



Μητρικός Θηλασμός Νέα απ' όλο τον Κόσμο

Ο θηλασμός του παιδιού με γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση (Συνέχεια)*

Μετάφραση: **Φλωρεντία Χρυσικού**

Επιμέλεια: **Πηνελόπη Καραγκούνη, Φλωρεντία Χρυσικού**

*Αυτή η εργασία είναι μετάφραση του φυλλαδίου No 15 (February 1999) **"Breastfeeding the baby with reflux"** της Laura C. Barnby – copyright ©La League International, Inc.

Το παιδί που διστάζει να θηλάσει

Γενικά, η γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση προκαλεί πόνο όταν το παιδί θηλάζει. Δεν προκαλεί έκπληξη, λοιπόν, το γεγονός, ότι ορισμένα παιδιά που πάσχουν από παλινδρόμηση, συχνά αρνούνται να φάνε. Υπάρχουν πολλοί τρόποι για να καταφέρετε ένα παιδί να θηλάσει. Μερικοί από αυτούς είναι:

- Το πρώτο βήμα είναι να το καθυστερήσετε και να το ηρεμήσετε όσο το δυνατό περισσότερο. Μπορείτε να ξεκινήσετε βρίσκοντας ένα χώρο στον οποίο δεν υπάρχουν περισπασμοί, π.χ. ένα ήσυχο δωμάτιο με χαμηλό φωτισμό.

- Δώστε στο παιδί σας πολύ δερματική επαφή αγκαλιάζοντάς το συχνά. Αφήστε το με την πάνα του και βγάλτε την μπλούζα σας καθώς το θηλάζετε. Το παιδί μπορεί να ανταποκριθεί θετικά σ' αυτή

την επιπλέον επαφή και ζεστασιά.

- Προσπαθήστε να θηλάσετε το παιδί όταν είναι νυσταγμένο, τις ώρες του ύπνου κατά τη διάρκεια της ημέρας και όταν το πάτε για ύπνο τη νύχτα. Ακόμη, μπορείτε να το θηλάσετε καθώς κοιμάται. Πολλά βρέφη με παλινδρόμηση θηλάζουν καλύτερα όταν κοιμούνται, γιατί φαίνεται ότι η παλινδρόμηση δεν τα ενοχλεί τόσο στον ύπνο τους. (Τα παιδιά που τρέφονται με ξένο γάλα, έχουν συνήθως εντονότερο πρόβλημα παλινδρόμησης στη διάρκεια της νύχτας).

- Μάθετε να θηλάζετε σε διάφορες στάσεις. Η ξαπλωτή στάση είναι πολύ καλή, όταν θέλετε να θηλάσετε το παιδί σας που είναι νυσταγμένο. Μ' αυτό τον τρόπο μπορείτε να κοιμηθείτε και εσείς λίγο παραπάνω.

- Σε ορισμένα βρέφη αρέσει να θηλάζουν, ενώ η μητέρα τους στέκεται όρθια ή πηγαίνοέρχεται. Ένας “μάρσιπος-αγκαλίτσα” είναι πολύ χρήσιμος σ' αυτές τις περιπτώσεις. Παρέχει περισσότερη ελευθερία κινήσεων, αφήνοντας τα χέρια σας ελεύθερα και μπορεί να βοηθήσει το παιδί να μείνει σε πιο όρθια θέση.

- Σε ορισμένα παιδιά αρέσει το μπάνιο. Δοκιμάστε να πάρετε το παιδί μαζί σας στο μπάνιο και απολαύστε το και οι δύο καθώς θα θηλάζει.

Οι παραπάνω τρόποι δεν θα βοηθήσουν όλα τα παιδιά με παλινδρόμηση. Δοκιμάστε μερικούς, μέχρι να ανακαλύψετε ποιοί είναι αυτοί που ταιριάζουν σε σας και στο παιδί σας.

Είναι πολύ σημαντικό να είσατε σε συχνή επαφή με τον παιδίατρο στη διάρκεια σοβαρών περιπτώσεων άρνησης τροφής. Αν εσείς και ο γιατρός αποφασίσετε ότι το παιδί χρειάζεται συμπλήρωμα, προσπαθήστε να μην αποθαρρυνθείτε από αυτό το γεγονός. Συνήθως, είναι ένα προσωρινό μέτρο μέχρι το παιδί να πάει κα-

λύτερα. Το συμπλήρωμα δεν χρειάζεται να είναι ξένο γάλα σε μπιμπερόν! Εσείς φτιάχνετε και το καλύτερο συμπλήρωμα μέσα στο γάλα σας. Μπορείτε να βγάλετε το γάλα σας στο τέλος του κάθε ταΐσματος και έτσι να πάρετε το πλούσιο τελικό γάλα, για να το χρησιμοποιήσετε ως συμπλήρωμα.

Μπορείτε να δώσετε το επιπλέον γάλα μ' ένα κυπελλάκι, μια σύριγγα, ένα κουταλάκι ή με τη συσκευή του συμπληρωματικού ταΐσματος (μια συσκευή που επιτρέπει τη λήψη συμπληρώματος μέσα από ένα σωληνάκι, ενώ το παιδί θηλάζει από το μαστό ή το δάχτυλο ενός από τους γονείς). Δεν υπάρχει ανάγκη να χρησιμοποιήσετε κάποια τεχνητή θηλή. Πολύ μικρά παιδιά, επίσης, μπορεί να πάθουν σύγχυση θηλών αν τους δοθούν πλαστικές θηλές. Αυτό σημαίνει ότι προσπαθούν να χρησιμοποιήσουν την τεχνική ταΐσματος από το μπουκάλι στο μαστό. Όμως, αυτή δεν είναι αποτελεσματική στο μαστό και έτσι χρειάζεται να ξαναμάθουν πώς να θηλάζουν.

9 Η “φτωχή” αύξηση βάρους

Η “φτωχή” αύξηση βάρους συμβαδίζει συνήθως με την άρνηση για τροφή. Κρατήστε λογαριασμό στις βρεγμένες πάνες και τις κενώσεις του παιδιού μέσα στο εικοσιτετράωρο. Αυτό μπορεί να σας φανεί χρήσιμο, για να διαπιστώσετε το κατά πόσο το παιδί τρέφεται αρκετά.

Θα πρέπει να θηλάζετε συχνά και όσο γίνεται δυνατό, να αφήνετε το παιδί να τελειώνει από τον ένα μαστό πριν του αλλάξετε πλευρά. Αν το παιδί φαίνεται να χάνει το ενδιαφέρον του ή η προσοχή του να αποσπάται εύκολα, μπορεί να χρειαστεί να εναλλάσσετε επαναληπτικά μαστό κατά τη διάρκεια του θηλασμού, για να βεβαιωθείτε ότι παίρνει αρκετή ποσότη-

τα γάλακτος, τουλάχιστον από τον ένα μαστό. Όταν η αύξηση βάρους χρειάζεται να ελέγχεται τακτικά, υπάρχουν ζυγαριές που μπορεί κανείς να νοικιάσει και οι οποίες δείχνουν όχι μόνο το βάρος που πήρε το παιδί, αλλά και την ποσότητα γάλακτος που παίρνει σε κάθε γεύμα. Όλες οι περιπτώσεις “φτωχής” αύξησης βάρους θα πρέπει να παρακολουθούνται από τον παιδίατρο.

Τα παιδιά που θηλάζουν πολύ συχνά

Ορισμένα παιδιά με γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση μπορεί να θέλουν να θηλάζουν πολύ συχνά, σχεδόν συνεχώς. Όταν, όμως, το παιδί παραφορτώσει το στομάχι του, τότε τα συμπτώματα της παλινδρόμησης μπορεί να χειροτερευτούν. Σ’ αυτή την περίπτωση μπορεί να βοηθήσει ο περιορισμός των θηλασμών, που γίνονται μέσα στη διάρκεια δύο-τριών ωρών από τον ένα μαστό, πριν αλλάξετε μαστό. Μ’ αυτό τον τρόπο το γάλα τρέχει με λιγότερη ροή και το βρέφος δεν παραγεμίζει το στομάχι του. Επίσης, καταπίνει λιγότερο αέρα, ιδιαίτερα καθώς κατεβαίνει το γάλα. Το να βάλετε το παιδί να ρευτεί καλά, μπορεί επίσης να βοηθήσει στο να κρατήσει το γάλα στο στομάχι του.

Ερεθισμένες θηλές

Οι ερεθισμένες θηλές είναι πρόβλημα για τη μητέρα, ανεξάρτητα με το αν το παιδί της πάσχει από παλινδρόμηση ή όχι. Όταν το παιδί πιάνει και αφήνει συχνά το μαστό, όπως συνήθως κάνει ένα παιδί με παλινδρόμηση, τότε σε πολλές μητέρες ερεθίζονται οι θηλές τους. Συνήθως, δύο παράγοντες προκαλούν τον ερεθισμό των θηλών: η κακή τοποθέτηση στο μαστό και



ο λανθασμένος τρόπος που πιάνει το παιδί το μαστό. Δώστε μεγάλη προσοχή και στα δύο, κάθε φορά που βάζετε το βρέφος να θηλάσει.

Αν δεν είσαστε σίγουρη ότι η τεχνική σας είναι η σωστή, βρείτε κάποιον για να σας βοηθήσει. Μια τοπική Σύμβουλος του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδας (La Leche League Greece) ή μια φίλη που έχει θηλάσει, είναι καλές επιλογές. Επίσης, η χρήση υποαλλεργικής κρέμας με βάση τη λανολίνη, όπως η Lansinoh® ή η Purelan 100®, μπορεί να ανακουφίσει από τον πόνο και να βοηθήσει τις θηλές να επουλωθούν. Τέλος, μπορεί να βοηθήσει η επάλειψη λίγων σταγόνων από το γάλα σας επάνω στη θηλή, μετά από κάθε θηλασμό. Όμως, μη διστάσετε να συνεχίσετε να θηλάζετε, αν οι θηλές σας είναι ερεθισμένες και προσπαθήστε να μην περιορίσετε το χρόνο που θηλάζει το βρέφος. Τα νεογέννητα χρειάζεται να θηλάζουν 10-12 φορές μέσα στο 24ωρο.

Τις περισσότερες φορές ο ερεθισμός στις θηλές προέρχεται από το λανθασμένο τρόπο με τον οποίο πιάνει το παιδί το μαστό, ενώ ο περιορισμός του χρόνου



που ένα νεογέννητο θηλάζει, δεν θα το βοηθήσει να βελτιώσει την τεχνική του θηλασμού. (Φυσικά, ο περιορισμός του χρόνου θηλασμού ενός νεογέννητου, μπορεί να προκαλέσει προβλήματα με την αύξηση του βάρους του). Αποφύγετε τη χρήση των ασπίδων θηλών, γιατί μπορεί να επιδεινώσουν το πρόβλημα και να οδηγήσουν σε μείωση της παραγωγής του γάλακτος. Γενικά, ο θηλασμός δεν πρέπει να πονάει. Αν αντιμετωπίζετε προβλήματα με ερεθισμένες θηλές, τότε επικοινωνήστε με μια από τις Συμβούλους του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδας (La Leche League Greece) ή κάποιον με γνώσεις πάνω στην αντιμετώπιση των προβλημάτων του θηλασμού.

Εμετός

Συνήθως, υπάρχουν πολλές ενδείξεις που μας οδηγούν στο συμπέρασμα, ότι ένα παιδί έχει γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση. Η άρνηση λήψης τροφής μαζί

με μια γενική ανησυχία, μπορεί να οφείλονται σε πολλούς άλλους παράγοντες. Μια αργή αύξηση βάρους μπορεί, επίσης, να προκαλείται από μια ποικιλία αιτιών. Ένα χαρακτηριστικό που συχνά οδηγεί τον παιδίατρο να υποψιαστεί ότι ένα παιδί πάσχει από παλινδρόμηση, είναι ο έντονος εμετός που δεν παρουσιάζει βελτίωση. Όλα σχεδόν τα βρέφη βγάζουν μια ποσότητα γάλακτος, όμως, ο έντονος εμετός είναι κάτι για το οποίο παραπονοούνται στο γιατρό τους οι περισσότεροι γονείς παιδιών με παλινδρόμηση.

Αν έχετε ένα παιδί που κάνει συχνά εμετό, τότε προσπαθήστε να του δώσετε μικρές ποσότητες γάλακτος σε κάθε θηλασμό και ταυτόχρονα να το θηλάζετε πιο συχνά, για να μην είναι πολύ πεινασμένο.

Αν το παιδί μένει στον ένα μαστό για ένα ικανοποιητικό χρονικό διάστημα, τότε η μητέρα μπορεί να του δώσει γάλα από τον ένα μόνο μαστό την κάθε φορά. Το να το βάλει να ρευτεί, μπορεί επίσης να βοηθήσει το βρέφος να μειώσει τους εμετούς.

Όμως, δεν πάσχουν από εμετούς όλα τα παιδιά με παλινδρόμηση. Ο εμετός μπορεί να είναι πιο συχνός, όταν ένα παιδί έχει πρόβλημα με καθυστέρηση στο άδειασμα του στομαχιού του. Το μητρικό γάλα είναι πολύ εύπεπτο και χωνεύεται στο μισό χρόνο από αυτόν που χρειάζεται το τυποποιημένο γάλα. Επομένως, αυτή είναι μια περίπτωση, όπου τα οφέλη του θηλασμού είναι ολοφάνερα.

Μπορεί να βοηθήσει η πιπίλα;

Η πιπίλα μπορεί να είναι χρήσιμη σε ορισμένα παιδιά με γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση. Σε άλλα, όμως, η πιπίλα μπορεί να είναι καταστροφική. Μπερδευτήκατε; Συνεχίστε να διαβάζετε.

Ορισμένα παιδιά με παλινδρόμηση δεν

έχουν πρόβλημα με άρνηση τροφής, αλλά αντίθετα, τρώνε και τρώνε και τρώνε... Ο θηλασμός ανακουφίζει αυτά τα παιδιά, γιατί κάθε γουλιά γάλα τα βοηθάει να “ξεπλύνουν” ορισμένα από τα οξέα της παλινδρόμησης. Το πρόβλημα είναι, όμως, ότι συνεχίζουν να θηλάζουν πολύ περισσότερο απ’ ότι χρειάζονται για να γεμίσουν την κοιλιά τους. Θηλάζουν μέχρι του σημείου που κάνουν πια εμετό, κάθε φορά που θηλάζουν. Αν αυτή η περιγραφή ταιριάζει στο παιδί σας, τότε η πιπίλα μπορεί να σας φανεί χρήσιμη.

Αν η πιπίλα δοθεί στο βρέφος όταν εκείνο θηλάζει για παρηγοριά και όχι για τροφή (θηλάζει δηλαδή αργά, με μεγάλα διαστήματα ανάπαυλας ανάμεσα στην κάθε γουλιά και χωρίς να καταπίνει συχνά), τότε μπορεί να το καθησυχάσει και να βοηθήσει και σας.

Η προσεκτική χρήση της πιπίλας μπορεί να βοηθήσει το παιδί σας να αποφύγει την υπερφόρτωση του στομαχιού του και επομένως και τον εμετό. Αν όμως το παιδί σας δεν θέλει να θηλάσει και το κάθε τάισμα είναι σωστή μάχη, τότε ξεχάστε την πιπίλα.

Γι’ αυτό το παιδί ο μαστός θα πρέπει να ικανοποιεί τις ανάγκες του για παρηγοριά. Κάθε χρήση πιπίλας σημαίνει ότι το παιδί θα παίρνει ακόμα λιγότερο γάλα από το μαστό.

Η έλλειψη επαρκούς χρόνου στο μαστό, μπορεί επίσης να επηρεάσει την παραγωγή γάλακτος.

Οι πιπίλες δεν θα πρέπει να χρησιμοποιούνται μέχρι το γάλα να εγκατασταθεί. Εγκατάσταση του γάλακτος σημαίνει ότι το παιδί θηλάζει καλά, η παραγωγή γάλακτος της μητέρας είναι επαρκής και δεν υπάρχουν άλλα προβλήματα, που να συνδέονται με τον τρόπο που θηλάζει. Επίσης, το παιδί να είναι τουλάχιστον μερικών εβδομάδων.



Η θεραπεία της γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης

Η θεραπεία της γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης στοχεύει στην ανακούφιση του βρέφους, μειώνοντας την εμφάνιση των επεισοδίων. Ο παιδίατρος θα μπορεί να σας δώσει κάποιες ιδέες για να δοκιμάσετε. Κατόπιν, είναι στο χέρι σας να παρατηρήσετε το παιδί σας και να αποφασίσετε ποιές από αυτές τις ιδέες είναι χρήσιμες και ποιές όχι.

Πώς να εντοπίσετε πιθανές αλλεργίες

Όταν υπάρχει υποψία για παλινδρόμηση, τότε ο παιδίατρος μπορεί να προτείνει στη μητέρα να αφαιρέσει ορισμένες τροφές από το διαιτολόγιό της, επειδή η αλλεργία σε ορισμένες τροφές είναι μια από τις πιθανές αιτίες των προβλημάτων της παλινδρόμησης.

Ορισμένες φορές, μετά την αφαίρεση κάποιων τροφών παρουσιάζεται βελτίωση στην κατάσταση του παιδιού, αλλά στις περισσότερες περιπτώσεις δεν υπάρχει καμιά βελτίωση. Ο μόνος τρόπος για να διαπιστώσετε κατά πόσο υπάρχει αλ-

λεργία σε μια συγκεκριμένη τροφή, είναι να την αφαιρέσετε για δύο με τρεις εβδομάδες, για να δείτε κατά πόσο τα συμπτώματα θα εξαφανιστούν. Αν παρατηρηθεί βελτίωση, τότε η μητέρα μπορεί να ξαναβάλει μια-μια τις τροφές που υποψιάζε-ται στο διαιτολόγιό της. Μια αρνητική αντίδραση μπορεί να πάρει μέχρι και 10 ημέρες να παρουσιαστεί. Αυτή η διαδικασία μπορεί να πάρει πολύ χρόνο και γι' αυτό είναι πολύ σημαντικό, η μητέρα να διατηρήσει ένα καλό διαιτολόγιο κατά τη διάρκεια αυτών των δοκιμών.

Αν διαπιστωθεί ότι το παιδί πάσχει από κάποια αλλεργία, τότε είναι καλό να καθυστερηθεί η εισαγωγή των στερεών τροφών όσο το δυνατό περισσότερο, για να αποφευχθούν και άλλα προβλήματα. Τροφές που μπορεί να προκαλέσουν μια αλλεργική αντίδραση, περιλαμβάνουν το αυγό, τα γαλακτοκομικά προϊόντα, τη ντομάτα, το ψάρι, τα φιστίκια, το καλαμπόκι, το σιτάρι και τη σόγια. Επίσης, ορισμένες μητέρες έχουν ανακαλύψει ότι βοηθάει η αποφυγή κατανάλωσης της καφεΐνης, νικοτίνης και των τεχνητών πρόσθετων αρωματικών και συντηρητικών.

Ο τρόπος τοποθέτησης του παιδιού στο μαστό

Οι περισσότεροι γιατροί που υποψιάζονται γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση, προτείνουν την τοποθέτηση του παιδιού σε όρθια θέση με την ελπίδα, ότι η βαρύτητα θα βοηθήσει στη μείωση της παλινδρόμησης. Αυτό μπορεί να είναι αποτελεσματικό για ορισμένα παιδιά. Συχνά συνιστάται το βρέφος να κρατιέται σε όρθια θέση αμέσως μετά από κάθε τάισμα και γενικά, όσο πιο συχνά γίνεται.

Ορισμένα καθισματάκια για παιδιά, που χρησιμοποιούνται στο σπίτι ή στο αυτοκίνητο, μπορεί να κάνουν το παιδί να αι-

σθάνεται ακόμα πιο άσχημα και να επιδεινώσουν τα συμπτώματα της παλινδρόμησης, επειδή το κάνουν να “διπλώνεται” μέσα σ' αυτά και έτσι ασκείται πίεση στο στομάχι του. Επίσης, κάποια από αυτά τα καθισματάκια μπορεί να μην προσφέρουν αρκετή στήριξη σ' ένα πολύ μικρό παιδί, για να το κρατήσουν σε μια ιδανική όρθια θέση.

Μια καλή εναλλακτική λύση μπορεί να είναι ένας κλασικός μάρσιπος, ένας μάρσιπος-αγκαλίτσα, ή (για μεγαλύτερα παιδιά που μπορούν να στηρίξουν καλά το κεφάλι τους) ένα καρεκλάκι, που φοριέται σαν σακίδιο στην πλάτη. Ένα επιπλέον όφελος αυτού του είδους των πρακτικών, είναι ότι τα παιδιά που τα κρατούν περισσότερο αγκαλιά, κλαίνε και λιγότερο.

Συμπύκνωση της τροφής

Κάτι άλλο που συχνά συνιστάται στους γονείς, είναι να συμπυκνώνουν τα υγρά που παίρνει το παιδί προσθέτοντας κάποια κρέμα στο μπιμπερόν. Το σκεπτικό πίσω από αυτή την πρακτική είναι, ότι είναι πιο δύσκολο σε μια συμπυκνωμένη τροφή να ανέβει προς τα πάνω στον οισοφάγο.

Όμως, παρόλα αυτά, έρευνες δεν έχουν αποδείξει την αποτελεσματικότητα αυτής της πρακτικής. Ακόμη θα πρέπει να γνωρίζετε, ότι το να δώσετε μπιμπερόν με συμπυκνωμένο γάλα –έστω και αν είναι συμπυκνωμένο μητρικό γάλα– μπορεί να επηρεάσει το θηλασμό. Αν εσείς και ο παιδίατρος αποφασίσετε ότι αξίζει να δοκιμάσετε κάτι τέτοιο, μπορεί να θέλετε να το κάνετε σαν μια δοκιμή μόνο, ώστε να δείτε εάν υπάρχει κάποια βελτίωση στην υγεία ή στη συμπεριφορά του παιδιού. Για να αποφύγετε τη χρήση του μπιμπερόν, μπορείτε να προσφέρετε μ' ένα κουταλάκι ή κυπελλάκι το δικό σας γάλα με κάποιο συστατικό συμπύκνωσης.

Φάρμακα

Αν η αλλαγή στον τρόπο τοποθέτησης ή ταΐσματος του παιδιού δεν φέρουν κάποια αποτελέσματα, τότε μπορεί να χρειαστεί η χορήγηση κάποιου φάρμακου για να μειωθούν τα προβλήματα της γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης. Ορισμένα από τα φάρμακα που χρησιμοποιούνται, μειώνουν την ποσότητα των αερίων που κυκλοφορούν στα έντερα του βρέφους ή εξουδετερώνουν τα στομαχικά οξέα. Άλλα βοηθούν το στομάχι να αδειάσει πιο γρήγορα. Αυτά που θα αναφέρετε στο γιατρό σας σχετικά με το κατά πόσο αποτελεσματικό ήταν ένα φάρμακο ή όχι, θα τον βοηθήσουν να αποφασίσει την καταλληλότερη θεραπευτική αγωγή για το παιδί σας.

Μια προειδοποίηση σχετική με τα φάρμακα: Πολλά παιδιά με γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση παίρνουν διάφορα φάρμακα. Επομένως, είναι σημαντικό οι γονείς να κρατούν ακριβείς σημειώσεις, ώστε να μπορούν να ενημερώνουν όλους όσους ασχολούνται με τη φροντίδα του παιδιού. Καταγράψτε το όνομα και την ακριβή δοσολογία κάθε φάρμακου που παίρνει το παιδί. Επίσης, γράψτε την ισχύ του κάθε φάρμακου, επειδή συχνά υπάρχουν διαφορές στην ισχύ του ίδιου φάρμακου. Ελέγξτε τις ετικέτες των φαρμάκων βάσει των σημειώσεών σας, κάθε φορά που ανανεώνετε τη συνταγή. Οι φαρμακοποιοί συχνά δεν γνωρίζουν πολύ καλά τη δοσολογία των φαρμάκων για τη γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση σε παιδιά, ενώ ακόμη και ο γραφικός χαρακτήρας μπορεί να διαβαστεί λανθασμένα.

Θα πρέπει, επίσης, να προσέχετε πάρα πολύ τις πιθανές επιδράσεις του ενός φάρμακου πάνω σ' ένα άλλο. Ελέγξτε με το γιατρό σας ή το φαρμακοποιοί πριν προσθέσετε κάποιο καινούργιο φάρμακο.

Βεβαιωθείτε ότι όλοι όσοι φροντίζουν για την υγεία του παιδιού σας, γνωρίζουν όλα τα φάρμακα που παίρνει. Επίσης, ελέγξτε με τον παιδίατρο πριν δώσετε στο παιδί σας κάποιο φάρμακο, που δεν χρειάζεται συνταγή γιατρού. Τέλος, ως θηλάζουσα μητέρα, πριν εσείς ή ίδια πάρετε κάποιο φάρμακο, ελέγξτε το με τον παιδίατρο. Υπάρχει περίπτωση, κάποια φάρμακα να έχουν επίδραση πάνω στη θεραπευτική αγωγή του παιδιού. Πολλοί γιατροί, δεν είναι σίγουροι για τις πιθανές επιδράσεις που μπορεί να έχει πάνω στο βρέφος ένα φάρμακο, το οποίο παίρνει μια θηλάζουσα μητέρα.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα φάρμακα και το μητρικό γάλα, επικοινωνήστε με μια από τις Συμβούλους του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδας (La Leche League Greece), η οποία μπορεί να σας δώσει κάποια στοιχεία, για να τα μοιραστείτε με το γιατρό σας.

Εξετάσεις και νοσηλεία

Αν η γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση δημιουργήσει σοβαρά προβλήματα στο παιδί σας, τότε ίσως να χρειαστεί να νοσηλευτεί ή να κάνει κάποιες εξετάσεις, που απαιτούν την παραμονή του στο νοσοκομείο. Με το σωστό χειρισμό η αναστάτωση στη σχέση του θηλασμού μπορεί να ελαχιστοποιηθεί.

Ενημερώστε το γιατρό και το νοσηλευτικό προσωπικό, για τη σημασία που έχει ο θηλασμός για σας και το παιδί σας. Προσπαθήστε να μείνετε μαζί του σ' όλη τη διάρκεια της παραμονής του στο νοσοκομείο. Η παρουσία σας είναι πάρα πολύ σημαντική για το παιδί σας μέσα σ' αυτό το καινούργιο περιβάλλον, που του προκαλεί φόβο. Ακόμα και αν δεν μπορείτε να το θηλάσετε, μπορείτε να βγάλετε το γάλα σας με το θήλαστρο ή με το

χέρι και είναι πολύ πιθανό το γάλα αυτό να μπορεί να του δοθεί, όταν κάνει τις διάφορες εξετάσεις για την παλινδρόμηση. Η άντληση του γάλακτος, επίσης, είναι σημαντική για τη διατήρηση της παραγωγής σας.

Οι περισσότερες εξετάσεις μπορούν να γίνουν χωρίς να διακοπεί ο θηλασμός. Οι εξετάσεις της Πυρηνικής Ιατρικής, όπου δίνεται στο παιδί ραδιενεργό ισότοπο μέσα στο γάλα, μπορούν να γίνουν χρησιμοποιώντας το μητρικό γάλα που προηγουμένως έχει βγάλει η μητέρα. Αν αυτές οι εξετάσεις είναι απαραίτητες, τότε μπορεί να βοηθήσει να έχετε κάποιον μαζί σας, όχι μόνο για ηθική υποστήριξη, αλλά και για να παρακινήσει το παιδί σας να πάρει το μπιμπερόν, αν μέχρι εκείνη τη

στιγμή δεν το έχει ξαναπάρει ποτέ. Ένα κυπελλάκι ή ένα κουτάλι μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν, ώστε να δοθεί η απαραίτητη δοσολογία στο παιδί.

Αν το παιδί χρειαστεί να κάνει εγχείρηση, τότε θα πρέπει να γνωρίζετε, ότι η διάρκεια της απαιτούμενης προχειρουργικής νηστείας είναι διαφορετική στα παιδιά που θηλάζουν, απ' ό,τι στα παιδιά που τρέφονται με τυποποιημένο γάλα. Στις περισσότερες περιπτώσεις, ένα διάστημα τριών ωρών θεωρείται επαρκής νηστεία πριν μια εγχείρηση.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με μια από τις Συμβούλους του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδας (La Leche League Greece).

(Συνέχεια στο επόμενο τεύχος)

Εκδόσεις βιβλίων που ενδιαφέρουν τον Κλάδο μας



Από τις Επιστημονικές Εκδόσεις
 “ΓΡ. ΠΑΡΙΣΙΑΝΟΣ” – ΜΑΡΙΑ ΓΡ. ΠΑΡΙΣΙΑΝΟΥ
 Ναυαρίνου 20 – 106 80 ΑΘΗΝΑ,
 κυκλοφόρησε το βιβλίο:
**“ΟΔΟΙΠΟΡΙΚΟ ΣΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ
 ΤΗΣ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΑΣ”**

του γνωστού και από τις στήλες του περιοδικού μας ιατρού και συγγραφέα Νίκου Α. Παπανικολάου, Ομότιμου Καθηγητού Μαιευτικής και Γυναικολογίας στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης. Η τιμή του βιβλίου ανέρχεται στο ποσό των 15.000 δρχ. (44,0 ευρώ), αλλά προκειμένου για μαζική αγορά από Μαιευτές, αυτό κατέρχεται στις 6.500 δρχ. (19 ευρώ).

(Εκ του Εκδοτικού Οίκου)