε καταστροφές στα κτήματά του. Τον αγριόχοιρο τον έστειλε η Άρτεμη, επειδή ο Οινέας ξέχασε να θυσιάσει σ' αυτή. Δοκίμασαν πολλοί να τον σκοτώσουν, αλλά μόνο η Αταλάντη το κατόρθωσε. Ο Μελέαγρος πρόσφερε στην Αταλάντη το κεφάλι και το δέρμα του αγριόχοιρου. Κάποτε, δοκίμασαν να τη βιάσουν οι Κένταυροι Ροίκος και Υλαίος, αλλά τους σκότωσε και τους δύο.

Σελήνη

Η Σελήνη, που την παριστάνουν νέα και πολύ όμορφη, είχε και αυτή τις κατακτήσεις της. Από το Δία απέκτησε τον Πανδία. Από τον Κέκροπα, βασιλιά της Αθήνας, λέγεται, πως απέκτησε την Έρση, αυτή, που από περιέργεια άνοιξε το πανέρι μέσα στο οποίο είχε κρυμμένο η Αθηνά τον Εριχθόνιο. Με τον Πάνα, όπως είπαμε, είχε κάποια περιπέτεια, αλλά ο μεγάλος έρωτάς της ήταν ο Ενδυμίνας, ο νέος και όμορφος βοσκός. Μαζί του απέκτησε πενήντα κόρες. Η Σελήνη παρακάλεσε το Δία να τον κοιμήσει αιώνια και να παραμείνει πάντα νέος.

(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 1.000 λέξεις, καλό θα ήταν να προτάσσεται περίληψη αυτού. Επίσης, απαραίτητο είναι να αναφέρεται και η βιβλιογραφία.
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 Σύνταξη 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 ΔΑΜΙΑΝΗ

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ - ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ	
ΑΡ. ΠΡΩΤΟΚ. 2 - 11521 ΑΘΗΝΑ, ΤΗΛ. 46 45 691 (ΡΑΦ)	
ΔΕΛΤΙΟ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ	
Όνοματεπώνυμο :	
Αδ. Μέλος Αδ. Σπύρ. Απ. Ταχ. Τετ. Ισχύει μέχρι 31 Ιανουαρίου 199	
Αθήνα	Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ
Η ΓΡΑΜΜΑΤΕΑΣ	Η ΠΡΟΕΔΡΟΣ
<i>Ελευθώ</i>	<i>Ελευθώ</i>

 GREEK MIDWIVES ASSOCIATION <small>ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ - ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΕΤΕΡΕΣ</small> <small>ICM - 000001740</small>	
MEMBERSHIP CARD	
NAME :	
This card is valid until JANUARY 31st 199	
Athens	
The Secretary General	The President
<i>Ελευθώ</i>	<i>Ελευθώ</i>

**Fourth international conference
on the regulation of nursing and midwifery**

2-3 July 1999

Royal College of Physicians, Regents Park, London

Julie Robinson

UKCC, 23 Portland Place, London W1N 4JT

Telephone 44 171 333 6556 Fax 44 171 333 6698

E-mail: julierobinson@ukcc.org.uk.

*Το Δ.Σ. του Συλλόγου
Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Αθηνών
σας εύχεται καλό και ξένοιαστο καλοκαίρι*





*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 μπορείτε.

2. Γιατί είναι τόσο σημαντικό να διατηρώ το δέρμα του μωρού μου στεγνό; Γιατί τα ούρα μπορούν να παράγουν αμμωνία που πιθανόν να προκαλέσει 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 από το δέρμα. Με λίγα λόγια: το υγιές δέρμα ξεκινά από το στεγνό δέρμα.



3. Τι πρέπει να προσέξω σε μια πάνα ώστε να προστατεύσω καλύτερα το δερματάκι του μωρού μου; Φυσικά πρέπει να διαλέξετε τη στεγνότερη πάνα. Μια πάνα πρέπει να εμποδίζει την υγρασία να έρχεται σε επαφή με το δερματάκι του μωρού σας, ειδικά όταν πιέζεται, όπως γίνεται στις περιπτώσεις που το μωρό σας ξαπλώνει ή μεταφέρεται στην αγκαλιά σας.

4. Τελικά, ποια είναι η καλύτερη πάνα για το μωρό μου;

Η απάντηση είναι εύκολη: Τα Pampers. Είναι οι στεγνότερες πάνες που γνωρίσατε ποτέ γιατί έχουν έναν εξελιγμένο πυρήνα και ένα Extra Unisex προστατευτικό κάλυμμα που αιχμαλωτίζει γρήγορα την υγρασία στο εσωτερικό της πάνας και την εμποδίζει να επιστρέψει στο δερματάκι του μωρού σας ακόμα και κάτω από πίεση. Επιπλέον, τα Pampers είναι τα μόνα στην Ελλάδα που συνδυάζουν μια μαλακή, απαλή σαν βαμβάκι εσωτερική επένδυση και ένα απαλό, αδιάβροχο εξωτερικό κάλυμμα για να τυλίγουν το μωρό σας στην απαλότητα μέσα κι έξω.

Και φυσικά τα Pampers έχουν επανακαλλούμενες ταινίες που κολλούν κάθε φορά σίγουρα, ακόμα κι αν έρθουν σε επαφή με κρέμες ή λουσόν, κάνοντας τις αλλαγές πιο ευχάριστες τόσο για σας όσο και για το μωρό σας.



Ειγόμενη καλύτερη πάνα



Pampers Extra Unisex

Χρησιμοποιώντας ένα γυάλινο μπουλ, δείτε τι συμβαίνει αν ασκήσετε πίεση (ανάλογη με το βάρος ενός μωρού) σε μια πάνα. Με άλλες πάνες, τα ούρα επιστρέφουν στην επιφάνεια. Με τα Pampers Baby Dry Extra Unisex η υγρασία δεν επιστρέφει σχεδόν καθόλου.

Μια απλή απάντηση.



Pampers Newborn. Η πιο στεγνή πάνα που γνωρίσατε ποτέ. Για πιο στεγνά, πιο χαρούμενα μωρά.

Νέα Μωρομάντηλα Pampers

Lotion Care System



"Τόσο απαλά,
σα να καθαρίζω με νερό
το δερματάκι του!"



Με μια νέα
λοσιόν
τόσο ευγενική
όσο το νερό!



Με μακριές,
μαλακές ίνες
για τον απαλότερο
καθαρισμό Pampers
που έγινε ποτέ!



Σαν μητέρα γνωρίζετε ότι το νερό είναι η πιο τρυφερή φροντίδα για την ευαίσθητη επιδερμίδα του μωρού σας.

Κι εκείνο, πόσο λατρεύει αυτή την αίσθηση...

Φανταζόσασταν όμως ότι υπάρχουν μωρομάντηλα τόσο απαλά, όσο το νερό; Τώρα ναι. Τα νέα μωρομάντηλα Pampers με Lotion Care. Χάρη στη νέα βρεφική λοσιόν και στις μακριές, μαλακές ίνες τους, καθαρίζουν την ευαίσθητη επιδερμίδα του μωρού σας ακόμη πιο απαλά. Όσο το νερό!

Pampers

Εσείς και τα Pampers. Προστατέψτε το δέρμα του μωρού σας.