

# ΕΛΕΥΘΕΡΩ

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

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ - ΜΑΡΤΙΟΣ

'00

**8<sup>00</sup>** ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ  
2-4 ΙΟΥΝΙΟΥ 2000  
ΑΘΗΝΑ-HOLIDAY INN



- ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ
- ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ
- ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΤΟΥ  
ΜΑΙΕΥΤΙΚΟΥ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ  
ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ

Β' ΠΕΡΙΟΔΟΣ  
ΤΟΜΟΣ 5ος • ΤΕΥΧΟΣ 1ο



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

# Μωρομάντηλα Pampers

Lotion  
Care  
System



ADEL/SWATCHI & SWATCHI



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



Με μια 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 μωρομάντηλα Pampers με Lotion Care. Χάρη στη 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.

# ΕΛΕΥΘΡ

## 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**, Αριστ. Παππά 2 - 115 21 ΑΘΗΝΑ - Τηλ.: 64.65.691(Fax), 64.29.675

Εκδότης: **Α. ΜΑΚΡΗ**, 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 5ος, ΤΕΥΧΟΣ 1ο, ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ - ΜΑΡΤΙΟΣ 2000**

### 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**: R.M,S.C.M, M.T.D, 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.

• Ανακοινώσεις του Σ.Ε.Μ.Α. ....	4
• 8ο Πανελλήνιο Συνέδριο Μαιών-Μαιευτών - 2, 3 & 4 Ιουνίου 2000 .....	5
• Μητρικός Θηλασμός - Νέα απ' όλο τον Κόσμο .....	7
• Μαία: Η διαδρομή ανά τους αιώνες .....	14
• Ο ρόλος και η ευθύνη των Μαιών-Μαιευτών στον Οικογενειακό Προγραμματισμό .....	19
• Επιστολές προς το Σ.Ε.Μ.Α. ....	25
• 8η Μαρτίου: Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας .....	27
• Λαογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μαμής .....	28
• Παραδόσεις για τη Μητρότητα στην Ελλάδα .....	33
• Ανοιχτό Ταχυδρομείο - Οδηγίες για συγγραφείς .....	41
• Ανακοίνωση - Ευχές .....	42

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

**ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ - ΠΑΡΑΓΩΓΗ: "ΑΚΙΔΑ" Α. ΜΑΚΡΗ, 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"**

## ΕΤΗΣΙΑ ΤΑΚΤΙΚΗ ΓΕΝΙΚΗ ΣΥΝΕΛΕΥΣΗ ΤΟΥ Σ.Ε.Μ.Α.

Φέτος, για πρώτη φορά από το 1992, δεν πραγματοποιήθηκε η Ετήσια Τακτική Γενική Συνέλευση του Συλλόγου μας λόγω μη απαρτίας των μελών του, όπως αυτό προβλέπεται από τον Κανονισμό Λειτουργίας του Συλλόγου.

Ήταν μια δύσκολη εβδομάδα του Ιανουαρίου, γιατί όπως γνωρίζετε, ένας μεγάλος αριθμός συναδέλφων και μελών των οικογενειών τους ήταν άρρωστοι με πυρετό στο κρεβάτι, εξαιτίας της έξαρσης των ιώσεων. Αυτή η αιτία μαζί με τη γενική αδιαφορία για τα κοινά, αλλά και εκείνα τα υποχρεωτικά, όπως η Συνέλευσή μας, συνέβαλαν ώστε να γίνει μόνο άτυπη Συνέλευση με ελεύθερη συζήτηση κάποιων από τα θέματα που μας απασχολούν. Τα πεπραγμένα του 1999 βρίσκονται στη διάθεση όποιου από τα μέλη μας ενδιαφέρεται να διαβάσει.

## 8ο ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ

**1.** Το 8ο Πανελλήνιο Συνεδριό μας ανεβλήθη και μετατίθεται για τις 2, 3 και 4 Ιουνίου 2000. Την ευθύνη έχει η αναμενόμενη από καιρό εξαγγελία προκήρυξης κοινοβουλευτικών εκλογών, η οποία δυστυχώς συνέπεσε με το τριήμερο διεξαγωγής του Συνεδρίου μας, που ήταν προγραμματισμένο για τις 7, 8 και 9 Απριλίου 2000. Ο επαναπροσδιορισμός ημερομηνιών ήταν πραγματικά δύσκολος, μιας και οι εορτές του Πάσχα, οι εξετάσεις στα σχολεία και οι λιγοστές ελεύθερες ημερομηνίες (λόγω άλλων εκδηλώσεων) του ξενοδοχείου, στο οποίο θα γίνει το Συνέδριο, δεν μας άφησαν πολλά περιθώρια επιλογής.

Αυτή η αλλαγή μάς άλλαξε το πρόγραμμα και επόμενο ήταν να μας προσθέσει και κάποιο οικονομικό κόστος, αλλά πιστεύουμε ότι θα έχουμε περισσότερο χρόνο και δυνατότητα καλύτερης προετοιμασίας, ώστε να εξασφαλίσουμε μεγαλύτερη συμμετοχή των μελών μας. Ας ξανασκεφθούμε όλοι μαζί, πως για να πετύχουμε καλύτερα τους στόχους μας πρέπει να είμαστε ομόψυχα ενωμένοι και δυναμικοί. Το επάγγελμα-λειτουργημά μας το πήραμε από τις προηγούμενες γενιές, που κατάφεραν να το αναδείξουν ισάξιο με αυτό των προηγμένων χωρών και οφείλουμε να το παραδώσουμε αναβαθμισμένο στην εκπαίδευση και την άσκησή του. Το 8ο Πανελλήνιο Συνέδριο Μαιών-Μαιευτών θα είναι μια πρόκληση για όλους μας, όπου κι αν εργαζόμαστε.

**2.** Φέτος, η 5η Μαΐου, Παγκόσμια Ημέρα της Μαΐας, μας βρίσκει στη φάση της προετοιμασίας του 8ου Πανελλήνιου Συνεδρίου μας. Έτσι, η ημέρα αυτή αποφασίσθηκε να εορτασθεί στα πλαίσια του Συνεδρίου, αφού εκ των πραγμάτων θα είμαστε όλοι συγκεντρωμένοι εκεί. Κάθε Σ.Ε.Μ., όμως, μπορεί να γιορτάσει με το δικό του τρόπο αυτή την ημέρα και να μας ενημερώσει για την εκδήλωση που θα έχει πραγματοποιήσει.

*Με συναδελφικούς χαιρετισμούς*  
ΕΛΕΝΗ ΣΑΜΑΡΙΤΑΚΗ  
Πρόεδρος Σ.Ε.Μ.Α.

8<sup>ο</sup>

# ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟ ΣΥΝΕΔΡΙΟ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ

2-4 ΙΟΥΝΙΟΥ 2000

ΑΘΗΝΑ-HOLIDAY INN

- ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ
- ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑ
- ΝΟΜΟΘΕΣΙΑ

ΣΤΗΝ ΑΣΚΗΣΗ ΤΟΥ  
ΜΑΙΕΥΤΙΚΟΥ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΟΣ  
ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ-ΜΑΙΕΥΤΩΝ ΑΘΗΝΩΝ

ΧΟΡΗΓΟΣ: Pampers



Αγαπητοί Συνάδελφοι,

Όπως σας ανακοινώσαμε πιο πάνω, η ημερομηνία του 8ου Πανελληνίου Συνεδρίου Μαιών-Μαιευτών μετατέθηκε για τις 2, 3 και 4 Ιουνίου 2000. Έτσι, λόγω αυτής της αλλαγής, δίνεται περισσότερος χρόνος στο διάστημα που είχε ορισθεί για την αποστολή εργασιών, παρουσιάσεων και ανακοινώσεων σχετικών με τη θεματολογία του Συνεδρίου (όπως αυτή έχει παρουσιασθεί στο προηγούμενο τεύχος του "ΕΛΕΥΘΩ" - 4ο/1999), ο οποίος έχει ως εξής:

- **ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΕΡΓΑΣΙΩΝ:** μέχρι 20/4/2000. Οι ΠΕΡΙΛΗΨΕΙΣ των εργασιών το αργότερο μέχρι τις 10/4/2000. Δεκτά: πόστερς, σκίτσα, εικόνες, slides, video.
- **ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗΣ ΕΡΓΑΣΙΩΝ:** 15 λεπτά.
- **ΕΛΕΥΘΕΡΕΣ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ:** 10 λεπτά.

Όσον αφορά τη **ΣΥΝΔΡΟΜΗ του ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ**, με μεγάλη μας χαρά σας πληροφορούμε ότι η συνδρομή θα παραμείνει στο ποσό των 17.000 δρχ. μέχρι την έναρξη του Συνεδρίου. Η συνδρομή περιλαμβάνει:

- δικαίωμα εγγραφής,
- τσάντα Συνεδρίου - έντυπο υλικό,
- μπουφέ κατά την έναρξη του Συνεδρίου,
- προσφορά καφέ και αναψυκτικών στα διαλείμματα,
- βεβαίωση παρακολούθησης.

Επίσης, επειδή προβλέπεται ότι η συμμετοχή των σπουδαστών στο Συνέδριο θα είναι μεγάλη, γι' αυτό το λόγο ορίζεται το ποσό των 7.000 δρχ. ως ελάχιστη συνδρομή. Επισημαίνεται ότι μ' αυτό το ποσό καλύπτεται ένα μέρος των εξόδων συμμετοχής, το δε υπόλοιπο θα καλυφθεί από το Σ.Ε.Μ.Α. Η συνδρομή αυτή θα περιλαμβάνει:

- δικαίωμα εγγραφής,
- μπουφέ κατά την έναρξη του Συνεδρίου,
- προσφορά καφέ και αναψυκτικών στα διαλείμματα,
- βεβαίωση παρακολούθησης.

#### **ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ**

1. Για κρατήσεις δωματίων σε ξενοδοχεία της Αθήνας, θα απευθύνεσθε στους κατά τόπους Εφετειακούς Συλλόγους.
2. Οι συμμετέχοντες με εργασία τους στο Συνέδριο, παρακαλούνται να συμπληρώσουν αίτηση "ΕΚΔΗΛΩΣΗΣ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΜΕ ΕΡΓΑΣΙΑ" (σχέδιο της οποίας έχει παρουσιασθεί σε προηγούμενα τεύχη του περιοδικού μας) και να τη διαβιβάσουν ταχυδρομικά ή με Fax στα γραφεία του Σ.Ε.Μ.Α.:  
Οδός Αριστείδου Παππά 2 - Τ.Κ. 115 21 Αθήνα  
Τηλ.: 64.65.691 (Fax) - 64.29.675, e-mail:sema-icm@mail.otenet.gr.

*Η Οργανωτική Επιτροπή  
του 8ου Πανελληνίου Συνεδρίου Μαιών-Μαιευτών*



## Μητρικός Θηλασμός Νέα απ' όλο τον Κόσμο

Επιμέλεια: Δρ **Θέμις Ζάχου**, Παιδίατρος-Νεογνολόγος.

### ΣΥΝΗΘΙΣΜΕΝΟΙ ΜΥΘΟΙ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΟ ΜΗΤΡΙΚΟ ΘΗΛΑΣΜΟ\*

\* Ευγενική χορήγηση του άρθρου από το Σύνδεσμο Θηλασμού Ελλάδας (La Leche League Greece), για δημοσίευση στο περιοδικό "ΕΛΕΥΘΩ".

**ΜΥΘΟΣ:** Μια μητέρα χρειάζεται να θηλάζει μόνο τέσσερις με έξι φορές την ημέρα, για να διατηρήσει μια καλή παραγωγή γάλακτος.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Οι έρευνες δείχνουν πως όταν μια μητέρα θηλάζει νωρίς και συχνά, η παραγωγή γάλακτός της είναι μεγαλύτερη, το παιδί της παίρνει περισσότερο βάρος και συνεχίζει να θηλάζει για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Γενικά, η παραγωγή γάλακτος έχει φανεί πως συνδέεται με τους συχνούς θηλασμούς και μειώνεται, όταν οι θηλασμοί είναι λιγότερο συχνοί ή περιορισμένης διάρκειας.

#### ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Daly, S., Hartmann, P.:** *Infant demand and milk supply: Part 1 and 2.* J. Hum. Lact., 1995; 11(1):21-37.
- De Carvalho, M. et al.:** *Effect of frequent breastfeeding on early milk production and infant weight gain.* Pediatrics, 1983; 72:307-11.
- De Coopman, J.:** *Breastfeeding after pituitary resection: support for a theory of autocrine control of milk supply.* J. Hum. Lact., 1993; 9(1):35-40.
- Piordan, J. and Auerbach, K.:** *Breastfeeding and Human Lactation.* Boston and London: Jones and Barlett, 1993; 88.

**ΜΥΘΟΣ:** Τα βρέφη παίρνουν όσο γάλα χρειάζονται στα πρώτα πέντε με δέκα λεπτά θηλασμού.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Ενώ πολλά, μεγαλύτερης ηλικίας παιδιά μπορούν να πάρουν το περισσότερο από το γάλα που χρειάζονται στα πρώτα πέντε με δέκα λεπτά, αυτό δεν μπορεί να γενικευθεί για όλα τα παιδιά. Νεογέννητα βρέφη που μαθαίνουν ακόμη να θηλάζουν και δεν μπορούν πάντα να θηλάσουν πολύ αποτελεσματικά, συχνά, χρειάζονται περισσότερο χρόνο για να τραφούν. Η ικανότητα του βρέφους να πάρει γάλα, εξαρτάται επίσης και από το αντανακλαστικό της έκκρισης του γάλακτος της μητέρας. Αν και σε πολλές μητέρες το γάλα “κατεβαίνει” αμέσως, σε άλλες καθυστερεί κάπως. Ορισμένες, επίσης, μπορεί να εκκρίνουν το γάλα σε μικρές δόσεις, αρκετές φορές κατά τη διάρκεια του θηλασμού. Από το να μαντεύουμε, είναι καλύτερο να επιτρέψουμε στο παιδί να θηλάσει όσο θέλει, ώσπου να αφήσει από μόνο του το μαστό και να χαλαρώσει τα χέρια και τα μπράτσα του.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Lucas, A., Lucas, P., Aum, J.:** *Differences in the pattern of milk intake between breast and bottle-fed infants.* Early Hum. Dev., 1981; 5:195.

**Stuart-Macadam, P., Dettwyler, K.:** *Breastfeeding: Biocultural Perspectives.* Hawthorne, New York: Aldine de Gruyter, 1995; 220-37.

**ΜΥΘΟΣ:** Τα βρέφη χρειάζεται να θηλάζουν μόνο έξι έως οχτώ φορές την ημέρα μέχρι την ηλικία των οχτώ εβδομάδων, πέντε με έξι φορές την ημέρα μέχρι να γίνουν τριών μηνών και όχι περισσότερο από τέσσερις με πέντε φορές την ημέρα στην ηλικία των έξι μηνών.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Η συχνότητα θηλασμού ενός βρέφους ποικίλλει ανάλογα με την ικανότητα παραγωγής και αποθήκευσης γάλακτος της μητέρας του, καθώς και τις ανάγκες ανάπτυξης του βρέφους. Διαστήματα ραγδαίας ανάπτυξης και ασθένειας, μπορούν να αλλάξουν, προσωρινά, θηλαστικές συνήθειες του παιδιού. Οι έρευνες δείχνουν ότι τα παιδιά που θηλάζουν κατά βούληση, θα κατασταλάξουν σε ένα μοτίβο θηλασμού, που ταιριάζει στη δική τους μοναδική περίπτωση. Επίσης, το παιδί παίρνει περισσότερες θερμίδες προς το τέλος κάθε θηλασμού, οπότε με το να βάζουμε αυθαίρετα όρια στη συχνότητα ή τη διάρκεια του θηλασμού, μπορεί να οδηγήσουμε στην ανεπαρκή λήψη θερμίδων.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Daly, S., Hartmann, P.:** *Infant demand and milk supply: Part 1.* J. Hum. Lact., 1995; 11(1):21-6.

**Klaus, M.:** *The frequency of suckling: neglected but essential ingredient of breastfeeding.* Ob. Gyn. Clin. North Am., 1987; 14(3):623-33.

**Lawrence, R.:** *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession, 4th ed.* St. Luis: Mosby, 1994; 240-41.

**Millard, A.:** *The place of the clock in pediatric advice: rationales, cultural themes and impediments to breastfeeding.* Soc. Sci. Med., 1990; 31:211.

**Woolridge, M.:** *“Baby-controlled breastfeeding: biocultural implications” in Stuart-Macadam, P., Dettwyler, K.:* *Breastfeeding: Biocultural Perspectives.* Hawthorne, New York: Aldine de Gruyter, 1995; 217-42.



**ΜΥΘΟΣ:** Το πόσο μεγάλο είναι το διάστημα ανάμεσα στα γεύματα, εξαρτάται από την ποσότητα γάλακτος που καταναλώνει το παιδί (ποσοτικά) και όχι από το αν αυτό το γάλα είναι μητρικό ή τυποποιημένο (ποιοτικά).

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Τα παιδιά που θηλάζουν, έχουν λιγότερο χρόνο γαστρικής κένωσης από αυτά που τρέφονται με ξένο γάλα –σχεδόν 1,5 ώρες σε αντίθεση με σχεδόν 4 ώρες– λόγω μικρότερου μεγέθους του πρωτεϊνικού μορίου στο μητρικό γάλα. Αν και η ποσότητα γάλακτος που πήρε το παιδί είναι ένας παράγοντας καθορισμού της συχνότητας των γευμάτων, ο τύπος του γάλακτος είναι



εξίσου σημαντικός. Ανθρωπολογικές μελέτες, σχετικές με το γάλα θηλαστικών επιβεβαιώνουν ότι τα παιδιά των ανθρώπων είναι προγραμματισμένα να θηλάζουν συχνά –κι αυτό ακριβώς κάνουν από την αρχή της ιστορίας του ανθρώπινου γένους.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Lawrence, R.:** *Breastfeeding: A Guide for the Medical Profession, 4th ed.* St. Luis: Mosby, 1994; 254.

**Marmet, C., Shell, E.:** *Breastfeeding is Important.* Encino, California: Lactation Institute, 1991; 4.

**Stuart-Macadam, P., Dettwyler, K.:** *Breastfeeding: Biocultural Perspectives.* Hawthorne, New York: Aldine de Gruyter, 1995; 192.

**ΜΥΘΟΣ:** Ο μεταβολισμός ενός νεογέννητου είναι αποδιοργανωμένος και χρειάζεται την εφαρμογή ενός προγράμματος ή μιας ρουτίνας, που θα βοηθήσει την επιβολή της σταθερότητας.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Κατά ένα μοναδικό τρόπο, τα βρέφη από τη γέννησή τους είναι προγραμματισμένα στο να φάνε, να κοιμηθούν και να περνούν κάποια διαστήματα ξύπνια. Αυτό δεν αποτελεί αποδιοργανωμένη συμπεριφορά, αλλά αντανακλά τις μοναδικές ανάγκες των νεογέννητων. Όσο περνάει ο καιρός, τα βρέφη προσαρμόζονται σταδιακά στο ρυθμό της ζωής τού νέου τους περιβάλλοντος, χωρίς να χρειάζονται προτροπή ή εκπαίδευση.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Mohrbacher, N., Stock, J.:** *BREASTFEEDING ANSWER BOOK.* Schaumburg, Illinois: LLLI, 1997; 60-65, 360-61.

**Sears, W.:** *THE FUSSY BABY,* LLLI, 1985; 12-13.

**ΜΥΘΟΣ:** Άν ένα βρέφος δεν παίρνει αρκετό βάρος, αυτό μπορεί να οφείλεται στη χαμηλή ποιότητα του γάλακτος της μητέρας του.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Μελέτες έχουν δείξει, πως ακόμα και υποσιτιζόμενες μητέρες μπορούν να παράγουν απόλυτα ικανοποιητικό γάλα σε ποιότητα και ποσότητα, για να θρέψουν το παιδί τους. Οι περισσότερες περιπτώσεις χαμηλής αύξησης βάρους σχετίζονται είτε με ανεπαρκή λήψη γάλακτος, είτε με κάποιο άλλο πρόβλημα υγείας του βρέφους.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Mohrbacher, N., Stock, J.:** *BREASTFEEDING ANSWER BOOK*. Schaumburg, Illinois: LLLI, 1997; 60-65, 360-61.

**Wilde, C. et al.:** *Breastfeeding: matching supply with demand in human lactation*. Proc. Nutr. Soc., 1995; 54:401-06.

**ΜΥΘΟΣ:** Η φτωχή παραγωγή γάλακτος οφείλεται συνήθως στο άγχος, στην κούραση και /ή στην ανεπαρκή κατανάλωση φαγητού και υγρών.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Οι πιο συνηθισμένες αιτίες προβλημάτων στην παραγωγή του γάλακτος είναι οι αραιοί θηλασμοί και/ή η κακή τοποθέτηση του παιδιού στο μαστό. Και τα δύο οφείλονται, συνήθως, σε ανεπαρκείς πληροφορίες που δίνονται στις θηλάζουσες μητέρες. Προβλήματα στον τρόπο που θηλάζει το βρέφος, μπορούν, επίσης, να επηρεάσουν αρνητικά την παραγωγή γάλακτος. Το άγχος και η κούραση ή η κακή διατροφή, σπάνια αποτελούν αιτία ανεπαρκούς παραγωγής γάλακτος, επειδή το σώμα έχει πολύ εξελιγμένους μηχανισμούς επιβίωσης για να προστατέψει το παιδί, σε περιόδους όπου η προμήθεια τροφής είναι χαμηλή.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Dusdieker, B., Stumbo, J., Booth, B. et al.:** *Prolonged maternal fluid supplementation in breastfeeding*. Pediatrics, 1990; 86:737-40.

**Hill, P.:** *Insufficient milk supply syndrome*. NAACOG's Clin. Issues, 1992; 3(4):605-13.

**Woolridge, M.:** *Analysis, classification, etiology of diagnosed low milk output*. Plenary session at International Lactation Consultant Association Conference, Scottsdale Arizona, 1995.

**World Health Organization:** *Not enough milk*. Division of Child Health and Development Update, Feb., 1995; 21. <http://www.who.ch/programmew/cdr/pub/newlet/update/updt-21.htm>.

**ΜΥΘΟΣ:** Μια μητέρα πρέπει να πίνει γάλα, για να φτιάξει γάλα.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Μια υγιεινή διατροφή με λαχανικά, φρούτα, δημητριακά και πρωτεΐνες, είναι ό,τι χρειάζεται μια μητέρα προκειμένου να πάρει τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά, που χρειάζεται, για να παράγει γάλα. Το ασβέστιο μπορεί να βρεθεί σε μια ποικιλία μη γαλακτοκομικών προϊόντων, όπως τα σκούρα πράσινα λαχανικά, οι ξηροί καρποί, οι σπόροι και τα ψάρια με κόκαλα. Κανένα άλλο θηλαστικό δεν πίνει γάλα, για να φτιάξει γάλα.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Behan, E.:** *Eat Well, Lose Weight While Breastfeeding*. New York: Villard Books, 1992; 145-46.

**Mohrbacher, N., Stock, J.:** *BREASTFEEDING ANSWER BOOK*. Schaumburg, Illinois: LLLI, 1997; 60-65, 360-61.

**ΜΥΘΟΣ:** Η σύγχυση θηλών δεν υφίσταται σαν πρόβλημα.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Ο θηλασμός και τα γεύματα από το μπουκάλι απαιτούν διαφορετικές τεχνικές στοματικής κίνησης. Επίσης, οι πλαστικές θηλές παρέχουν ένα είδος "υπερερεθίσματος", το οποίο μπορεί να αποτυπωθεί στα βρέφη αντί για τον πιο μαλακό μαστό. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα, ορισμένα βρέφη, όταν εναλλάσσουν μαστό και μπουκάλι, να παθαίνουν σύγχυση στον τρόπο που πιπιλούν και έτσι να εφαρμόζουν μη αποτελεσματικές θηλαστικές τεχνικές πάνω στο μαστό.



#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Blass, E:** *Behavioral and physiological consequences of suckling in rat and human newborns.* Acta Paediatr. Suppl., 1994; 397:71-76.

**Mohrbacher, N., Stock, J.:** *BREASTFEEDING ANSWER BOOK.* Schaumburg, Illinois: LLLI, 1997; 82-87.

**Neiffert, M. et al.:** *Nipple confusion: toward a formal definition.* J. Pediatr., 1995; 126(6):S 125-9.

*Nipple Confusion-Overcoming and Avoiding This Problem.* LLLI, 1992. Publication No 32.

**ΜΥΘΟΣ:** Ο θηλασμός, όποτε το ζητήσει το παιδί, δεν βοηθάει τη μητέρα να δεθεί περισσότερο με το παιδί της.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Η συμπεριφορά της μητέρας με ανταπόκριση και ευαισθησία προς τις ανάγκες του παιδιού της –τις οποίες δημιουργεί ο θηλασμός κατά ζήτηση– την φέρνει σε συγχρονισμό με το παιδί, κάτι που οδηγεί σε ένα δυνατότερο δεσμό μεταξύ τους.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Ainsworth, M.:** *Infant-mother attachment.* Am. Psych., 1979; 34(10):932-37.

**Berg-Cross, L., Berg-Cross, G., McGeehan, D.:** *Experience and personality differences among breast and bottle-feeding mothers.* Psych. of Women Qtrly, 1979; 3(4):344-58.

**Kennell, J., Jerauld, R., Wolfe, H. et al.:** *Maternal behavior one year after early and extended post-partum contact.* Developmental Medicine and Child Neurology, 1974; 16(2):99-107.

**Temboury, M. et al.:** *Influence of breastfeeding on the infant's intellectual development.* J. Ped. Gastro. Nutr., 1994; 18:32-36.

**ΜΥΘΟΣ:** Οι μητέρες που κρατούν πολύ τα παιδιά τους αγκαλιά, τα κακομαθαίνουν.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Τα παιδιά που είναι συχνά στην αγκαλιά, κλαίνε λιγότερες ώρες την ημέρα κι εκδηλώνουν μεγαλύτερη σιγουριά καθώς ωριμάζουν.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Anisfeld, E. et al.:** *Does infant carrying promote attachment? An experimental study of the effects of increased physical contact on the development of attachment.* Child Dev., 1990; 61:1617-27.

**Barr, R. and Elias, M.:** *Nursing interval and maternal responsivity: effect on early infant crying.* Pediatrics, 1988; 81:529-36.

**Bowlby, J.:** *Attachment and Loss: Attachment, vol. 1.* New York: Basic Books, 1969; 178, 208, 240.

**Heller, S.:** *The Vital Touch: How Intimate Contact with Your Baby Leads to Happier, Healthier Development.* New York: Henry Holt, 1997; 41-53, 204-21.

**Hunziker, U. and Barr, R.:** *Increased carrying reduces infant crying: a randomized controlled trial.* Pediatrics, 1986; 77:641.

**Matas, L., Arend, R., Sroufe, L.:** *Continuity of adaptation in the second year: the relationship between quality of attachment and later competence.* Child Dev., 1978; 49:547-56.

**ΜΥΘΟΣ:** Είναι σημαντικό και άλλα μέλη της οικογένειας να ταΐζουν το βρέφος, για να δεθούν μαζί του;

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Το τάισμα δεν είναι ο μόνος τρόπος με τον οποίο τα άλλα μέλη της οικογένειας μπορούν να δεθούν με το βρέφος. Το κράτημα, η αγκαλιά, το μπάνιο και το παιχνίδι μαζί του, είναι όλα σημαντικά για το μεγάλωμά του, την ανάπτυξή του και το δέσιμό του με τους άλλους.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Heller, S.:** *The Vital Touch: How Intimate Contact with Your Baby Leads to Happier, Healthier Development.* New York: Henry Holt, 1997; 41-53, 204-21.

**ΜΥΘΟΣ:** Ο θηλασμός που καθοδηγείται από το βρέφος (θηλασμός κατά ζήτηση), έχει αρνητικές επιπτώσεις στις σχέσεις των συζύγων.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Οι ώριμοι γονείς συνειδητοποιούν ότι οι ανάγκες ενός νεογέννητου είναι μεν πολύ έντονες, αλλά η έντασή τους αυτή ελαττώνεται με το χρόνο. Στην πραγματικότητα, η ομαδική εργασία της φροντίδας ενός νεογέννητου μπορεί να φέρει πιο κοντά ένα ζευγάρι, καθώς αυτό αναπτύσσει από κοινού τις γονικές του ικανότητες.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Bocar, D., Moore, K.:** *Acquiring the parental role: a theoretical perspective.* LLLI Lactation Consultant Series. Unit 16, Garden City Park, New York: Avery, 1987.

**Sears, W.:** *BECOMING A FATHER.* Schaumburg, Illinois: LLLI, 1986; 29-50, 119-29.

**ΜΥΘΟΣ:** Οι συχνοί θηλασμοί προκαλούν αργότερα παχυσαρκία στη ζωή ενός παιδιού.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Οι έρευνες δείχνουν, ότι τα θηλάζοντα βρέφη που ελέγχουν μόνα τους τις διατροφικές τους συνήθειες, παίρνουν ακριβώς την ποσότητα του γάλακτος που χρειάζονται. Αντίθετα, η διατροφή με τυποποιημένο γάλα και η εισαγωγή στερεών τροφών από νωρίς –και όχι ο θηλασμός κατά ζήτηση– είναι εκείνοι οι παράγοντες, που έχουν συνδεθεί με τον κίνδυνο της παχυσαρκίας αργότερα στη ζωή ενός παιδιού.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**Dewey, K., Lonnerdal, B.:** *Infant self-regulation of breast milk intake.* Acta. Paediatr. Scand., 1986; 75:893-98.

**Dewey, K. et al.:** *Growth of breast-fed and formula-fed infants from 0-18 months: the DARLING study.* Pediatrics, 1992a; 89(6):1035-41.

**Kramer, M.:** *Do breastfeeding and delayed introduction of solid foods protect against subsequent obesity?* J. Pediatr., 1981; 98:883-87.

**Stuart-Macadam, P., Dettwyler, K.:** *Breastfeeding: Biocultural Perspectives.* Hawthorne, New York: Aldine de Gruyter, 1995; 192.

**Woolridge, M.:** *Returning control of feeding to the infant.* Paper presented at the LLL of Texas Area Conference, Houston, Texas, USA, July 24-26, 1992.



**ΜΥΘΟΣ:** Ο θηλασμός ενός παιδιού μετά τους 12 μήνες έχει μικρή αξία, γιατί η ποιότητα του μητρικού γάλακτος αρχίζει να πέφτει μετά τους 6 μήνες.

**ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ:** Η σύσταση του ανθρώπινου γάλακτος αλλάζει, για να ανταποκριθεί στις διαφορετικές ανάγκες που έχει το παιδί καθώς μεγαλώνει. Ακόμη κι όταν το παιδί είναι ικανό να παίρνει στερεά τροφή, το μητρικό γάλα είναι η πρωταρχική πηγή θρεπτικών συστατικών για τον πρώτο χρόνο της ζωής του. Κατά το δεύτερο χρόνο, το μητρικό γάλα γίνεται συμπληρωματικό των στερεών τροφών. Επίσης, το ανοσοποιητικό σύστημα ενός παιδιού χρειάζεται από δύο μέχρι έξι χρόνια, για να ωριμάσει πλήρως. Το μητρικό γάλα συνεχίζει να συμπληρώνει και να βοηθάει το ανοσοποιητικό σύστημα, για όσο καιρό προσφέρεται.

#### **ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ**

**American Academy of Pediatrics Policy Statement on Breastfeeding and the Use of Human Milk.** Pediatrics, 1997; 100(6):1035-39.

**Goldman, A.:** *Immunologic components in human milk during the second year of lactation.* Acta. Paediatr. Scand., 1983; 72:461-62.

**Gulick, E.:** *The effects of breastfeeding on toddler health.* Ped. Nursing, 1986; 12:51-54.

**Innocenti Declaration on the protection, promotion and support of breastfeeding.** Ecology of Food and Nutrition, 1991; 26:271-73.

**Mohrbacher, N., Stock, J.:** *BREASTFEEDING ANSWER BOOK.* Schaumburg, Illinois: LLLI, 1997; 164-68.

**Saarinan, U.:** *Prolonged breastfeeding as prophylaxis for recurrent otitis media.* Acta. Paediatr. Scand., 1982; 71:567-71.

(Αποσπάσματα από το φυλλάδιο “Common Breastfeeding Myths” της Lisa Marasco, Assistant Area Professional Liaison - 1998 copyright © La Leche League International, Inc.).

Μετάφραση: **Ελένη Παπαϊωάννου**  
**Φλωρεντία Χρυσικού**

## Μαία: Η διαδρομή ανά τους αιώνες\*

**Βασιλική Οικονομάκου, Πόπη Παπαζαχαριάκη, Μαίεις Π.Γ.Ν-Μαιευτηρίου "ΕΛΕ-ΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ".**

Από το 1892, κάνουν την εμφάνισή τους στον ελληνικό χώρο ιδιωτικές μαιευτικές και γυναικολογικές κλινικές. Ως πρώτη αναφέρεται η "Κλινική Αλέξανδρου Τριάντη", Μαιευτήρα-Γυναικολόγου, Υφηγητή Πανεπιστημίου. Διαφήμιση για την παραπάνω κλινική στην εφημερίδα "Η Πόλις", του 1894, αναφέρει: "... Οι δε τοκετοί θα γίνονται υπό την άμεσο επίβλεψη του διευθυντού Α. Τριάντη, συμπαρισταμένου πεπειραμένου βοηθού και μαίας πτυχιούχου...".

Ο Αλέξανδρος Τριάντης υπήρξε διακεκριμένος Μαιευτήρας της εποχής του και ήταν ο πρώτος, που έγραψε το "Εγχειρίδιον Μαιευτικής προς χρήσιν των Μαιών και μαθητριών του Μαιευτηρίου" (Αθήνα, 1887). Με ιδιαίτερο ζήλο δίδασκε στις μαθήτριες μαίες μεταξύ των άλλων και την αντισηπτική αγωγή, η οποία τότε είχε αρχίσει να θεωρείται σημαντική για τις ιατρικές πράξεις. Δικαίως, λοιπόν, ο Τ. Ανδριανάκος γράφει για τον Αλέξανδρο Τριάντη: "...απετέλεσεν φαινόν σταθμόν εν τη εκπαίδευσει, πρώτιστα των Μαιών, υπέρ ων πολλά εμόχθησεν".

Μέχρι το 1910, που ο Κ. Λούρος ιδρύει στην οδό Σίνα ιδιωτική μαιευτική κλινική, έχουν ιδρυθεί πολλές κλινικές, όπως των Ανδριανάκου, Παπαϊωάννου, Μωρέτη, Λαμέρα κλπ., στα πρακτικά των οποίων αναφέρεται απαραίτητη η παρουσία μαίας κατά την εκτέλεση τοκετών: "Εν δε τη ιδία κλινική γίνονται δεκαί και επίτοκοι, όπως γεννήσωσιν εν όλως ιδιαίτέρω διαμερίσματι, όπου μόνον τω Διευθυντή και τη Μαία του καταστήματος επιτρέπεται η είσοδος...".

Κατά το έτος 1895, στο βιβλίο του Κ. Ν. Λούρου, "Περασμένα χρόνια", περιγράφεται με τα πιο μελανά χρώματα η αμαθής και κατώτατης κοινωνικής υποστάθμης κυρα-μαμή, που βρόμικη και τρισάθλια κάθεται μπροστά στα γεννητικά όργανα της επιτόκου μολύνοντάς τη συνεχώς με τα άπλυτα χέρια της, που τα αλείφει με λάδι και τα εισάγει στον κόλπο, ώστε να κάνει το έμβρυο να γλιστρήσει και να βγει. Όμως, εδώ πρέπει να κάνουμε δύο παρατηρήσεις:

α) Οι γυναίκες δεν είχαν δυνατότητα επιλογής, αφού οι επιστήμονες μαίες και γιατροί ήταν ελάχιστοι.

β) Ναι, πράγματι, η κυρα-μαμή ήταν αμαθής, αφού ποτέ δεν εκπαιδεύτηκε, άρα δεν μπορούσε να ξέρει. Έτσι, η εφαρμογή κανόνων ασηψίας και αντισηψίας ήταν αδύνατη.

Και βέβαια, σε άλλο σημείο παραδέχεται ότι υπάρχουν και λίγες επιστήμονες μαίες, με άριστη κατάρτιση, που αποτελούν φωτεινό φάρο για το μέλλον. Από την ιστορία των ελληνίδων μαιών αναφέρουμε ένα δημοσίευμα της εφημερίδας "Νέα Εφημερίς", της 28ης Ιουλίου του 1895, που αναφέρεται στο θάνατο της μαίας Φυλισσίδας Ολυμπίου, περιγράφοντας ότι "ήτο η πρώτη Μαία που εσπούδασεν εις την Εσπερίαν" και της πλέκει το εγκώμιο.

Και πάλι μια γυναίκα, εστεμμένη αυτή τη φορά, η πριγκίπισσα του διαδόχου, η Σοφία, διαπιστώνει ότι το Δημόσιο Μαιευτήριο είναι ακατάλληλο, αλλά και ανεπαρκές για τη φροντίδα των γυναικών και με

δική της μέριμνα αποκτήθηκε ο χώρος δίπλα από το “ΑΡΕΤΑΙΕΙΟ” Νοσοκομείο, όπου θα ανεγερθεί μετέπειτα το Μαιευτήριο “ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ”. Ωστόσο, το 1899, το Ιατροσυνέδριο αποφασίζει την ενοκίαση του “Μεγάρου Μπαλατζή”, στην οδό Ακαδημίας, όπου και μεταφέρεται το Δημόσιο Μαιευτήριο. Το 1909, με Βασιλικό Διάταγμα γίνεται ριζική αναδιοργάνωση και βελτίωση στην εκπαίδευση των μαιών, δηλαδή:

- αύξηση των τυπικών προσόντων των υποψηφίων,
- ελάττωση του αριθμού εισαγομένων,
- κατάρτιση προγράμματος θεωρητικής και πρακτικής άσκησης.

Στη συνέχεια τροποποιείται και συμπληρώνεται με το Β.Δ. του 1912 και το 1926 με Β.Δ. “Περί φοιτήσεως στο Μαιευτικό Σχολείο”, οι μαίες χωρίζονται σε δύο κατηγορίες:

1. Επιστήμονες Μαίες: φοίτηση 2 (δύο) χρόνων.
2. Πρακτικές Μαίες: διάρκεια φοίτησης-άσκησης 1 (ένας) χρόνος.

Επιτροπή από το Ιατροσυνέδριο εξετά-

ζει τις τελειόφοιτες. Καθορίζονται οι υποχρεώσεις των μαιών. Μέχρι το 1926, μαίες εκπαιδεύονται στο Δημόσιο και Δημοτικό Μαιευτήριο, τα οποία είναι τα μόνα που παρέχουν νοσοκομειακή περίθαλψη στη Μαιευτική και τη Γυναικολογία.

Η Έλενα Βενιζέλου, βαθιά γνώστης του προβλήματος του ελληνικού κράτους, για επαρκή κάλυψη της περίθαλψης της Ελληνίδας για το διάστημα πριν, κατά και μετά τον τοκετό της, ευαισθητοποιείται ακόμη περισσότερο και από τη φίλη της Μαρίκα Ηλιάδη. Οι δύο φίλες βρέθηκαν τυχαία στη Λωζάνη και επισκέφθηκαν ένα από τα ωραιότερα –για εκείνη την εποχή– μαιευτήρια του κόσμου. Από εκείνη τη στιγμή το όνειρο αρχίζει να παίρνει σάρκα και οστά και το Μαιευτήριο “ΜΑΡΙΚΑ ΗΛΙΑΔΗ” –ή πιο γνωστό ως “ΕΛΕΝΑ ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ”– έγινε ένα ανεκτίμητο απόκτημα της Αθήνας. Το καταστατικό του Μαιευτηρίου εγκρίθηκε με διάταγμα στις 18/2/1926 και συμπληρώθηκε με νέο στις 8/12/1927, όπου καθορίζεται ως σκοπός τους:

α) η ιατρική και νοσηλευτική περίθαλψη των γυναικών,



Μια άποψη του Μαιευτηρίου “ΜΑΡΙΚΑ ΗΛΙΑΔΗ” κατά την ημέρα των εγκαινίων του (16/2/1933).

β) η επιστημονική μόρφωση των μαιών.

Συγχρόνως με τις μελέτες για τις κτιριακές εγκαταστάσεις, η Έλενα Βενιζέλου προγραμματίσει και εκπαίδευση εξειδικευμένου προσωπικού για τη στελέχωση του ιδρύματος. Στην “Κλινική Λιβανού” διοργάνωσε ειδική Μαιευτική Σχολή, που εκπαιδεύτηκαν άριστα 8 μαίες, 4 απόφοιτες Γυμνασίου και 4 Β΄ τάξεως Γυμνασίου. Για να πετύχει το στόχο της η Έλενα Βενιζέλου, πλήρωνε για τη συντήρηση 10 νοσοκομειακών κλινών, στις οποίες έγιναν πάνω από 1.000 τοκετοί, εντελώς δωρεάν. Ακόμη και σήμερα έχουμε πολλά να διδαχθούμε από την υποδειγματική οργάνωση και λειτουργία του Μαιευτηρίου “Μαρίκα Ηλιάδη”. Πολύ πριν ανοίξει τις πόρτες του στην Ελληνίδα, εγκαθίστανται σ’ αυτό οι 8 μαίες μαζί με κατώτερο βοηθητικό προσωπικό, με σκοπό να καταστήσουν τις άδειες φιλόξενες αίθουσες έτοιμες να υποδεχθούν τις αβοήθητες γυναίκες του λαού.

Διαμορφώνονται δε εξωτερικά ιατρεία παρακολούθησης εγκυμοσύνης-λοχείας, γυναικολογικών περιστατικών, παρακολούθησης νεογνού-βρέφους και τμήματα νοσηλείας-υποδοχής επιτόκων, αίθουσες τοκετών, νοσηλείας λεχωϊδών και νεογνών, νοσηλείας γυναικολογικών περιστατικών και χειρουργείων. Προβλέπει ακόμα και μονάδα εντατικής περίθαλψης προβληματικών νεογνών και απομόνωσης γυναικών, που πάσχουν από μεταδοτικά νοσήματα.

Στα εξωτερικά ιατρεία δίνεται μεγάλη σημασία στην υγειονομική διαφώτιση των γυναικών, όσον αφορά την τήρηση κανόνων υγιεινής φροντίδας για τις ίδιες και τις οικογένειές τους, ατομικής καθαριότητας, καθαριότητας σπιτιού, διατροφής και διαιτολογίου για τις ίδιες και την υπόλοιπη οικογένεια, στα πλαίσια των οικονομικών και μορφωτικών δυνατοτήτων

τους κλπ. Η λειτουργία του καινούργιου Μαιευτηρίου ήταν μια ανακούφιση για τις γυναίκες, που μπορούσαν να φτάσουν ως αυτό. Όμως, απόμεναν ακόμη αβοήθητες όλες εκείνες οι Ελληνίδες της υπαίθρου, που είχαν πολύ μεγάλη ανάγκη βοήθειας.

Η Έλενα Βενιζέλου ζήτησε βοήθεια και συμπαράσταση από τη μητέρα της, Βιργινία Σκυλίτση, ώστε να γίνει δυνατή η ίδρυση Σχολής Μαιών, που να εκπαιδεύει Επιστήμονες Μαίες, τέλεια καταρτισμένες. Η Βιργινία Σκυλίτση κατέθεσε αμέσως 30.000 λίρες Αγγλίας, για ανέγερση, εξοπλισμό και λειτουργία Σχολής Μαιών μέσα στον περιβόλο του Μαιευτηρίου “Μαρίκα Ηλιάδη”.

Με βάση τον ψηφισθέντα νόμο 5474/9-5-1932, σπουδάστριες μαίες θα εκπαιδεύονται θεωρητικά και πρακτικά για 3 χρόνια. Για την πιο σωστή και ολοκληρωμένη εκπαίδευση των σπουδαστριών, δημιουργείται ομάδα από εκλεκτούς επιστήμονες γιατρούς και μαίες, αλλά και ολόκληρο το ανθρώπινο δυναμικό του Μαιευτηρίου, προσαρμόζεται στο κλίμα της εκπαίδευσης όχι μόνο μαιών, αλλά και γιατρών. Γίνεται προσπάθεια για απόκτηση σύγχρονων θεωρητικών γνώσεων και αντίστοιχης πρακτικής εμπειρίας, ώστε να είναι δυνατή η αντιμετώπιση κάθε περιστατικού. Η Σχολή τελεί υπό την εποπτεία του Υπουργείου Υγείας και Πρόνοιας και ονομάζεται “ΣΧΟΛΗ ΜΑΙΩΝ ΒΙΡΓΙΝΙΑΣ ΣΚΥΛΙΤΣΗ”. Η Βιργινία Σκυλίτση προικοδότησε τη Σχολή, ώστε να λειτουργεί ανεξάρτητα. Πρώτη Πρόεδρος της Σχολής διετέλεσε η μαία Χρυσοβελώνη, η οποία με σθένος και ψυχή οργάνωσε και λειτούργησε υποδειγματικά τη Σχολή μέχρι το 1937. Προς τιμήν της η Σχολή θέσπισε και απένειμε σε αριστούχες σπουδάστριες ειδικό βραβείο. Από το 1937 έως το 1947, η διοίκηση γίνεται από εφορεία κυριών με Πρόεδρο τη Μαρία Νεγρεπό-




νη, η οποία απουσίασε μικρό ενδιάμεσο διάστημα κατά τον πόλεμο. Οι μαιείς, που εργάζονται ανά την Ελλάδα, αισθάνονται την ανάγκη να καταγραφούν, να αποκτήσουν έναν εύκολο τρόπο επικοινωνίας και, φυσικά, μια ενωμένη φωνή για βελτίωση της θέσης τους. Έτσι, ιδρύεται η “ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΝΩΣΗ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ” με Μητρώο Μελών. Ενδεικτικά αναφέρουμε την εγγραφή των πρώτων μελών, που έγινε το 1936.

Με τον αναγκαστικό νόμο 2448/1940 “Περί ασκήσεως Μαιευτικού Επαγγέλματος και Εκπαιδεύσεως Μαιών”, καθορίζεται σε τρία (3) χρόνια η διάρκεια σπουδών και σε ένα (1) χρόνο η πρακτική άσκηση. Καθορίζονται τα καθήκοντα των μαιών και παύει πια η λειτουργία του Μαιευτικού Σχολείου του “Δημοτικού Μαιευτηρίου Αθηνών”, που λειτουργούσε από το 1916. Οι απόφοιτες του Μαιευτικού Σχολείου συνεχίζουν να ασκούν το επάγγελμα

της μαιίας, αλλά μόνο στην κοινότητα για την οποία έχει εκδοθεί η άδεια. Η εφαρμογή του νόμου, λόγω του πολέμου, έγινε πολύ αργότερα, το 1946. Ο νόμος 1700/1944, δίνει το δικαίωμα στις μαιείς, με τοπικές άδειες ασκήσεως επαγγέλματος στα Δωδεκάνησα, να ασκούν το επάγγελμα σ’ ολόκληρη τη χώρα, εφόσον κατέθεταν:

1. Απολυτήριο Γυμνασίου.
2. Πιστοποιητικό Επαγγελματικού Σωματείου, για 10ετή άσκηση του επαγγέλματος.
3. Πιστοποιητικό υπηρεσίας ενός (1) χρόνου σε Μαιευτική Κλινική, όπως προέβλεπε το άρθρο 5 του Α.Ν. 461/38. Τελικά, γνωμοδοτούσε το Υγειονομικό Συμβούλιο και συναποφάσιζε ο Υπουργός. Αριθμητικά, αλλά κυρίως ουσιαστικά, οι μαιείς στην Ελλάδα συνεχίζουν να είναι λίγες και κυρίως στη Βόρεια Ελλάδα. Προτείνεται και πράγματι, κρίνεται κατάλληλο το Δημόσιο Μαιευτήριο Θεσσαλονίκης να στεγάσει μια καινούργια Σχολή Μαιών, ώστε να μορφώνονται ικανές μαιείς για τη στελέχωση του Μαιευτηρίου και την κάλυψη, κατά το δυνατό, αναγκών της ευ-

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΟΣ ΕΝΩΣΙΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΩΝ ΜΑΙΩΝ		ΕΓΓΡΑΦΗΣ		ΕΠΩΝΥΜΟΝ	ΚΥΡΙΟΝ ΟΝΟΜΑ	ΟΝΟΜΑ ΠΑΤΡΟΣ	ΟΝΟΜΑ ΣΥΖΥΓΙΟΥ	ΗΜΗΡΙΑ Κατά την εγγραφήν
ΑΙΤΕΣ ΑΡΙΘΜΟΣ	ΧΡΟΝΟΛΟΓΙΑ	ΔΙΚΑΙΩΜΑ	ΕΠΩΝΥΜΟΝ					
1	1936 Απριλίου 6			ΜΑΝΤΡΑΦΙΥΝΗ ΠΛΗΤΑΡΙΟΥ 	Μαντραφίνη	Χριστοδωμίου Μαντραφίνη	Χαρίλαος Χαλκηνίδου	30
2	1936 Απριλίου 6			ΝΤΙΣΟΥ	Ευαγγελία	Χαρίλαος Μανταφίνης	Χαρίλαος Χαλκηνίδου	26
				ΜΠΑΤΡΑΚΤΑΡΗ ΛΙΑΠΟΠΟΥ	Μαρία	Χαρίλαος Μανταφίνης	Χαρίλαος Χαλκηνίδου	48

ρύτερης περιοχής της χώρας.

Το Ν.Δ. 1655/42, προβλέπει την ίδρυση Σχολής Μαιών Θεσσαλονίκης. Η Σχολή ιδρύεται στο Δημόσιο Μαιευτήριο Θεσσαλονίκης, Διοικείται από το Δ.Σ. του Δ.Μ.Θ. και τελεί υπό την εποπτεία του Υπουργού Εθνικής Πρόνοιας. Καταρτίζεται ο οργανισμός λειτουργίας της Σχολής με όλες τις σχετικές διαδικασίες λειτουργίας και διοίκησης. Η εκπαίδευση των σπουδαστριών διέπεται από τον Α.Ν. 2448/40 και τα έξοδα λειτουργίας της Σχολής βαρύνουν το Υπουργείο Εθνικής Πρόνοιας. Με το Κυβερνητικό Διάταγμα 3/5-5-43 (ΦΕΚ Α118), επικυρώνεται το καταστατικό οργανισμού του Δημοσίου Μαιευτηρίου Θεσσαλονίκης, όπου εμπεριέχεται και ο οργανισμός της Σχολής και ξεκινάει η λειτουργία της. Με Βασιλικό Διάταγμα του 1947 (ΦΕΚ Α211), επικυρώνεται αυτόνομα ο οργανισμός της Σχολής Μαιών του Δ.Μ.Θ. Αργότερα, με Β.Δ. του 1950, τροποποιείται ο οργανισμός λειτουργίας της Σχολής. Στο νόμο 1700/44 και στο άρθρο 15, προβλέπεται η υποχρεωτική εγγραφή των μαιών, που νόμιμα ασκούν το επάγγελμα, στα Μητρώα Μαιών, τα οποία τηρούνται στα κατά τόπους Υγειονομικά Κέντρα. Στο άρθρο 16 προβλέπονται για πρώτη φορά ποινές, όταν γίνεται παράνομη άσκηση του επαγγέλματος της μαιίας. Στο άρθρο 18 προβλέπεται ο τρόπος πρόσληψης και υπηρεσιακής διαβάθμισης των μαιών. Στο άρθρο 19 επιτρέπεται η ίδρυση "Συλλόγων Επιστημόνων Μαιών", με έδρα τα αντίστοιχα Εφετεία. Καθορίζεται ότι οι Σύλλογοι θα υπόκεινται στην εποπτεία του Υπουργείου Εθνικής Πρόνοιας και στα κατά τόπους Υγειονομικά Κέντρα. Η εγγραφή των μαιών στους Συλλόγους καθίσταται υποχρεωτική και σαν σκοπός καθορίζεται η οικονομική και ηθική εναρμόνιση των συμφερόντων των μελών τους. Ακόμη, προβλέπεται και πει-

θαρχική εξουσία. Στο άρθρο 20 προβλέπεται η σύνταξη "Δεοντολογικού Κανονισμού Ασκήσεως του Μαιευτικού Επαγγέλματος".

Όλοι οι νόμοι, από το 1940 μέχρι και το 1953, που αφορούν στην εκπαίδευση της μαιίας και στην άσκηση του μαιευτικού επαγγέλματος, ίσχυσαν ή τέθηκαν σε λειτουργία με καθυστερήσεις, λόγω του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου και της δύνης του μεταπολεμικού εμφύλιου σπαραγμού.

## ΚΑΤΟΧΗ

Η περίοδος του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου, της Κατοχής και των μετακατοχικών χρόνων υπήρξε λαμπρή, όσον αφορά τους αγώνες και τις θυσίες του λαού μας και η μαία, επώνυμα ή ανώνυμα έδωσε τους δικούς της αγώνες μέσα σ' αυτά τα πλαίσια. Ολοκληρωμένη άποψη, όμως, με στοιχεία εγγράφως καταχωρημένα, δυστυχώς, δεν μπορέσαμε να βρούμε.

Το 1947, στο Μαιευτήριο "Μαρίκα Ηλιάδη" δημιουργείται το πρώτο "Τμήμα Προώρων Βρεφών" στην Ελλάδα. Το τμήμα έχει θεμελιώδη αξία για την άρτια λειτουργία ενός Μαιευτηρίου, αλλά και για την εκπαίδευση μαιών. Το τμήμα αρχίζει να λειτουργεί με εξειδικευμένες μαιίες, οι οποίες περιθάλπουν τα πρόωρα βρέφη, αλλά συγχρόνως εκπαιδεύουν μαιίες και τις σπουδάστριες της Σχολής Μαιών "Βιργινία Σκυλίτση".

Ένα καινούργιο εκπαιδευτικό κομμάτι προστίθεται στην κατάρτιση της μαιίας, ώστε να την καταστήσει ικανή να αναγνωρίσει και να περιθάλψει σωστά το πρόωρο βρέφος κατά τον τοκετό, να δώσει οδηγίες, να οργανώσει μεταφορά, αν κρίνεται απαραίτητη, σε όλους εκείνους τους τοκετούς που θα κάνει μόνη της στο σπίτι ή σ' οποιαδήποτε κλινική ή νοσοκομείο.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

## Ο ρόλος και η ευθύνη των Μαιών-Μαιευτών στον Οικογενειακό Προγραμματισμό\*

**Χρήστος Παπαχρήστος**, Μαιευτής - Διεθνολόγος.

\* Ομιλία από το 2ο Πανελλήνιο Συνέδριο Οικογενειακού Προγραμματισμού, που έγινε στις 18-20 Φεβρουαρίου στην Αθήνα, στο Αμφιθέατρο του Πολεμικού Μουσείου.



Πρωταρχικός και πολυδιάστατος ο ρόλος των Επαγγελματιών Υγείας και συγκεκριμένα ο ρόλος των Μαιών-Μαιευτών στον Οικογενειακό Προγραμματισμό. Μεγάλη η ευθύνη του ρόλου τους αυτού, εάν θέλουμε να μιλάμε για αναπαραγωγική και σεξουαλική υγεία του πληθυσμού στην Ελλάδα στις αρχές της νέας χιλιετίας.

Ο Οικογενειακός Προγραμματισμός δίνει τη μοναδική ευκαιρία στις μαιές και στους μαιευτές να βοηθούν τις γυναίκες να παίρνουν πρωτοβουλίες, όσον αφορά την αναπαραγωγική και ψυχοσεξουαλική τους ζωή, έτσι ώστε να είναι υγιείς και καλά προετοιμασμένες για επιθυμητή εγκυμοσύνη. Επίσης, η μαία και ο μαιευτής ως επαγγελματίες μπορούν να

ασχολούνται με τον Οικογενειακό Προγραμματισμό στους παρακάτω εργασιακούς χώρους:



1. Μαιευτήρια ή Μαιευτικά-Γυναικολογικά Τμήματα Νοσοκομείων,
2. Ιδιωτικά Μαιευτήρια,
3. Κέντρα Υγείας και Υγειονομικές Υπηρεσίες,
4. ΙΚΑ και ΠΙΚΠΑ,
5. Εκπαίδευση,
6. Κοινότητα,
7. Κέντρα Οικογενειακού Προγραμματισμού όλων των παραπάνω χώρων,
8. Ως ελεύθεροι επαγγελματίες σε διάφορους οργανισμούς, βρεφονηπιακούς σταθμούς κλπ., που ασχολούνται με την ψυχοπροφυλακτική προετοιμασία για φυσιολογικό τοκετό,
9. Εκτελώντας φυσιολογικούς τοκετούς στο σπίτι.

Από τα παραπάνω φαίνεται σε ποιούς τομείς μπορούν να ασχοληθούν η μαία και ο μαιευτής και είναι ενδεικτικό της δυναμότητας και των ευκαιριών που έχουν, για ανάπτυξη δραστηριοτήτων στον Οικογενειακό Προγραμματισμό και γενικότερα στις υπηρεσίες υγείας.

Το σύνολο του αριθμού των μαιών-μαιευτών σ' ολόκληρη τη χώρα είναι περίπου 4.500, πράγμα που καταδεικνύει πόσο θα μπορούσαν να βοηθήσουν στο

χώρο της αναπαραγωγικής και σεξουαλικής υγείας. Στη χώρα μας, όμως, η μαία και ο μαιευτής συνήθως δεν βρίσκονται στην επαγγελματική δραστηριότητα και θέση που τους αρμόζει, όσον αφορά την παρακολούθηση της εγκυμοσύνης, την εκτέλεση του φυσιολογικού τοκετού, αλλά και τον Οικογενειακό Προγραμματισμό.

Στα 48 κρατικά κέντρα Ο.Π. εργάζονται λιγότερο από 100 μαίες-μαιευτές και μάλιστα με αρκετά προβλήματα συνεργασίας με επαγγελματίες άλλων ειδικοτήτων, όπως γιατρούς, επισκέπτες υγείας και άλλους, με συχνό το φαινόμενο η μαία και ο μαιευτής να παροπλίζονται.

Χαρακτηριστικό είναι ότι το ωράριο τους στα Κέντρα Υγείας και στο ΙΚΑ είναι εσκεμμένα κυλιόμενο και –όπως έχει αποδείξει έρευνα– δημιουργεί πρόβλημα, αφού οι προσερχόμενοι στα Κ.Ο.Π. (γυναίκες, νέοι, ζευγάρια), δεν βρίσκουν το πρόσωπο με το οποίο ξεκίνησαν να συζητούν το πρόβλημά τους, αποθαρρύνονται και τα αποτελέσματα δεν είναι τα προσδοκώμενα.

Εκτός από αυτά η μαία και ο μαιευτής, όπως και οι άλλοι επαγγελματίες υγείας που ασχολούνται με τον Ο.Π., βρίσκουν και άλλα εμπόδια, που αφορούν την εφαρμογή της πολιτικής του Ο.Π. από αυτούς, όπως:

1. Έλλειψη καθορισμού για το ποιός από τους επαγγελματίες υγείας είναι το πρώτο πρόσωπο επιλογής για την ευθύνη παροχής υπηρεσιών στον Ο.Π., ή ακόμη, ποιά είναι η διάρθρωση της ομάδας των ειδικών για τις υπηρεσίες του Ο.Π.

2. Έλλειψη στρατηγικής και εφαρμογής πρωτοκόλλου στα προγράμματα Ο.Π., ώστε να στοχεύουν στο ίδιο αποτέλεσμα.

3. Έλλειψη κέντρου αναφοράς των αποτελεσμάτων από τη λειτουργία των

Κ.Ο.Π., ώστε να γίνεται αξιολόγηση (evaluation).

4. Έλλειψη ενημέρωσης γυναικών και ζευγαριών και ιδιαίτερα των νέων, για το δικαίωμα που έχουν, να ζητήσουν δωρεάν και υπεύθυνα τις υπηρεσίες του Ο.Π. από κρατικές υπηρεσίες.

5. Αδιευκρίνιστα πολλά σημεία για τις μεθόδους αντισύλληψης σε νέους από επιστημονική άποψη, κυρίως όμως από νομική κάλυψη, ιδιαίτερα για τους ανήλικους.

6. Δυσκολία για τη δωρεάν χορήγηση αντισυλληπτικών, ακόμα και έλλειψη αντισυλληπτικού υλικού στο εμπόριο, όπως το διάφραγμα, οι σπερματοκτόνες κρέμες κλπ.

7. Ακαθόριστο το οικονομικό πακέτο στο Ε.Σ.Υ., που προορίζεται για τις υπηρεσίες Ο.Π., για την έκδοση υλικού, για την εκπαίδευση επαγγελματιών υγείας και την εκπόνηση προγραμμάτων.

8. Έλλειψη ερευνητικών προγραμμάτων για την αληθινή αιτία των ανεπιθύμητων κυήσεων στην Ελλάδα, που να αφορά σε ανθρωπολογική έρευνα (qualitative research).

9. Έλλειψη εκπαιδευτικών προγραμμάτων για επαγγελματίες υγείας και άλλους επιστήμονες, που ασχολούνται με τον Ο.Π.

Αφήνοντας τα εμπόδια και τα προβλήματα που συναντάμε καθημερινά, ας περάσουμε να δούμε θεωρητικά και πρακτικά τί σημαίνει Ο.Π. και πού υπάρχει και δεν υπάρχει ο γιατρός, η μαία και ο μαιευτής, ο επισκέπτης υγείας και όλη η υπόλοιπη ομάδα του Ο.Π.

Ξεκινάμε αναφορικά τη θεωρητική προσέγγιση του θέματος, με την εφαρμογή των τριών μοντέλων του Ο.Π.

#### **A. ΚΛΙΝΙΚΗ ΒΑΣΗ - ΚΛΙΝΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ**

Στο μοντέλο αυτό που είναι ιατρο-κε-

ντρικό, οι υπηρεσίες του Ο.Π. είναι διαθέσιμες μόνο μέσα στις υπηρεσίες υγείας (Νοσοκομείο - Κ.Υ.) και κατά κανόνα προϋποθέτουν την ύπαρξη εξειδικευμένου γιατρού.

Τις περισσότερες φορές, οι υπηρεσίες παρέχονται με τον ίδιο τρόπο που παρέχεται κάθε άλλη ιατρική υπηρεσία, δηλαδή είναι διαθέσιμες σε όσους επιθυμούν να επισκεφθούν την κλινική (Κ.Ο.Π.) και να δεχθούν τις διαδικαστικές ενέργειες και απαιτήσεις, που επιβάλλονται από το ιατρικό προσωπικό αυτής. Γενικά, οι απαιτήσεις αυτές αντανακλούν τις ανάγκες και τις ευκολίες των κλινικών παρά αυτές του χρήστη.

Η προώθηση του προγράμματος γίνεται κυρίως από τα ΜΜΕ και λιγότερο από περιστασιακές ομιλίες ή προβολές ταινιών, που γίνονται στις κλινικές και σπανιότερα στην κοινότητα.

#### **Β. ΚΛΙΝΙΚΗ ΒΑΣΗ - ΚΟΙΝΟΤΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ**

Σ' αυτό το μοντέλο, η διεκπεραίωση και η εποπτεία του προγράμματος παραμένει στην κλινική, αλλά επικεντρώνεται περισσότερο στην παροχή υπηρεσιών έξω από το Κέντρο, στην κοινότητα.

Με επισκέψεις στην κοινότητα, το προσωπικό πληροφορεί, ευαισθητοποιεί, κινητοποιεί τον πληθυσμό με στόχο την προσέλευσή του στο Κ.Ο.Π. Όλα αυτά με τη βοήθεια και άλλων κρατικών φορέων, έξω από τον τομέα της υγείας.

#### **Γ. ΚΟΙΝΟΤΙΚΗ ΒΑΣΗ - ΚΟΙΝΟΤΙΚΟΣ ΠΡΟΣΑΝΑΤΟΛΙΣΜΟΣ**

Σ' αυτό το μοντέλο, την ευθύνη και τις δραστηριότητες τις έχει η κοινότητα παρά η κλινική, η οποία περιορίζεται κυρίως στη μετόπισθεν τεχνική υποστήριξη, καθώς και στην παροχή ορισμένων υπηρεσιών. Στις προχωρημένες μορφές μπορούν να

εξουσιοδοτηθούν ορισμένα άτομα, όπως είναι οι μαιές και οι μαιευτές, ακόμη και με την παροχή μη κλινικών μεθόδων.

Οι δραστηριότητες του Ο.Π. αποτελούν αναπόσπαστο μέρος μιας ευρύτερα βασισμένης κοινοτικής προσπάθειας, με ανάληψη ευθυνών τόσο στην κατανομή και αξιοποίηση των πόρων, όσο και στην προαγωγή της υγείας της κοινότητας.

Πρόσφατες ενδείξεις δείχνουν ότι όσο τα προγράμματα κινούνται προς το τρίτο μοντέλο, τόσο πιο αποτελεσματικά γίνονται. Σ' αυτό το μοντέλο, αν και ξεκίνησε με το δεύτερο, πάνω από 15 χρόνια υπάρχει και δημιουργεί η Εταιρεία Οικογενειακού Προγραμματισμού, στην οποία αριθμούν ως μέλη πάνω από 400 μαιές και μαιευτές.

Στη χώρα μας, ο Ο.Π. ξεκίνησε με βάση το πρώτο μοντέλο και δυστυχώς ακόμη εκεί βρίσκεται, σε αντίθεση με άλλα κράτη της Ευρώπης, που δουλεύουν ήδη το τρίτο μοντέλο. Έτσι, αυτό που θα πρέπει να γίνει και στην Ελλάδα είναι να αποιατριοποιηθεί και να τείνει περισσότερο προς το δεύτερο μοντέλο, προσεγγίζοντας περισσότερο τις ανάγκες του πληθυσμού.

Ας δούμε όμως και την πρακτική προσέγγιση του θέματος, δηλαδή πώς οργανώνονται και στελεχώνονται οι υπηρεσίες Ο.Π. στη Ελλάδα, όσον αφορά φυσικά το πρώτο μοντέλο του, για να δούμε μέσα απ' αυτό και τον ουσιαστικό ρόλο της μαιάς και του μαιευτή στον Οικογενειακό Προγραμματισμό.

#### **ΟΡΓΑΝΩΣΗ - ΣΤΕΛΕΧΩΣΗ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΥ**

Σύμφωνα με την απόφαση αρ. 17 της 56ης Ολομέλειας (15-7-88) του Κεντρικού Συμβουλίου Υγείας, ύστερα από εισηγήσεις της Επιτροπής Οικογενειακού Προγραμματισμού ορίσθηκαν τα παρακάτω:

Οι υπηρεσίες Ο.Π. παρέχονται σε κάθε άτομο από τους παρακάτω φορείς:

### 1. Από το Μαιευτικό και Γυναικολογικό Ιατρείο των Κ.Υ. - ΠΙΚΠΑ - ΙΚΑ,

το οποίο είναι πλαισιωμένο από την ομάδα Ο.Π. (Μαιευτήρα-Γυναικολόγο, Μαία-Μαιευτή, Επισκέπτρια-Επισκέπτη Υγείας, Κοινωνικό Λειτουργό).

#### Υπηρεσίες που παρέχονται:

- ανίχνευση περιστατικών ή ομάδων,
- πληροφόρηση-ενημέρωση των ατόμων ή της κοινότητας,
- συμβουλευτική ατόμων ή οικογένειας,
- γενετσιακή ενημέρωση,
- χορήγηση αντισύλληψης (φυσική, ορμονική, μηχανική) σύμφωνα με τα ισχύοντα,
- ανίχνευση καρκίνου των γεννητικών οργάνων (ψηλάφηση μαστού, επιχρίσματα κατά Παπανικολάου),
- πρόληψη των σεξουαλικώς μεταδιδόμενων νοσημάτων.

### 2. Από το Εξωτερικό Μαιευτικό και Γυναικολογικό Ιατρείο των Νομαρχιακών Νοσοκομείων,

το οποίο είναι πλαισιωμένο από την ομάδα Ο.Π., όπως παραπάνω. Επισημαίνεται η ανάγκη παρουσίας Ψυχολόγου και Κοινωνιολόγου.

#### Υπηρεσίες που παρέχονται:

- όπως αυτές των Κέντρων Υγείας, αλλά και:
- μικροεπεμβάσεις (νόμιμη διακοπή της κύησης κατά το Ν. 1609/86 κλπ.),
- εξειδικευμένες υπηρεσίες που καθορίζονται από τον τυχόν διαθέσιμο εξοπλισμό (π.χ. υπέρηχοι).

### 3. Από το Εξωτερικό Μαιευτικό και Γυναικολογικό Ιατρείο των Περιφερειακών Νοσοκομείων,

το οποίο είναι πλαισιωμένο από την ομάδα Ο.Π. και υποστηρίζεται και από γιατρούς και επιστήμονες άλλων ειδικοτήτων (Ενδοκρινολόγους, Γενετιστές, μέλη της Ψυχιατρικής Ομάδας και Γενετήσιας Υγείας κλπ.), όπως και από εξειδικευμένους Μαιευτήρες σε θέματα στειρότητας, προβλημάτων γονιμότητας, προγεννητικής διαγνωστικής και εφηβικής γυναικολογίας, συνεργάζεται δε και με Κοινωνιολόγους.

#### Υπηρεσίες που προσφέρονται:

- όπως αυτές των Περιφερειακών Νοσοκομείων, αλλά και για:
- προβλήματα στειρότητας και γονιμότητας,
- γενετική καθοδήγηση,
- προγεννητική διαγνωστική,
- συμβουλευτική οικογένειας, ατόμων ή ζευγαριών,
- γενετσιακή ενημέρωση,
- εφηβική γυναικολογία.

### 4. Από το προσωπικό των Περιφερειακών, Αγροτικών Ιατρείων και Υγειονομικών Σταθμών,

που λειτουργούν, το οποίο παρέχει υπηρεσίες Ο.Π. σε συμβουλευτικό μόνο επίπεδο.

Όσον αφορά τα παραπάνω, το Υπουργείο Υγείας θεσμοθετεί και ορίζει τις αρμοδιότητες του προσωπικού του Ο.Π.

Οι υπηρεσίες Ο.Π., αναφέρει, παρέχονται από ειδικά εκπαιδευμένα άτομα, που ασκούν τη δραστηριότητά τους μέσα στο πλαίσιο που προσδιορίζεται από την ειδικότητά τους.

Το παραϊατρικό προσωπικό στα Νομαρχιακά ή Περιφερειακά Κ.Ο.Π. θα εργάζεται μόνιμα, σε περίπτωση δε αντικατάστασής του, θα αντικαθίσταται από ειδικά μετεκπαιδευμένο προσωπικό της αντίστοιχης ειδικότητας. Ειδικότερα θέματα

αρμοδιοτήτων του προσωπικού των Κ.Ο.Π. αντιμετωπίζονται από τον εσωτερικό κανονισμό λειτουργίας των αντιστοίχων υπηρεσιών.

Οι μαιές-μαιευτές, όπως και οι άλλοι επαγγελματίες υγείας (π.χ. επισκέπτες υγείας), εκτός από τη θέση τους ως προσωπικό των Κ.Ο.Π. και των εξωτερικών ιατρείων των νοσοκομείων, έχουν βασική θέση στη Σεξουαλική Αγωγή Υγείας, μιας και τα θέματα της σεξουαλικής αγωγής χρειάζονται γνώσεις και ικανότητες που περιλαμβάνονται στο γενικό πλαίσιο παροχής υπηρεσιών, οι οποίες αποτελούν και το αντικείμενο της εξειδίκευσής τους.

Συνοπτικά, οι μέθοδοι που μπορούν να χρησιμοποιηθούν, για να εφαρμοσθεί ο θεσμός της σεξουαλικής αγωγής είναι:

#### α. ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

Μ' αυτή τη μέθοδο γίνεται ενημέρωση γύρω από:

- τη φυσιολογική λειτουργικότητα του αναπαραγωγικού συστήματος,
- τις μεθόδους σύλληψης και αντισύλληψης,
- τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.

#### β. ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

Σ' αυτή τη μέθοδο απευθύνονται ζευγάρια και άτομα με προβλήματα:

- σύλληψης και αντισύλληψης,
- στειρότητας,
- εγκυμοσύνης υψηλού κινδύνου,
- ψυχοσεξουαλικής λειτουργίας.

#### γ. ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ

Στόχοι αυτής της μεθόδου είναι η έρευνα, η ενημέρωση, πληροφόρηση, διαπαιδαγώγηση, επιμόρφωση και καθοδήγηση ζευγαριών και ατόμων σε φορείς που παρέχουν οργανωμένες υπηρεσίες, όπως:

- προστασία στην εκτός γάμου εγκυμοσύνη,
- τεχνητή γονιμοποίηση,
- υιοθεσία κ.ά.

Το περιεχόμενο των προγραμμάτων της Σεξουαλικής Αγωγής, σύμφωνα με έρευνα της Π.Ο.Υ. είναι:

#### A. ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ (συνηθέστερα)

A1. Ανατομία και φυσιολογία του αναπαραγωγικού συστήματος - Υγιεινή της εμμηνορρυσίας.

A2. Προφύλαξη και ενημέρωση για τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.

A3. Περιγραφή τοκετού.

#### B. ΕΥΡΥΤΕΡΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ (σπανιότερα)

A1, A2, A3 και κοινωνικές, ψυχολογικές και ηθικές προεκτάσεις των σεξουαλικών σχέσεων, καθώς και προετοιμασία για υπεύθυνη σεξουαλική και αναπαραγωγική ζωή.

#### Γ. ΕΥΡΥΤΑΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ (Μόνο στη Σουηδία - Δανία - Γιουγκοσλαβία)

A1, A2, A3, B και ανώμαλες σεξουαλικές σχέσεις (ομοφυλοφιλία κ.ά.).

Όπως είδαμε, η Σεξουαλική Αγωγή Υγείας, μέρος σημαντικό του Ο.Π., δεν είναι αποκλειστική υπόθεση των γιατρών. Ο ρόλος τους στο σύστημα Ο.Π. και Αγωγής Υγείας είναι σημαντικός, αλλά όχι αποκλειστικός.

Για όλα αυτά τα προγράμματα, οι μαιές-μαιευτές όπως και οι υπόλοιποι επαγγελματίες υγείας εξειδικεύονται κατά τη διάρκεια των σπουδών τους, αλλά και σε ειδικά συμβουλευτικά προγράμματα με ιατροκοινωνικό προσανατολισμό. Παρέ-

χουν υπηρεσίες πρωτοβάθμιας, δευτεροβάθμιας και τριτοβάθμιας περίθαλψης, όπως αναφέρθηκε πιο πάνω και ασχολούνται με την έρευνα, τη συμβουλευτική, την ενημέρωση, την πρόληψη και την εφαρμογή τους, παραπέμποντας τις παθολογικές καταστάσεις στον εξειδικευμένο γιατρό. Συμμετέχουν σε όλες τις βαθμίδες εκπαίδευσης (δευτεροβάθμιας και τριτοβάθμιας) και σ' όλα τα προγράμματα επιμόρφωσης ως εκπαιδευτές Αγωγής Υγείας.

Πρόσθετο πλεονέκτημα των μαιών-μαιευτών και των υπόλοιπων επαγγελματιών υγείας είναι η πείρα, που έχουν ήδη αποκτήσει από την εκπαίδευσή τους στη διαπροσωπική προσέγγιση ατόμων και ομάδων. Τα μέλη των επαγγελματιών υγείας ενεργούν και συμπεριφέρονται ως εξειδικευμένοι σύμβουλοι, που με την ιδιότητά τους αυτή συμβάλλουν στην αποϊατρικοποίηση της Σεξουαλικής Αγωγής Υγείας, ώστε το θέμα να πάρει τη φυσική του διάσταση.

Όπως είδαμε από τα παραπάνω, η μαία και ο μαιευτής μπορούν να παίξουν καταλυτικό ρόλο στην πρόληψη μέσα από τις υπηρεσίες του Ο.Π., που δεν είναι απαραίτητο να είναι οργανωμένα κέντρα. Χρειάζονται γέφυρες, για να ενώσουν τα κενά μεταξύ αντισύλληψης και προγραμματισμένης εγκυμοσύνης, μεταξύ τοκετού και επόμενης εγκυμοσύνης. Χρειάζεται ενημέρωση και πρόληψη για τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα, ενημέρωση και πρόληψη για το γυναικείο καρκίνο.

Η μαία και ο μαιευτής, εάν έχουν τη σωστή συνεργασία στο χώρο της υγείας και συγκεκριμένα σε όλες τις βαθμίδες και τους τομείς του Ο.Π., μπορούν να συμβάλουν καθοριστικά στην αναπαρα-

γωγική και σεξουαλική υγεία. Όμως, χρειάζεται να γίνουν πολλά από όλους μας και πάντα σύμφωνα με τους κανόνες της ηθικής, της δεοντολογίας και της φιλοσοφίας στην άσκηση του επαγγελματός μας, εάν θέλουμε να το αποκαλούμε λειτούργημα και να είναι κοινωνικά και πολιτειακά αποδεκτό ως τέτοιο.

Τέλος, ο θεσμός του Ο.Π. στην Ελλάδα, αν και γενεθλιακά διαβαίνει την τρίτη δεκαετία του και βιώνει τις κοινωνικοοικονομικές και πολιτισμικές αλλαγές της καθημερινότητάς μας, βρίσκεται ακόμη στην αρχή του. Κι' αυτό γιατί ο Ο.Π. δεν γεννιέται, ούτε γίνεται στα ιδιωτικά ιατρεία, ούτε στις αίθουσες αποξέσεων των κρατικών και ιδιωτικών μαιευτηρίων. Ο Ο.Π. δεν ανήκει σε κανέναν. Ανήκει στη θέληση και την αναζήτηση της γνώσης και της εύκολης διάβασης των νέων, των ζευγαριών και της τρίτης ηλικίας στις υπηρεσίες του Ο.Π. Όταν η ομάδα του Ο.Π. θα είναι έτοιμη να συνεργαστεί, τότε μόνο θα μπορούμε να λέμε ότι έχουμε φτάσει στην πολυπόθητη αναπαραγωγική και σεξουαλική υγεία στις αρχές της νέας χιλιετίας.

Κλείνοντας την ομιλία μου θα ήθελα να κάνω και μια ευχή:

Στο 3ο Πανελλήνιο Συνέδριο Οικογενειακού Προγραμματισμού (το οποίο εύχομαι να γίνει σύντομα) να συμμετέχουν ως ομιλητές και εισηγητές περισσότεροι επαγγελματίες υγείας. Γιατί σ' αυτό το Συνέδριο, όπως θα παρατηρήσατε, οι 60 από τους 90 ομιλητές και εισηγητές ήταν γιατροί (30 απ' αυτούς Γυναικολόγοι-Μαιευτήρες) και μόνο 11 ήταν επαγγελματίες υγείας.





## Επιστολές προς το Σ.Ε.Μ.Α.

Από το ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑΣ λάβαμε τις παρακάτω επιστολές:

### ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑΣ

Λεωφ. Βασ. Σοφίας 133, 115 21 Αθήνα

Τηλ.: (01) 6401.477, 6450.118, 6460.522, Fax: (01) 6401.478

Προς το  
Διοικητικό Συμβούλιο  
του Συλλογου Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Αθήνας  
Αριστείδου Παππά 2 - Αμπελόκηποι

Αθήνα, 21 Φεβρουαρίου 2000

Αξιότιμοι Κύριοι,

Το Ελληνικό Ίδρυμα Καρδιολογίας, στην προσπάθειά του να μεταδώσει τους σκοπούς του για την πρόληψη των καρδιοπαθειών στη χώρα μας, απευθύνεται στο Σύλλογό σας ελπίζοντας στη βοήθειά σας. Σας επισυνάπτουμε ενημερωτικό έντυπο με τους σκοπούς και τις δραστηριότητες του Ελληνικού Ιδρύματος Καρδιολογίας και επιστολή προς κάθε ένα από τα μέλη σας. Την επιστολή αυτή θα παρακαλούσαμε να την προωθήσετε προς τα μέλη του Συλλόγου σας.

Ευχαριστούμε εκ των προτέρων για τη βοήθειά σας και την πιθανή συνεργασία μας.

Με τιμή  
(υπογραφή)  
**Dr Ζωή Ψωμαδάκη**  
Καρδιολόγος

Σύμβουλος Ελληνικού Ιδρύματος Καρδιολογίας



### ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΙΑΣ

Λεωφ. Βασ. Σοφίας 133, 115 21 Αθήνα

Τηλ.: (01) 6401.477, 6450.118, 6460.522, Fax: (01) 6401.478

Προς το  
Σύλλογο Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Αθήνας  
Αριστείδου Παππά 2 - Αμπελόκηποι

Αθήνα, 21 Φεβρουαρίου 2000

Αγαπητοί Φίλοι,

Τα καρδιαγγειακά νοσήματα αποτελούν σήμερα την πρώτη αιτία θανάτου, όχι μόνο στην Ελλάδα, αλλά και σε ολόκληρο το βιομηχανικά αναπτυγμένο κόσμο. Οι γυναίκες αποτελούν μια ιδιαίτερη ομάδα, όπου τα τελευταία χρόνια τα καρδιαγγειακά νοσήματα έχουν αυξημένη επίπτωση. Πρόσφατη έρευνα στις ΗΠΑ απέδειξε

ότι η συντριπτική πλειοψηφία των γυναικών πιστεύει ότι κινδυνεύει κυρίως από διάφορους τύπους καρκίνου και μόνο μια μικρή μειοψηφία από καρδιοπάθειες. Στην πραγματικότητα, όμως, μόνο 1/25 γυναίκες αντιμετωπίζει κίνδυνο θανάτου από καρκίνο μαστού, ενώ 1/3 πεθαίνει από καρδιοπάθεια.

Το Ελληνικό Ίδρυμα Καρδιολογίας (ΕΛ.Ι.ΚΑΡ.) ιδρύθηκε το 1992 υπό την Αιγίδα του τότε Προέδρου της Δημοκρατίας Κων/νου Καραμανλή και διευθύνεται από τον Καθηγητή Καρδιολογίας του Παν/μίου Αθηνών κ. Παύλο Τούτουζα, είναι μη κερδοσκοπικό Κοινωνικό Ίδρυμα, που στηρίζεται στην ηθική και υλική συμπαράσταση των φίλων του.

Βασικός σκοπός του είναι η διαφώτιση του κοινού από τα καρδιαγγειακά νοσήματα και οι τρόποι αποφυγής τους. Το έργο της επιτροπής των φίλων του ΕΛ.Ι.ΚΑΡ. είναι να βοηθήσει τη γυναίκα να καταλάβει τη σημασία του ρόλου της στη σύγχρονη κοινωνία (τρόπος ζωής, διατροφικές συνήθειες, κάπνισμα, προδιαθεσικοί παράγοντες για καρδιαγγειακά νοσήματα).

Οι εκδηλώσεις των φίλων του ΕΛ.Ι.ΚΑΡ. περιλαμβάνουν εκδρομές σε τόπους ιστορικού ενδιαφέροντος, κοινωνικές συγκεντρώσεις, ενημερωτικές διαλέξεις κ.ά.

Το ΕΛ.Ι.ΚΑΡ. κυκλοφορεί μηνιαίο περιοδικό στους "ρυθμούς της καρδιάς", όπου έγκριτοι καρδιολόγοι με άρθρα απαντούν σε απορίες σας.

Αν και εσείς, αγαπητοί φίλοι, θέλετε να ενημερωθείτε, να συμμετέχετε στις εκδηλώσεις των φίλων του ΕΛ.Ι.ΚΑΡ. και να συμβάλετε στους σκοπούς του, μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί μας.

Με τιμή  
(υπογραφή)

**Dr Ζωή Ψωμαδάκη**  
Καρδιολόγος

*Σύμβουλος Ελληνικού Ιδρύματος Καρδιολογίας*

#### ΔΙΟΡΘΩΣΗ

Στο προηγούμενο τεύχος του "ΕΛΕΥΘΩ" (4ο/1999), στη λεζάντα της φωτογραφίας της σελίδας 147 (άρθρο για τη γιορτή της Παγκόσμιας Εβδομάδας Μητρικού Θηλασμού, 1-7 Νοεμβρίου), αναφέρεται λανθασμένα το ονοματεπώνυμο της Δημοτικής Συμβούλου του Δήμου Αχαρνών κ. ΕΥΑΓΓΕΛΙΑΣ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ (από λάθος έχει γραφτεί ως Αλεξ. Ευαγγέλου), η οποία συμμετείχε στις εκδηλώσεις της 7ης Νοεμβρίου 1999 στον καταυλισμό σεισμοπλήκτων του στρατοπέδου "ΚΑΠΟΤΑ". Ζητάμε συγνώμη.

*Από τη Σύntαξη του "ΕΛΕΥΘΩ"*

## 8η Μαρτίου: Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας

Με την ευκαιρία της 8ης Μαρτίου, που είναι αφιερωμένη στην Παγκόσμια Ημέρα της Γυναίκας, δημοσιεύουμε το παρακάτω ποίημα από τη δεύτερη κατά σειρά ποιητική συλλογή "ΣΤΟΧΑΣΜΟΙ", της συναδέλφου-ποιήτριας Ευαγγελίας Κωνσταντινίδου-Παπαδοπούλου.

### ΣΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ

*Γυναίκα!*

*Γεννάς τη ζωή...*

*Εμπνέεις,*

*ενθαρρύνεις,*

*καθοδηγείς,*

*πονάς και υποφέρεις.*

*Γυναίκα,*

*σα Γοργόνα τ' αφρισμένο*

*κύμα σταματάς,*

*απαλύνεις την καταγιγίδα,*

*ουράνιο τόξο,*

*και στα σκοτάδια*

*φως σκορπάς.*

*Γυναίκα,*

*μαύρη, κόκκινη, λευκή,*

*αγκάλιασε την ΕΙΡΗΝΗ,*

*αγωνίσου,*

*αναλογίσου την ευθύνη,*

*σώσε τα παιδιά σου*

*από την πυρηνική καταστροφή.*

*Γυναίκα,*

*αγωνίσου, προχώρα,*

*να βασιλέψει παντού και πάντα*

*η ΕΙΡΗΝΗ και η ΑΓΑΠΗ.*

"ΣΤΟΧΑΣΜΟΙ", Θεσσαλονίκη 1986

### ΔΥΟ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΟΙΗΤΡΙΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΙΔΟΥ- ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ

Η Ευαγγελία Κωνσταντινίδου-Παπαδοπούλου, Επιστήμων Μαία, γεννήθηκε στις Φέρρες του Νομού Έβρου. Αποφοίτησε από το Γυμνάσιο Φερρών. Από μικρή έκρυβε ιδιαίτερη αγάπη για το συνάνθρωπο. Έταξε σαν σκοπό της ζωής της να τον υπηρετήσει, σπουδάζοντας μαία. Παράλληλα εμπνεόταν από τον πόνο, τη χαρά των συνανθρώπων της και τη φύση, γράφοντας στίχους.

Σήμερα, κάνει την πρώτη της ποιητική εμφάνιση, με την παρούσα συλλογή "NOTEΣ ΨΥΧΗΣ". Είναι ποιήματα που κρύβουν λεπτό συναισθηματισμό, μουσικότητα, αρμονία. Μοσχομυρίζουν απλότητα και χάρη. Κρύβουν αγάπη για την οικογένεια και τους συνανθρώπους.

Τη συγχαίρουμε για τη φιλότιμη αυτή προσπάθειά της και της ευχόμαστε καινούργιες ποιητικές εξορμήσεις.

**ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΑΝΤ. ΚΕΡΑΜΑΡΗΣ**

Ιατρός - Λογοτέχνης

## Λογογραφικό Λεξικό της Ελληνίδας Μамής

Δρ Χρίστος Θ. Οικονομόπουλος, Παιδοχειρουργός.

(Συνέχεια από το προηγούμενο)

**παραήμερο, το**, το παιδί που γεννήθηκε πριν από τον αναμενόμενο φυσιολογικό χρόνο της εγκυμοσύνης, με διαφορά ημερών.

**παραμονή, η**, 1) η αποσπερίδα για χάρη της λεχώνας και της μαμής, 2) η συντροφιά στη λεχώνα από τις άλλες μανάδες της γειτονιάς, μέχρι να περάσουν τα μεσάνυχτα της πρώτης ημέρας.

**παραμόνια, τα**, τα συγχαρητήρια δώρα και φαγητά προς τη λεχώνα από συγγενείς και φίλους, για τη γέννηση του αγοριού, με την ευχή: "Καλορίζικο! Να σου ζήσει! Να το καμαρώσεις και γαμπρό". Αν το παιδί ήταν κορίτσι, της εύχονταν: "Να σου φέρει κι αρσενικά". Λέγονται και απογονίκια.

**παραξενιές, οι**, οι περίεργες επιθυμίες της εγκύου. Π.χ. τρώει τα χείλη της στάμνας (εισαγωγή μαγνησίου, πυριτικών αλάτων, ασβεστίου).

**παραπούλι, το**, ο δισέγγονος.

**παρασάνταλο, το**, το παιδί που γεννήθηκε με συγγενείς ανωμαλίες.

**παρασήμαδο, το**, το παιδί που γεννήθηκε τερατόμορφο ή σημειωμένο. Λέγεται και παράλλαμα ή αντίλλαμα ή ζούδιο ή τέρας.

**παράσημο, το**, το σημαδιακό, το σημειωμένο παιδί με συγγενείς διαμαρτίες στη διάπλαση.

**παρασούσουμο, το**, το παιδί-τέρας με πολλαπλές συγγενείς ανωμαλίες, ασυμβίβαστες με τη ζωή.

**παρασπόρι, το**, 1) το παιδί που γεννήθη-

κε τελευταίο, παρά τη θέληση των γονέων του και έχει μεγάλη διαφορά στα χρόνια από τα άλλα αδέρφια του, 2) το νόθο, το μπασιτάρδικο από κλεψιγαμια.

**παραστεκάμενες, οι**, οι βοηθοί της μαμής. Συνήθως είναι επιτυχημένες και έμπειρες μανάδες.

**παραστεκάμενη, η**, η βοηθός της μαμής, που το έργο της είναι να χύνει σταυρωτά νερό μέσα στο δωμάτιο του τοκετού. "Επάνω στους βρεγμένους σταυρούς, προστάζει η μαμή, να δρασκελάει η κοιλοπονεμένη". Η παραστεκάμενη λέει συνεχώς μαζί με τη μαμή: "Όπως χύνεται το νερό, έτσι να χυθεί και το παιδί με το καλό".

**παραστέκομαι**, φροντίζω τη λεχώνα: "της παραστέκομαι", "πρέπει να της παρασταθώ". Συνήθως είναι η μαμή, η μάνα της, οι συγγενείς και οι γειτόνισσες.

**παράστρωμα, το**, το υπόστρωμα από πανί στην κούνια του βρέφους.

**παράτριμμα, το**, σύγκαμα του βρέφους.

**παραφτίδες, οι**, τα δύο μικρά τολύπια βαμβάκι, που βάζει η μαμή ή η μάνα στο νεογνό τα μεσάνυχτα της τρίτης ημέρας, για να μην ακούσει τί θα το μοιράνουν οι Μοίρες.

**παραχαϊδεμένο, το**, το μονάκριβο παιδί που είναι κακομαθημένο, γιατί το χάλασαν τα χάδια της μάνας του.

**παράωρες, οι**, οι νεράιδες του μεσονυχτίου που βλάπτουν τις λεχώνες. Όταν νυχτώσει, η μαμή δεν επιτρέπει επισκέψεις στη λεχώνα.

**Παρθένα, η,** 1) επίθετο της Παναγίας, η Παρθενομήτωρ, 2) αυτή που διατηρεί αδιάρρηκτο τον παρθενικό υμένα, αυτή που δεν έχει διακορευθεί, η αγνή κόρη.

**παρθενιά, η,** η αγνότητα της κόρης. Κάθε κόρη φυλάει την παρθενιά της καλύτερα από τα μάτια της.

**παρθενίκι, το,** το δώρο που έδινε ο γαμπρός στη μάνα της νύφης, για την τιμή της παρθενιάς της. Λέγεται και Θεόρητρο.

**παρθενίκια, τα,** τα χρήματα που έριχναν στο κάνιστρο οι συγγενείς κατά την πρώτη νύχτα του γάμου, στο οποίο μέσα ήταν το ματωμένο νυχτικό της νύφης. Η μάνα της το περιέφερε γύρω υπερήφανα, για να την τιμήσουν που την παρέδωσε αγνή στο γαμπρό. Ήταν τιμητικό για τη μάνα, η οποία ανταπέδιδε στην τιμή αυτή τα παρθενόκουκα, δηλ. τα τρωγάλια.

**παρθενικό γάλα, το,** το γαλακτώδες υγρό από βάμμα βενζόλης και απόσταγμα ρόδων. Η μαμή το χρησιμοποιεί στις έγκυες για θεραπεία των πανάδων του προσώπου.

**παρθενόπιτα, η,** η γλυκιά πίτα που φτιάχνει η μάνα όταν πρωτοεμφανισθούν τα έμμηνα της κόρης, για να έχει ανώδυνη περίοδο. Επίσης, της φτιάχνει και τρώει το παρθενοπίλαφο.

**παρμάκια, τα,** τα ψωμάκια που χαρίζει η μάνα στη μαμή, για να την τιμήσει στην επέτειο του τοκετού της κόρης.

**παρμός, ο,** η αγαλαξιά της λεχώνας. Η μαμή τον ξορκίζει με αγιοτικά.

**Παρουσία, η,** η Δευτέρα Παρουσία. Πιστεύουν ότι οι άκληρες γυναίκες θα τιμωρηθούν, αν δεν υιοθετήσουν παιδί-ψυχοπαίδι. Επίσης, θα κριθούν όσες έκαναν εκτρώσεις ή αρνήθηκαν να θηλάσουν το παιδί τους.

**παρτσουκλώνω,** ενέργεια της μαμής, κατά την οποία σπαργανώνει με επιμέλεια το νεογνό τη νύχτα της τρίτης ημέρας από τη γέννησή του και καθοδηγεί τη μάνα να

το βάλει στην κούνια από τη δεξιά μεριά, για να έρθουν οι Μοίρες να το καλομοιράνουν.

**πασκαλίτσα, η,** η Θεία Κοινωνία για τα παιδιά.

**παστρογωνιά, η,** η πρωτότοκος θυγατέρα. Παστρογωνιές=τα πολλά κορίτσια.

**πατέρας, ο,** ο πατήρ. Προσφωνείται και αφέντης και κύρης.

**πατεριμά, τα,** η χρονική περίοδος που χρειάζεται η μαμή για να πει το "Πάτερ ημών". Μετά τη γέννηση του παιδιού επί δυστοκίας, η μαμή μετράει ψιθυριστά το χρόνο τριών "Πάτερ ημών", δηλ. περίπου τέσσερα πρώτα λεπτά της ώρας, για να ανανήψει το παιδί. Αν το παιδί κλάψει στο πρώτο "Πάτερ ημών", η μαμή αναφωνεί χαρούμενη: "Ήλιος, ήλιος, ήλιος". Όταν κλάψει στο δεύτερο "Πάτερ ημών", αναφωνεί: "Αστέρι, αστέρι, αστέρι" και στο τρίτο, με τρόπο μια φορά: "Δράκος". Στο τρίτο, επίσης, το αεροβαφτίζει ή το κανηλοβαφτίζει, γιατί κινδυνεύει η ζωή του.

**πατούρισσα, η,** η ψυχοκόρη, η θετή κόρη. **πατώ,** μαγική πράξη που κάνει μια κακή γυναίκα, για να είναι μια άλλη άγονη ή στείρα, ή ένα βρέφος καχεκτικό. Συνήθως η μαμή τις εξουδετέρωνε με επωδές.

**πεθερά, η,** η πενθερά, το φόβητρο της νύφης. Η νύφη κάνει το λεγόμενο "πεθεροκαλάγγιασμα", για να την εξευμενίσει, δηλαδή, την Πρωτοχρονιά της προσφέρει τσουρέκι, γλυκά και ένα φακιόλι.

**πεθερόπλυμα, το,** όταν η επίτοκος έχει δυστοκία, με τη συμβουλή της μαμής πίνει το απόπλυμα από τα χέρια της πεθεράς, για να ανακαλέσει τυχόν κατάρρες της και να διευκολυνθεί ο τοκετός.

**περάσματα, τα,** η μαγική διέλευση στη ζωή, οι μεγάλοι σταθμοί για τη ζωή: γέννηση, γάμος, θάνατος.

**πεντάγνωμα, τα,** τα πέντε κομμάτια από τα ρούχα των παιδιών μιας πολύτεκνης μάνας, που τα προσφέρει σε άλλη μάνα

που χάνει τα παιδιά της στον τοκετό, για να τυλίξει μ' αυτά η μαμή το παιδί που θα γεννηθεί, για να ζήσει, ενώ ταυτόχρονα της δίνει (η μαμή ή η μάνα) πέντε γνώμες (συμβουλές).

**πενταρέα, η**, η ποικιλοϋφαντη φασκιά μήκους πέντε οργιών για το εξωτερικό σπαργάνωμα νεογνού –αγοριού αρχοντικής οικογένειας– που θα το παρουσιάσουν τα μεσάνυχτα της τρίτης ημέρας, για να το καλομοιράνουν οι Μοίρες. Πρωτοστατεί η μαμή, η οποία θεωρείται μια από τις τρεις Μοίρες και φιλοδωρείται γενναία.

**πεντάρφανο, το**, το ορφανό παιδί, που δεν έχει ούτε μάνα, ούτε πατέρα, ούτε γιαγιά, ούτε παππού.

**πέραση, η**, ή **περασούλα**, η υποχρεωτική λοιμώδης παιδική νόσος, π.χ. ερυθρά, κοκίτης, ιλαρά, ανεμοβλογιά.

**περάτης, ο**, το έμβρυο που έρχεται με ισχυακή προβολή. Τη θέση αυτή φοβάται η μαμή, γιατί προκαλεί δυστοκία.

**περίδρομος, ο**, 1) η παρονυχίς, το χεριαγκάθι, 2) το οξύ κοιλιακό άλγος.

**περίοδος, η**, η έμμηνος ρύση.

**περιπνευμονία, η**, η λοβώδης πνευμονία.

**περισσοβυζαγμένο, το**, το παιδί που βύζαξε γάλα από τη μάνα του περισσότερο από 18 μήνες. Όταν μεγαλώσει, ματιάζει εύκολα, όπως ο σμιχτοφρυδής και γίνεται βαροκέφαλο (βλάκας).

**περισσογαλιά, η**, το άφθονο γάλα της λεχώνας. Η μαμή το αρμέγει σε ειδικά αρμεκτήρια (μικρά ξύλινα ποτήρια), για να μην πάθει η λεχώνα γαλακτοφορίτιδα.

**πέταλο, το**, μεταλλικό έλασμα για πέλμα αλόγου. Όταν αρχίσουν οι ωδίνες, η μαμή το κρεμάει σαν φυλαχτό στην πόρτα του σπιτιού της πρωτάρας, γιατί πιστεύει ότι φέρνει ευτοκία και τύχη. Μικρό πέταλο κρεμούν και στην κούνια του μωρού.

**πετρόζυμα, το**, είδος λίθου με λευκά βρύα, ο οποίος, όταν προστρίβεται με

άλλο λίθο παράγει μείγμα για τον καλλωπισμό της λεχώνας. Η μαμή το χρησιμοποιεί για να δώσει ρόδινο χρώμα στο πρόσωπο της λεχώνας.

**πέφτω**, επί λοχείας=τίκτω· “Ποιά μέρα έπεσε το παιδί;”

**πηλένη, η**, η μικρή κουβέρτα για το νεογέννητο.

**πιάνω**, όταν η μαμή λαμβάνει με το χέρι το νεογνό, που εξέρχεται από το μητρικό κόλπο.

**πιασίδα, τα**, η σύλληψη, τα πρώτα σημεία της εγκυμοσύνης.

**πίσιμο, το**, η σύλληψη· “Η κόρη μου δεν έπιασε παιδί ακόμα”.

**πίστρα, η**, το μικρό μαξιλαράκι που βάζει κάτω από τους γλουτούς η στείρα γυναίκα μετά τη συνουσία, σαν υποβοηθητικό, για να μη φύγει ο “σπόρος”, ώστε να συλλάβει παιδί.

**πίκρα της μαμής, η**, η λύπη, η οδύνη, η πικρία της μαμής για κάθε κακό συμβάν στον τοκετό, π.χ. δυστοκία, θάνατος μάνας ή παιδιού στη γέννα.

**πικραγγουριά, η**, ιαματικό βότανο, που χρησιμοποιεί η μαμή για θεραπεία αποστημάτων του μαστού της λεχώνας. Επίσης, το χρησιμοποιεί μαζί με τριμμένη δαγκάνα κάβουρα για τη φάουσα (καρκίνο) του μαστού σε ηλικιωμένες γυναίκες.

**πικρίσματα, τα**, οι διάφορες πικρές ουσίες, όπως αλόη, κινίνη κλπ., που βάζει η μαμή στους μαστούς της μάνας, όταν πρόκειται να απογαλακτίσει το βρέφος για λόγους ανωτέρας βίας (αρρώστια, π.χ. χτικίο κ.ά).

**πικρόρωγα, η**, η πικρή θηλή του μαστού. Όταν η μάνα θέλει να αποκόψει (απογαλακτίσει) το παιδί, συμβουλευεται πρώτα τη μαμή, η οποία, όταν κρίνει αυτό αναγκαίο, αλείφει τις ρώγες των βυζιών της μάνας με αλόη, κινίνη, πιπέρι, μελάνι και παρακινεί το βρέφος να συχαθεί λέγοντάς του “λιά, λιά, φτου, φτου” και φτύνει.

**πίλωμα, το**, η εξώθηση της μήτρας κατά τον τοκετό.

**πινόμαλλο, το**, το μαλλί που πέφτει από τη ρόκα, όταν η γυναίκα γνέθει. Το πινόμαλλο μαζί με γάλα, ασπράδι αυγού και μέλι, το χρησιμοποιεί η μαμή σαν αιμοστατικό σε ρήξη του περινέου.

**πιπιλίθρα, η**, ελαστικό όργανο με το οποίο θηλάζουν τα βρέφη.

**πίσσα, η**, το μηκόνιο, η πρώτη ακαθαρσία του αρτιγέννητου. Λέγεται και μαυρί.

**πισωκούνι, το**, το τελευταίο παιδί.

**πισωκωλάκι, το**, το τελευταίο παιδί της μάνας, το υστεροκούνι, το στερνοπαίδι.

**πιπήθεια, τα**, τα εργαλεία της μαμής και συνεκδοχικά η ίδια η μαμή.

**πίσης, ο**, το νόθο τέκνο από κλεψιγαμία, ο μούλος.

**πίτα, η**, η πίτα από φύλλα ζύμης και άλλα υλικά, π.χ. σπανακόπιτα, χορτόπιτα, τυρόπιτα κλπ. Η λαϊκή γριά μάνα έχει επινοήσει 160 είδη πίτας για το παιδί, την έγκυο και τη λεχώνα.

**πιπουρόνερο, το**, το χλιαρό νερό με πίτουρα, που πλένει η μαμή τη λεχώνα την τρίτη ημέρα για να κάνει ωραίο δέρμα, όταν είχε κακοπάθει στον τοκετό από δυστοκία.

**πλακούντας, ο**, το ύστερο, το καταπόδι, ο πλακούς, το συντρόφι, το λεφτέρι.

**πλατάρωμα, το**, το πιάσιμο της πλάτης από ψύξη, η μυοσίτις, η μυαλγία, ιδίως της λεχώνας. Η μαμή την τρίβει με αλοιφή από βούτυρο, μέλι ακι ριγανόλαδο.

**πλυσίδια, τα**, τα έμμηνα της γυναίκας.

**πλυσίματα, τα**, το λούσιμο του νεογνού από τη μαμή την τρίτη ημέρα από της γεννήσεως.

**πνίχτρα, η** ο επιλόχειος πυρετός.

**πογονίγια, τα**, ή απογόνια, ή εστίαση στη γέννηση πρωτοτόκου τέκνου και η μετά τον τοκετό εβδομάδα. Δίνουν ευχές: "καλά σαράντα και πάντα με γιούς" ή "και σε σερνικά να δώσ' ο Θεός".

**ποδοκόπι, το**, η πληρωμή του μαμογιατρού.

**ποδολόγα, η**, η στοίβα από πανιά που βάζει η μαμή στο περίναιο της επιτόκου κατά την εξώθηση στον τοκετό, για να έρχεται το παιδί προς τα εμπρός (προστατεύει από ρήξη του περιναίου) και είναι εργαλείο της μαμής (ημικύκλειο από πανιά).

**ποδολογάκι, το**, τεμάχιο υφάσματος που τοποθετούν επάνω στον αφαλό μετά το αφαλόκομα.

**πύζηλη, η**, η λεχώνα την πρώτη ημέρα από τον τοκετό.

**πύζηλο, το**, το νεογέννητο βρέφος. Είναι επίζηλο, γι' αυτό δεν το αφήνουν ποτέ μόνο του.

**ποθοπλάνταχτη, η**, η ψυχή και η καρδιά της νέας κοπέλας, όταν είναι σε ώρα γάμου.

**πολύγονη, η**, η πολύτεκνη, η πολύτοκη, η καρπερή μάνα.

**πολυγόνια, τα**, τα κουφέτα, το σηςάμι και οι ξηροί καρποί που δίνουν στη νύφη, όταν εισέλθει στο σπίτι του γαμπρού για να πολυτεκνίσει. Λέγονται και πολύγωνα.

**πολυδοντιά, η**, η πολυμελής οικογένεια, η πολυτεκνία.

**Πολύκαρπος, Άγιος**, προστάτης Άγιος των πολυτέκνων μητέρων που παραστέκονται στη μαμή σαν βοηθοί (παραμαμές) σε τοκετό πρωτάρας.

**πολυκίни, το**, η ευκοιλιότης του βρέφους.

**πολύξερη, η**, η γριά μαμή, η μπάμπω. Λέγεται και μαστόρισα.

**πολυπαιδούσα, η**, αυτή που γέννησε πολλά τέκνα, η πολύτεκνη μάνα.

**πολυτάρι, το**, το απολυτάρι. Το πρώτο παιδί που έζησε, ενώ τα υπόλοιπα που γεννιόνταν, πέθαιναν.

**πολυτρίχι, το**, το φυτό αρρενόπτερις η υδροχαρής. Φύεται στα πλάγια υδραγωγείων και υγρών τοίχων. Το δίνει η μαμή και πίνουν το αφέψημά του σαν εμμηνα-

γωγό και για καθαρισμό των λοχείων.

**πομπιωμένη, η, 1)** η ανύπαντρη νέα που έμεινε έγκυος. Τη γύριζαν μαζί με τον εραστή της από σπίτι σε σπίτι και οι μανάδες την έφτυναν και της έλεγαν διάφορα υποτιμητικά λόγια, 2) η μοιχαλίσ. Την πόμπευαν βάζοντάς την καθιστή ανάποδα επάνω σ' ένα γαϊδούρι και την περιέφεραν στο χωριό.

**πονετική, η,** η μαμή και η καλόψυχη γριά-μάννα.

**πονισιά, τα,** οι ωδίνες του τοκετού.

**πονοβύζωμα, το,** η μαστίτις από γαλακτοφοριτίδα.

**πονοπλατισμένο, το,** το νεογνό τις πρώτες 40 ημέρες που έχει κακοπάθει στον τοκετό πρωτάρας, δεν κοιμάται από σπασμό των μυών της ράχης, το θεραπεύει η μαμή με εντριβές και σταυρώματα των άκρων (έλξεις σταυρωτά).

**πόννοι, οι,** οι ωδίνες του τοκετού "την πιάσανε οι πόννοι, θα γεννήσει".

**πόννος, ο, 1)** το άλγος, 2) οι ωδίνες του τοκετού και ο ίδιος ο τοκετός "Πρώτος πόννος" = ο πρώτος τοκετός. 3) η σπληνομεγαλία των παιδιών που πάσχουν από Καλά Αζάρ.

**πονοστρατίζω,** μόλις άρχιζαν οι ωδίνες του τοκετού η μαμή εστράτιζε την επίτοκο (την περπατούσε) μέχρι να σπάσουν τα νερά. Η μαμή κρατώντας την από πίσω έλεγε:

*"Σαν το ποτάμι να διαβεί,  
σαν το νερό να τρέξει".*

**ποιλατίζω,** πράξη της μαμής η οποία κάνει σταυρωτές κινήσεις των χεριών και των ποδιών του νεογνού πριν το πρωτοφασκιστεί για λύση τυχόν μυϊκών σπασμών.

**πορδοκουκιά, η,** χόρτο σαν την κάπαρη. Οι μαμή βράζει τις ρίζες και δίνει να πιούν το ζωμό οι στείρες για να συλλάβουν παιδί.

**πορνικό, το,** νόθο τέκνο από αθέμιτο σχέση, το μπαστάρδικο.

**ποταμός, ο,** ο Ιορδάνης ποταμός. Τον επικαλείται η μαμή στη λοχεία της γυναίκας για να κατεβάσει άφθονο γάλα η λεχώνα.

**πότια, τα,** πριν θηλάσει το βρέφος, η μαμή το ποτίζει με λάδι που έχει μέσα σκόνη από φιδοτόμαρο, σκορπιό, σφαλάγγι, ψύλλους κλπ. βλαβερά έντομα για να μην πονάει, όταν αργότερα το τσιμπήσουν και να μην έχει αναφυλαξία από τα παραπάνω ζωίφια (είδος ενστικτώδους ανοσοποίησης που είχε επινοήσει η μαμή). Μετά τα πότια του έδινε χαμομήλι και την άλλη μέρα η μαμή "το έβαζε στο βυζί της λεχώνας".

**πούλα, η,** η πρωτοκόρη.

**πουλαδέλφι, το,** ή πουλάκη. Το παιδί που πουλήθηκε εικονικά σε άλλη μάννα που ζουν τα παιδιά της από αυτή που της πέθαναν για να ζήσει, σε σχέση με τα δικά της παιδιά.

**πούλημα, το,** η εικονική πώληση του βρέφους σε άλλη μάννα όταν της πρώτης πεθαίνουν τα παιδιά μετά τον τοκετό ή τη λοχεία. Το μεν αγόρι λέγεται πούλος, το δε κορίτσι πουλίτσα.

**πουλιού το γάλα, το,** το στηθάμι της βρασμένης κότας. Είναι το δώρο μιάς μάννας που δεν είχε γάλα στη βυζιάστρα του χωριού για να την τιμήσει, την ημέρα της Αναλήψεως, γιατί αυτή η βυζιάστρα έδωσε τα δικά της στήθη.

**πούλος, ο,** όταν δε ζούνε τα παιδιά μιάς μάννας, αυτή τάξει να πουλήσει εικονικά το νέο βρέφος σε μια πολύτεκνη, της οποίας όλα τα παιδιά ευρίσκονται εν ζωή. Λέγει: "πουλώ το παιδί μου για μιά φέτα ψωμί". Η πολύτεκνη μάννα το μεταπουλούσε πάλι στην ίδια του τη μάννα αντί μικρού τιμήματος, δίνοντας συμβουλές για να ζήσει. Τότε το βαφτίζουν πούλο.

**πουτί, το,** το γυναικείο αιδοίο.

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)



## Παραδόσεις για τη Μητρότητα στην Ελλάδα\*

**Λάζαρος Ε. Βλαδίμηρος**, Μαιευτήρας-Γυναικολόγος.

\* Ομιλία από το "4ο Μεσογειακό Συνέδριο Ψυχοπροφυλακτικής στη Μαιευτική", στις 6 Μαΐου 1995 στην Αθήνα.

Παράδοση είναι η μυθική διήγηση που πλάθει ο λαός και την οποία πιστεύει ως αληθινή. Όσο και αν ακούγεται παράξενο και ίσως ...αντιεπιστημονικό, η παράδοση έχει "ενσωματωθεί" στο γενετικό υλικό του Έλληνα!

Αλίμονο στον Έλληνα ναυτικό, αν τύχει και ανταμώνει στα πέλαγα τη Γοργόνα, την αδελφή του Μεγαλέξαντρου, αν δεν γνωρίζει ποιά απάντηση να δώσει στην ερώτηση αν ζει ο αδελφός της.

Οι βυζαντινές παραδόσεις για το χτίσιμο της Αγια-Σοφιάς και το Μαρμαρωμένο βασιλιά, ηχούν ακόμα ζωντανές σε κάθε ελληνική ψυχή. Ο βυζαντινός δικέφαλος αετός ζει ακόμα στις εκκλησίες και τα μοναστήρια μας.

Ο γενάρχης της Ιατρικής, ο Κένταυρος Χείρων, ζει ακόμα στα πανέμορφα δάση του Πηλίου. Όποιος πάει εκεί, θα τον συναντήσει σε κάποια πλαγιά να μαζεύει θεραπευτικά βοτάνια. Θα τον συναντήσει, βέβαια, φτάνει να έχει ανοιχτά τα μάτια της ψυχής του, γιατί όπως ειπώθηκε από τους αρχαίους Έλληνες: "οφθαλμός ορά, αλλά νούς βλέπει".

Παράδοση, όμως, θεωρούμε και κάθε πράξη ή ενέργεια, που πέρασε στη ζωή μας και επικράτησε με τη μορφή του εθίμου ή της τελετουργίας. Όποιος μελετήσει την πλούσια λαογραφία μας, θα διαπιστώσει ότι οι ρίζες των παραδόσεών μας βρίσκονται σε μεγάλο ποσοστό μέσα

στις μυθικές διηγήσεις της αρχαίας Ελλάδας και του Βυζαντίου. Αυτό ισχύει όχι μόνο για τα διάφορα δρώμενα, αλλά ακόμα και στη χρήση συμβόλων ή αντικειμένων.

Είναι ευνόητο, ότι παράδοση αρκετών χιλιετηρίδων δεν είναι δυνατό να εξαντληθεί με μια σύντομη εισήγηση. Ελπίζω ότι η αυθαίρετη επιλογή παραδόσεων, ενώ είναι αναπόφευκτα ελλιπής, δεν θα είναι πληκτική.

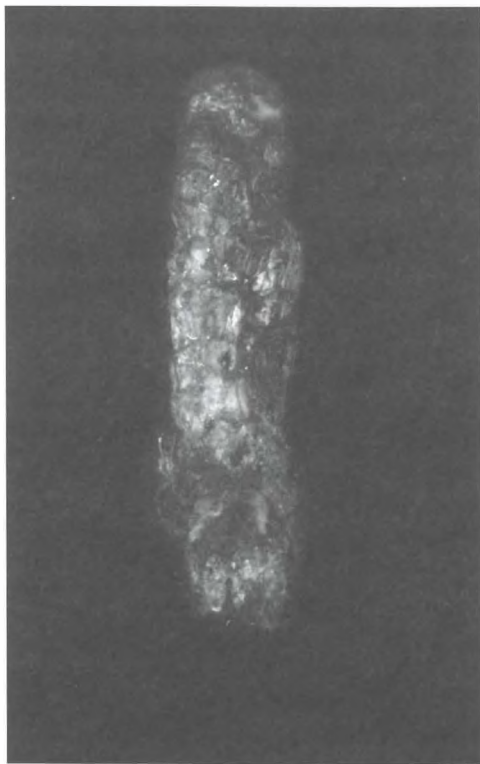
Είναι αρκετά γνωστές οι μυθικές διηγήσεις για τη γέννηση της Αθηνάς από το κεφάλι του Δία, ο τοκετός του Διονύσου από τη Σεμέλη και στη συνέχεια η γέννησή του από το μηρό του Δία, η μυθική γέννηση του Ασκληπιού από την Κορωνίδα κ.ά.

Ας σταθούμε για λίγο στον πρώτο τοκετό της Μυθολογίας μας, ο οποίος διενεργήθηκε από άτομο "εξειδικευμένο", όπως θα λέγαμε σήμερα, τον τοκετό δηλαδή της Λητώς από τη μαία Ειλείθια ή Ελευθώ, κατά μια άλλη ονομασία.

Κυνηγημένη η Λητώ από τη ζηλόφθονη Ήρα, δεν εύρισκε τόπο να σταθεί, για να γεννήσει. Τελικά, την επίτοκο δέχτηκε το νησί Δήλος, αλλά και πάλι ο τοκετός δεν έγινε, παρά τις φροντίδες που πρόσφεραν οι θεές του Ολύμπου. Η Ήρα είχε φροντίσει να κρατήσει μαζί της, στον Όλυμπο, τη μαία Ελευθώ. Τελικά, οι θεές κατόρθωσαν αργότερα να στείλουν την

Ελευθώ στη Δήλο και μόνο τότε διενεργήθηκε ο τοκετός. Η μαία τα κατάφερε πολύ καλά και ο δύσκολος τοκετός είχε αίσιο πέρας.

Από τα μυθικά ακόμα χρόνια αποδεικνύεται ότι δεν αρκεί πάντα η καλή διάθεση της ομάδας, χρειάζεται και ο "ειδικός". Από τη Μινωϊκή εποχή έχουμε ιερά της θεάς Ειλείθειας, όπως το ιερό σπήλαιο της Κρήτης (Εικ. 1), το οποίο αναφέρει και ο Όμηρος. Ένας σταλακτίτης έχει λειανθεί από αμέτρητα χέρια, ικεσία προς τη θεότητα για ομαλή έκβαση του



**Εικόνα 1.** Το ιερό σπήλαιο της Ειλείθειας στην Αμνισό της Κρήτης. Η φωτογραφία δημοσιεύεται για πρώτη φορά. Η συνεργάτιδα μαία, κ. Ρένα Βουγιουκαλάκη-Θεοδοσοπούλου, μου την παραχώρησε και την ευχαριστώ θερμά και από τη θέση αυτή.

τοκετού. Σε όλο τον ελληνικό χώρο, η Ειλείθεια ή Ελευθώ λατρευόταν και με τη μορφή της Ήρας ή της Άρτεμης.

Στην ελληνική γλώσσα ο τοκετός λέγεται και "λευτεριά". Η γυναίκα λευτερώνεται. "Καλή λευτεριά" εύχονται στην επίτοκο. Όπως επισημαίνουν όλοι οι λαογράφοι μας, και στην αρχαία Ελλάδα χρησιμοποιούσαν τη λέξη "ελευθερώνομαι" για τον αίσιο τοκετό και αποκαλούσαν τις ευχαριστίες τους προς τη θεότητα "ελευθέρια".

Η Ειλείθεια, που κατά την αρχαιότητα λευτέρωνε τις γυναίκες, αργότερα απέκτησε και το χριστιανικό της ομόλογο Άγιο, τον Άγιο Ελευθέριο. Ο Άγιος Ελευθέριος αποτελεί χαρακτηριστική περίπτωση Αγίου, ο οποίος μόνο από το όνομά του έχει περάσει στη λαϊκή δοξασία και τις παραδόσεις ως προστάτης των επιτόκων, χωρίς τα συναξαρστικά στοιχεία να προβάλλουν τέτοια αντίληψη.

Στην ορθόδοξη παράδοση, προστάτης των εγκύων δεν είναι μόνο ο Άγιος Ελευθέριος. Κυρίαρχη μορφή παραμένει η Θεοτόκος. Δίπλα από τη Μητρόπολη των Αθηνών βρίσκεται ένα μικρό εκκλησάκι, αφιερωμένο στον Άγιο Ελευθέριο.

Ο ναός παλαιότερα ήταν αφιερωμένος στην Παναγία την "Αθηνιώτισσα" ή "Γοργοεπήκοο". Ο μικρός και ιδιαίτερα κομψός ναός χτίστηκε στα ερείπια αρχαίου ναού, αφιερωμένου κατά την παράδοση στη θεά Ειλείθεια. Από τα πολλά επώνυμα της Αθηνάς, προστάτιδας θεάς της αρχαίας Αθήνας, ήταν και τα "Γοργώ" και "Θεά, κόρη επήκοος".

Οι αναπόφευκτοι ηχητικοί και νοηματικοί συνειρμοί, μας οδηγούν να κατανοήσουμε την αδιάσπαστη από το χρόνο συνέχεια της παράδοσης στο χώρο μας, αλλά και πόσο βαθιές είναι οι ρίζες της πίστης μας.

Η εγκυμοσύνη, η προσδοκία δηλαδή για

τη νέα ζωή –κατάσταση χαράς αλλά και αγωνίας για την καλή έκβαση– καλύφθηκε από τα πανάρχαια χρόνια με πλήθος παραδόσεις, θρησκευτικές εντολές, μαγικές ιεροτελεστιές, προλήψεις, τελετουργικές πράξεις, ήθη και έθιμα, που όλα στοχεύουν στο αίσιο τέλος.

Η οικογένεια και ο κοινωνικός περίγυρος περιβάλλουν την έγκυο με αμέτρητες συμβουλές και τελετουργικά, άλλοτε, απόσταγμα της λαϊκής σοφίας και δημόσιους ιατρικής και άλλοτε, κατάλοιπα δεισιδαιμονιών και μαγικών αντιλήψεων.

Σε όλη την Ελλάδα συναντάμε την απαγόρευση στην έγκυο να παρακολουθεί κηδείες ή να ακούει δυσάρεστα γεγονότα, φροντίδα που αποσκοπεί στη διατήρηση της ηρεμίας της. Η απαγόρευση στην έγκυο να παραβρίσκεται σε τοκετό, αποσκοπεί και αυτή στο να διατηρήσει την απαραίτητη ηρεμία και ψυχοσωματική νηφαλιότητά της.

Η ιδιαίτερα διαδομένη αντίληψη, ακόμα και στις μέρες μας, ότι η έγκυος πρέπει να γεύεται κάθε “επιθυμία” της ή “μυρωδιά”, αλλιώς κινδυνεύει με κακό ή ίδια ή το παιδί της, αντανakλά στη σοφή λαϊκή θέση ότι η έγκυος πρέπει να νιώθει ότι αποτελεί το κέντρο του ενδιαφέροντος για το περιβάλλον της, ώστε να τονωθεί η ψυχολογική της κατάσταση. Παράλληλα, δίνεται η ευκαιρία στη μικρή κοινωνία του χωριού ή της γειτονιάς να συμβάλει, στο μέτρο του δυνατού, στην καλύτερη διατροφή της εγκύου. Με τον τρόπο αυτό τονώνεται η έγκυος όχι μόνο διαιτητικά, αλλά και με θετικά συναισθήματα από την αγάπη, το ενδιαφέρον και την αλληλοβοήθεια της κοινότητας προς το άτομό της, στοιχεία απαραίτητα για την ψυχολογική της υποστήριξη.

Για την ψυχική προετοιμασία της επιτόκου συμβάλανε και πλήθος άλλων παραδοσιακών ενεργειών, όπως η χρήση

αποτρεπτικών του ματιάσματος και της βασκανίας, τα ξόρκια, οι γητειές, οι μαγικές επικλήσεις και άλλα κατάλοιπα της εποχής, όπου ο άνθρωπος προσπαθούσε να ερμηνεύσει και να αντιμετωπίσει τα φαινόμενα, που του προκαλούσαν δέος και φόβο, με τη μαγεία και τη μεταφυσική. Από τα παραπάνω, μόνο η χρήση των αντιβασκανικών περιλάπτων παραμένει σήμερα αρκετά συχνή.

Για την προστασία των εγκύων οι αρχαίοι Έλληνες πρόσβλεπαν στην Αθηνά, την Ήρα, την Άρτεμη, την Ελευθώ. Οι σύγχρονοι Έλληνες έχουν κυρίως την Παναγία και τον Άγιο Ελευθέριο. Στις 15 Δεκεμβρίου, ημέρα εορτής του Αγίου, υπάρχει η παράδοση να μην εργάζονται οι έγκυες και να τιμούν τη μνήμη του με εκκλησιασμό. Η παράδοση επιβιώνει σε μεγάλο ποσοστό και στις μέρες μας.

Τα τάματα, αναθήματα ή αφιερώματα είναι μια από τις πιο ισχυρές παραδόσεις σε όλο τον Ελλαδικό χώρο. Διατηρούν μια διαχρονική τελετουργία, η οποία παραμένει ουσιαστικά αναλλοίωτη στους αιώνες.

Στον αρχαίο ελληνικό κόσμο τα αναθήματα στους ναούς ήταν ευρύτατα διαδομένη συνήθεια, όπως ακριβώς και στην εποχή μας. Ιδιαίτερα, τα αναθήματα σε ιατρικές ή ιαματικές θεότητες, αποτελούν το πλέον πολυάριθμο εύρημα σε κάθε αρχαιολογική ανασκαφή. Αρκετά από αυτά σχετίζονται με τη μητρότητα. Αποτελούν ευχαριστήρια προσφορά για την ευτυχή έκβαση του τοκετού ή αφορούν επιθυμία για απόκτηση τέκνου. Ακόμη και η απεικόνιση διατηρεί, σε πολλές περιπτώσεις, τα ίδια πρότυπα (Εικ. 2α και 2β).

Από τα βάθη της αρχαιότητας ως τις μέρες μας, συνεχίζεται η παράδοση και ίσως είναι η μοναδική που επιβιώνει αυτούσια, δείγμα της βαθιάς θρησκευτι-



**Εικόνες 2α και 2β.** Εικοσιπέντε αιώνες χωρίζουν τα δύο αφιερώματα. Αριστερά, πήλινο που βρέθηκε στο Ασκληπιείο της Κω και δεξιά, μεταλλικό των αρχών του αιώνα.

κότητας του Έλληνα.

Η διαδικασία του τοκετού είχε περιβληθεί στο παρελθόν με αμέτρητες εθιμικές πράξεις, τελετουργίες και παραδοσιακές ενέργειες, που σήμερα, η πλήρης καταγραφή τους σε όλη τη διαχρονική και γεωγραφική τους ποικιλία, είναι σχεδόν ανέφικτη.

Από την επιλογή του κατάλληλου προσώπου για την πρόσκληση της μαμής, το οποίο έπρεπε να έχει χαρακτήρα ...απότοτομο, για να τελεστεί γρήγορα ο τοκετός, ως την παράδοση του νεογνού στη μητέρα του, μεσολαβούσαν πολυάριθμες παραδοσιακές πράξεις, μείγμα λαϊκής ιατρικής, δεισιδαιμονιών και εθίμων.

Η πρώτη ενέργεια της μαμής, πριν από τον τοκετό, ήταν να ξεκλειδώσει όλες τις κλειδαριές του σπιτιού και να λύσει ό,τι ήταν δεμένο ή πλεγμένο.

Η ενέργεια αυτή, που αποτελεί μορφή ομοιοπαθητικής μαγείας, είχε την καταβολή της στην ελληνική μυθολογία. Η Ήρα εμπόδιζε τον τοκετό της Αλκμήνης, μητέρας του Ηρακλή, γιατί με εντολή της η Ειλείθια και οι Μοίρες είχαν δεμένα και πλεγμένα τα χέρια τους. Όταν, μετά από ένα έξυπνο τέχνασμα, ξαφνιάστηκαν και έλυσαν τα χέρια τους, γεννήθηκε ο Ηρακλής.

Η μαμή, πρόσωπο αξιοσέβαστο στη μικρή κοινωνία του χωριού ή της πόλης,

περισσότερο συνέβαλε, κατά το παρελθόν, στην πιστή τέλεση των σχετικών εθιμικών και παραδοσιακών πράξεων κατά τη διάρκεια της διαδικασίας του τοκετού και λιγότερο στην εξέλιξή του.

Η ουσιαστική συμβολή της μαμής ήταν στην ομφαλοτομία και την περιποίηση του νεογέννητου, φροντίζοντας για την καθαριότητα των ματιών, το παραδοσιακό πλύσιμο, το αλάτισμα και το σπαργάνωμα. Ειδικά, το αλάτισμα του νεογέννητου (Εικ. 3) –πράξη η οποία στο πέρασμα των αιώνων προσέλαβε τελετουργικό χαρακτήρα με συμβολικές και μεταφορικές προεκτάσεις– προέρχεται από την αρχαιοελληνική χρήση του αλατιού ως αντισηπτικού. Από την εποχή του Ιπποκράτη, η χρήση του για αντισηψία, όπως και το θειάφι, το νίτρο, ο χαλκός και άλλες ουσίες, ήταν αρκετά διαδομένη.

Το σπαργάνωμα, οι φασκίες, είναι άλλη μια παραδοσιακή συνήθεια, που κατάγε-

ται από την αρχαία Ελλάδα. Στην αρχαιότητα τη θεωρούσαν άριστη υγιεινή συνήθεια. Με το θέμα ασχολήθηκε ο κορυφαίος γυναικολόγος και μαιευτήρας της αρχαιότητας, Σωρανός ο Εφέσιος. Με την πάροδο των αιώνων έγινε τελετουργική παραδοσιακή πρακτική.

Το πρώτο σπαργάνωμα, όπως και το πρώτο λουτρό του παιδιού, το εκτελούσε η μαμή. Το έθιμο ίσχυε και στη Βυζαντινή εποχή (Εικ. 4). Η παραδοσιακή συνήθεια του σπαργάνωματος των νεογνών παρέμεινε σε πολλές περιοχές της χώρας μας ως τα μέσα του αιώνα.

Η φροντίδα του νεογέννητου συμπληρωνόταν με τον ειδικό αντιβασκανικό κεφαλόδεσμο, το “τσεμπεράκι”. Διακοσμημένα με διάφορα σύμβολα, όπως ο σταυρός, το δέντρο της ζωής, ο δικέφαλος αετός, η ροδιά κ.ά., πολλά από τα τσεμπεράκια αποτελούν θαυμάσια δείγματα λαϊκής χειροτεχνίας. Σημερινό κατάλοιπο



**Εικόνα 3.** Τοκετός στην Κίμωλο το 18ο αιώνα. Χαλκογραφία από το περιηγητικό χρονικό του φλογερού Γάλλου φιλέλληνα *Sonnini de Manoncourt* (1751-1812).



**Εικόνα 4.** Βυζαντινή εικόνα της Γέννησης. Εικονίζεται το παραδοσιακό σπαργάνωμα. Κάτω δεξιά, η μαία επιμελείται το πρώτο λουτρό του νεογέννητου.

αποτελεί ο ειδικός κεφαλόδεσμος-σκουφάκι, που χρησιμοποιείται στις βαπτίσεις κατά την ένδυση του παιδιού.

Από τις πιο διαδομένες παραδόσεις στον Ελλαδικό χώρο σχετικά με την εγκυμοσύνη και γενικότερα την προφύλαξη της εγκύου και της λεχωίδας από κακοποιές δυνάμεις, αποτελεί η παράδοση για τις νεραίδες. Οι νεραίδες παριστούν τη νεοελληνική εκδοχή των αρχαίων Νυμφών. Στην αρχαιότητα οι Νύμφες αντιπροσώπευαν τις παραγωγικές και ευεργετικές δυνάμεις της φύσης. Δυνάμεις, όμως, οι οποίες προκαλούσαν κάποτε και αρκε-

τά δεινά. Έτσι, για τη μητέρα και το νεογέννητο, άλλοτε οι νεραίδες ήταν ευεργετικές και θεραπευτικές και άλλοτε εχθρικές και καταστροφικές, όπως και η ίδια η φύση.

Σε πολλά μέρη της Ελλάδας, όταν αρρώστανε το παιδί, η μητέρα έκανε προσφορές και επικλήσεις προς τις νεραίδες λέγοντας: *“Καλημέρα σας, καλές αρχόντισσες. Φάτε τα κουλουράκια και γιάνετε το παιδί μου”*. Η προσφώνηση *“καλές αρχόντισσες”* και *“καλές νεραίδες”* υπενθυμίζει την προσφώνηση των αρχαίων Νυμφών, σύμφωνα με αρχαία επιγραφή: *“Το παν υγιήνετε, νύμφαι καλαί”*.

Στις περισσότερες, όμως, περιπτώσεις, οι νεραίδες αποτελούσαν κίνδυνο για την έγκυο, γιατί προσπαθούσαν να την καταστρέψουν κατά τον τοκετό και τη λοχεία. Ο μεγάλος κίνδυνος ήταν η απαγωγή του νεογέννητου από τις νεραίδες. Το παιδί οι νεραίδες δεν το σκότωναν, αλλά το ανταλλάσσανε με κάποιο δικό τους παιδί, το *“νεραϊδόπαιδο”*.

Οι δοξασίες αυτές αντανakλούσαν το φόβο μιας πιθανής μελλοντικής ψυχοπάθειας του παιδιού και αποτελούσαν μια πρωτόγονη προσπάθεια ερμηνείας της ψυχικής νόσου. Έτσι, αν κάποιο παιδί εμφάνιζε αργότερα ψυχική νόσο στη ζωή του, τότε ο λαός πίστευε ότι αποτελούσε προϊόν ανταλλαγής από τις νεραίδες με κάποιο νεραϊδόπαιδο. Το παιδί αυτό το αποκαλούσαν *“νεραϊδοπαρμένο”*.

Βασικός τόπος, όπου δρούσαν οι νεραίδες, ήταν τα σταυροδρόμια και ιδιαίτερα τα τρίστρατα. Η έγκυος απόφευγε τα μέρη αυτά. Η σύνδεση αυτής της παράδοσης με την αρχαιοελληνική θεά των τριόδων, Εκάτη, είναι καταφανής. Αξιοσημείωτο, που πρέπει να τονιστεί, είναι ότι η Εκάτη κατά την αρχαιότητα συνδεόταν και συγγεόταν με την Άρτεμη, την Ειλείθυια και τις Γενετυλλίδες, θεότητες,

που είχαν συνδεθεί με την προστασία της εγκύου. Η Εκάτη, ως χθόνια θεότητα προκαλούσε και στους αρχαίους Έλληνες τρόμο και με διάφορες προσφορές φρόντιζαν να την εξευμενίζουν.

Από την εμφάνιση του ανθρώπου στη γή ως την εποχή μας, ο μητρικός θηλασμός ήταν η μοναδική πηγή ζωής για το νεογέννητο. Άπειρες παραδόσεις, τελετουργικές πράξεις, φυλαχτά, τάματα, επωδές, έθιμα και θρησκευτικά δρώμενα σχετίζονται με την προσπάθεια της Ελληνίδας μάνας να πετύχει καλή και άφθονη γαλακτόρροια για την επιβίωση του παιδιού της.

Όπως όλοι οι αρχαίοι λαοί έτσι και οι Έλληνες απέδωσαν λατρευτική σημασία στη γαλουχία. Οι αρχαίοι Έλληνες, όμως, εκτός από τη βιολογική και θρεπτική αξία του μητρικού θηλασμού, κατανόησαν και την ευεργετική του επίδραση στην ομαλή ψυχοσωματική ανάπτυξη του παιδιού.

Ο Πλούταρχος, στο βιβλίο του "Περί παιδων αγωγής", εκτός από την προτροπή στις μητέρες να θηλάζουν τα παιδιά τους, τονίζει το στενό ψυχοσωματικό δεσμό που ανπτύσσεται μεταξύ της μητέρας και του παιδιού, με αμφίδρομα ευεργετικά αποτελέσματα τόσο στο ψυχικό, όσο και στο σωματικό επίπεδο.

Με βάση αυτό το θεωρητικό υπόβαθρο γίνεται εύκολα κατανοητό, γιατί ο μητρικός θηλασμός στον ευρύτερο Ελλαδικό χώρο κατά την αρχαιότητα, αλλά και κατά τους βυζαντινούς και νεότερους χρόνους, από απλή βιολογική λειτουργία έγινε σημαντικός κοινωνικός θεσμός.

Η θηλάζουσα, εκτός από την υλική βοήθεια της οικογένειας είχε και την προστασία και ενθάρρυνση του κοινωνικού περιγυρου. Η άρνηση ή η αποστροφή για το μητρικό θηλασμό θεωρείτο κολάσιμη πράξη και αποτελούσε κοινωνικό στίγμα και απαράδεκτη αντικοινωνική ενέργεια.

Στην Αττική, την Κύπρο, την Καππαδοκία, την Κρήτη και αλλού, υπάρχουν εικονογραφήσεις σε βυζαντινούς ναούς, όπου η "μη θηλάζουσα", όπως και η "μη θηλάζουσα τα ξένα νήπια" (Εικ. 5), τιμωρείται με την αιώνια Κόλαση.

Στη λαϊκή μας παράδοση, το μητρικό γάλα είναι τόσο ιερό όσο και η Θεία Μετάληψη. Δεν πρέπει να πέσει κάτω και, αν πέσει, να μην πατηθεί. Πολυάριθμες εκκλησίες του ελληνικού χώρου, από τα Ιόνια νησιά ως την Κύπρο και από τον Πόντο ως την Κρήτη, είναι αφιερωμένες στη Θεοτόκο, με επιθετικό προσδιορισμό σχετικό με τη γαλουχία. "Γαλακτοφορούσα",



**Εικόνα 5.** "Η μη θηλάζουσα τα νήπια". Βυζαντινή εικονογράφηση σε εκκλησία της Κρήτης.

“Γαλατούσα”, “Γαλατού”, “Γλυκογαλούσα”, “Βυζοπονούσα”, “Χρυσογαλατού”, “Χρυσογαλακτούσα”, “Χρυσορωγιάτισσα”, “Αγιογαλούσα”, είναι μερικά από τα επίθετα της Παναγίας. Η Ελληνίδα μάνα ζητάει από την Παναγία βοήθεια, για να θρέψει το παιδί της:

*“Του Καρτεράδου Παναγιά,  
μάνα Γλυκογαλούσα,  
π’ όλες οι μάνες του νησιού  
παρηγοριά σ’ έχουν,  
φύλαγε τα πιδάκια μας,  
που σένα απαντέχουν”,*

αναφέρει λαϊκό δίστιχο της Σαντορίνης. Σύμφωνα με τη λαϊκή αντίληψη, ο θηλασμός είναι ισοδύναμος με τον τοκετό για την επιβεβαίωση της μητρότητας:



**Εικόνα 6.** “Της Παναγιάς το χορτάρι”.

*“Αν δεν κάτσει πα’ στο σελλίν,  
την γην να βρέξει γαίμαν,  
τζει το μωρόν αν δεν φάει γάλαν  
‘που το βυζίν της, δεν θεωρείται  
μάνα του, μήτε τζείνον παιδίν της”,*  
αναφέρει ποίημα από την Κύπρο.

Τα διάφορα φυλαχτά, οι γητειές για το στήθος, τα τάματα, τα γαλακτοπαραγωγά βοτάνια, η χρήση αγιάσματος ή λαδιού από τις εκκλησίες, τα αποτρεπτικά του ματιάσματος, τα περιάπτα της βασκανίας και οι λαϊκές δοξασίες για το θηλασμό, απηχούν την προσπάθεια της Ελληνίδας μάνας να κρατήσει γαλακτοπαραγωγό το μαστό της, για να εξασφαλιστεί η επιβίωση του νεογέννητου. Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι για τις περισσότερες περιοχές της πατρίδας μας, η τεχνητή διατροφή του νεογέννητου έγινε προσιτή από τα μέσα του αιώνα μας και μετά.

Η παράδοσή μας σχετικά με τη μητρότητα, είναι ένας τεράστιος ανθώνας με πανέμορφα και πολυάριθμα άνθη. Επειδή στον περιορισμένο χρόνο μιας εισήγησης δεν ήταν δυνατό να σας τα παρουσιάσω, για να τα χαρείτε όλα, γιαυτό διάλεξα μερικά από αυτά. Ελπίζω να μου συγχωρήσετε την αυθαίρετη επιλογή.

Η τελευταία εικόνα (Εικ. 6) που παρουσιάζει ένα άνθος, δεν τοποθετήθηκε για να κλείσει ευχάριστα η ομιλία, ούτε αποτελεί νοηματικό συνειρμό, επειδή παρομοίωσα την πλούσια παράδοσή μας με ανθώνα. Η εικόνα παρουσιάζει το φυτό που φέρει το επιστημονικό όνομα “*teucrium polium*” και που ο λαός αποκαλεί “άγριο αμάρανθο”, “της αγάπης το βοτάνι”, “λαγοτσιμιθιά”, “της Κυράς το χόρτο”, “της Παναγιάς το χορτάρι”, “Παναγιόχορτο”. Σύμφωνα με την παράδοση, το άγγιξε η Παναγία όταν γεννούσε. Τα παλιά χρόνια, το κρατούσαν ή το έβαζαν στο προσκέφαλό τους οι γυναίκες, όταν γεννούσαν.



## 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 συνεννοήσεως 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 Σύntαξη του “ΕΛΕΥΘΩ”

### ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΤΩΝ Σ.Ε.Μ.

### Αγαπητοί Συνάδελφοι,

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

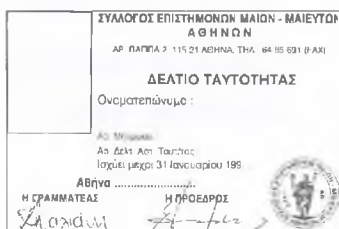
**β)** Εν όψει υπηρεσιακών ελέγχων της Υγειονομικής Υπηρεσίας της Νομαρχίας, στην οποία ανήκει ο χώρος που εργάζεσθε, θα θέλαμε να είσθε καθ' όλα εντάξει στις υποχρεώσεις σας απέναντι στο Σύλλογο, ώστε να μη βρεθούμε στην ανάγκη να επικαλεσθούμε τα προβλεπόμενα από το Νόμο.

Ελπίζουμε στη συνεργασία σας για το συμφέρον του Κλάδου.

Για το Δ.Σ.

Η Πρόεδρος  
**ΕΛΕΝΗ ΣΑΜΑΡΙΤΑΚΗ**

Η Γραμματέας  
**ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ ΔΑΛΙΑΝΗ**

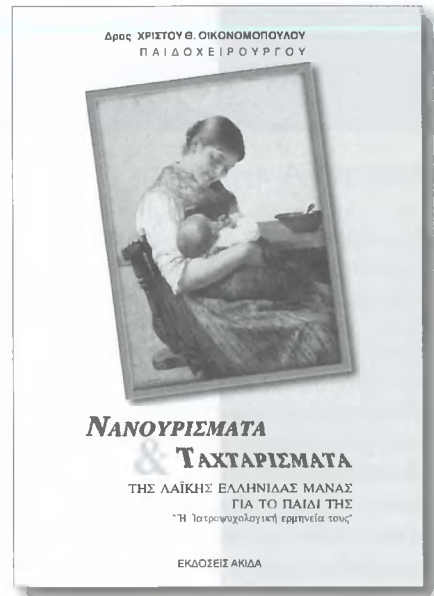


Συνάδελφοι,

Όπως ήδη έχετε διαβάσει σε προηγούμενα τεύχη του "ΕΛΕΥΘΩ", κυκλοφόρησε από τις Εκδόσεις "ΑΚΙΔΑ" Α. ΜΑΚΡΗ και για λογαριασμό του Συλλόγου μας το βιβλίο:

**"ΝΑΝΟΥΡΙΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΤΑΧΤΑΡΙΣΜΑΤΑ  
ΤΗΣ ΛΑΪΚΗΣ ΕΛΛΗΝΙΔΑΣ ΜΑΝΑΣ  
ΓΙΑ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΤΗΣ"**

του Παιδοχειρουργού-Συγγραφέα Δρος Χρίστου Θ. Οικονομόπουλου. Η έκδοσή του έχει μεγάλη πολιτιστική αξία και αναβιώνει την παράδοσή μας. Έχει άμεση σχέση με το επάγγελμά μας και με παραστατικότητα και σοφία μάς δίνει εικόνες του παρελθόντος, που ευχόμαστε να τις ξαναζήσουμε στο μέλλον. Για τους συνάδελφους, η τιμή πωλήσεώς του έχει ορισθεί στις 3.000 δρχ. και οι εισπράξεις θα ενισχύουν το ταμείο του Συλλόγου μας, με την προοπτική να πραγματοποιηθούν και άλλες αξιόλογες όπως αυτή εκδόσεις.



*Το Διοικητικό Συμβούλιο  
του Συλλόγου Επιστημόνων  
Μαιών-Μαιευτών Αθηνών  
σας εύχεται  
Καλό Πάσχα  
και καλή αντάμωση  
τον Ιούνιο στην Αθήνα,  
στο 8ο Πανελλήνιο  
Συνεδριό μας.*



*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;**

Το δέρμα των νεογέννητων είναι πολύ ευαίσθητο, γι' αυτό πρέπει να το διατηρείτε όσο πιο στεγνό μπορείτε.

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

Το υγιές δέρμα ξεκινά από το στεγνό δέρμα. Δερματολογικές έρευνες έδειξαν πως μια στεγνή πάνα που κρατάει τα ούρα μακριά από το δέρμα του μωρού, βοηθά στην πρόληψη συγκαυμάτων και ερεθισμών.



**3. Τι πρέπει να προσέξω σε μια πάνα ώστε να προστατεύσω καλύτερα το δερματάκι του μωρού μου;**

Χρειάζεστε τη στεγνότερη πάνα ώστε να εμποδίζει την υγρασία να φτάνει στο δερματάκι του μωρού σας, ακόμα και στις περιπτώσεις που ασκείται πίεση πάνω σ' αυτήν.

**4. Ποια πάνα να επιλέξω για το μωρό μου;**

**Pampers!** Δεν υπάρχει στεγνότερη πάνα. Γιατί εκτός από το Extra Unisex προστατευτικό της κάλυμμα, περιέχει έναν υπερ-απορροφητικό πυρήνα που αιχμαλωτίζει πραγματικά την υγρασία. Και είναι η μόνη πάνα που διαθέτει μια απαλή, τρυφερή λωσιόν που δρα σαν αόρατο προστατευτικό στρώμα στο δερματάκι του μωρού σας. Επίσης, διαθέτει απαλή εξωτερική επένδυση που «αναπνέει» αφήνοντας τον αέρα να φτάνει στο δέρμα. Με λίγα λόγια, δεν υπάρχει καλύτερη πάνα που να βοηθάει το δέρμα του μωρού σας να διατηρείται υγιές!



Επόμενη καλύτερη πάνα

Pampers

Χρησιμοποιώντας ένα γυάλινο μπολ, 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 η υγρασία δεν επιστρέφει σχεδόν καθόλου.

*Μια απλή απάντηση.*



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



Μαζί, σε φροντίζουν  
σαν τη μαμά με τον μπαμπά!



Με βρεφική λοσιόν  
Με λοσιόν καθαρισμού



### Πάνες και μωρομάντηλα Pampers:

Ο ιδανικότερος συνδυασμός προστασίας και φροντίδας του βρεφικού δέρματος. Η απαλή, τρυφερή λοσιόν που περιέχεται στα μωρομάντηλα Pampers, σε συνδυασμό με τις λωρίδες βρεφικής λοσιόν που μόνο οι πάνες Pampers διαθέτουν, βοηθούν μοναδικά το ευαίσθητο δερματάκι του μωρού σας να παραμένει πάντα λείο και απαλό.

