

## Προκλητή και αυτόματη διακοπή της κύησης. Ψυχολογικές επιπτώσεις στη γυναίκα. Η Μαία ως σύμβουλος και συμπαραστάτης.

**Ραλλού Λυμπέρη**, Μαία Μαιευτηρίου "ΜΗΤΕΡΑ".

Η εγκυμοσύνη και οι αλλαγές στην ψυχρόσυνθεση της γυναίκας, τόσο κατά την κύηση όσο και κατά τη λοχεία, έχουν γίνει επανειλημμένα αντικείμενο έρευνας και μελέτης. Όμως, παρά το μεγάλο ενδιαφέρον για την ψυχαναλυτική κατανόηση της εγκυμοσύνης, σπάνιες είναι οι έρευνες που αφορούν τα ψυχολογικά επακόλουθα της διακοπής της κύησης, είτε προκλητής, είτε αυτόματης.

### 1. Οι ψυχολογικές επιπτώσεις της προκλητής έκτρωσης στη γυναίκα

Ένα τόσο σοβαρό και αμφιλεγόμενο θέμα, όπως αυτό των αμβλώσεων, δεν θα μπορούσε παρά να επηρεάσει τον ψυχισμό της γυναίκας και να διαταράξει την ψυχική της υγεία. Οι ψυχοσωματικές και ψυχιατρικές συνέπειες της αμβλώσης αποτέλεσαν το αντικείμενο πολλών επιστημονικών δημοσιεύσεων, που ενίοτε ήταν αντιφατικές. Η θετική ή αρνητική σκοπιά από την οποία ο ερευνητής βλέπει το θέμα των αμβλώσεων, επηρεάζει τόσο τη μελέτη, όσο και τα τελικά συμπεράσματά του.

Με βάση τις μακροχρόνιες έρευνες και μελέτες που έχουν γίνει στη χώρα μας και στο εξωτερικό, μπορούμε συνοπτικά να αναφέρουμε τα εξής:

Κοινές αντιδράσεις στην έκτρωση είναι: ενοχή, αίσθημα απώλειας, λύπη, πόνος, μειωμένη αυτοπεποίθηση.

Όταν μία γυναίκα αναγκαστεί να καταφύγει στην αμβλωση για σοβαρούς λόγους και ύστερα από δική της πρωτοβουλία και ώριμη σκέψη, τότε οι αρνητικές ψυχολογικές συνέπειες είναι μικρές. Πράγματι, αμέσως μετά την έκτρωση εμφανίζονται σε πολλές γυναίκες συμπτώματα απελπισίας και δυσφορίας. Παρόλα αυτά, τα συμπτώματα φαίνεται να είναι η συνέχιση συμπτωμάτων που προϋπήρχαν της κύησης και είναι αποτέλεσμα των περιστάσεων που οδήγησαν στην αμβλωση, παρά η επέμβαση αυτή καθ' αυτή. Αν οι γυναίκες εξεταστούν πέρα από το επίπεδο του γεγονότος, διαπιστώνεται ότι η δυσφορία μειώνεται σταδιακά μετά την επέμβαση.

Αντίθετα, διαπιστώνεται ότι όταν η έκτρωση γίνεται για άλλους λόγους (π.χ. ιατρικούς κλπ.) παρά τη θέληση της γυναίκας, ή όταν η γυναίκα έχει δεχθεί έντονες πιέσεις από το περιβάλλον της, τότε οι ψυχολογικές επιπτώσεις είναι πολύ σοβαρές.

Όταν η έκτρωση δεν γίνεται λόγω άρνησης των αρμοδίων να την εκτελέσουν, παρουσιάζεται μία διαφορετική εικόνα. Πολλές γυναίκες, πάνω από το 40%, κάνουν την έκτρωση κάπου αλλού. Σχετικά, λίγα από τα παιδιά που γεννιούνται

δίνονται για υιοθεσία, ενώ η πλειοψηφία των παιδιών μεγαλώνουν με τη φυσική τους μητέρα. Ένα σημαντικό ποσοστό γυναικών –περίπου 30%– που εξετάστηκαν σε μακροχρόνιες μελέτες, συνεχίζουν να αναφέρουν αρνητικά συναισθήματα προς το παιδί τους, συναισθήματα που τους είναι δύσκολο να τα καταπολεμήσουν.

Ο φόβος ότι η νομιμοποίηση των εκτρώσεων και η διαθεσιμότητα και χρήση της έκτρωσης θα μεγάλωνε τις συναισθηματικές και ψυχολογικές επιπτώσεις, δεν έχει αποδειχθεί από τις μέχρι τώρα μελέτες.

Αντίθετα, υπάρχουν στοιχεία που αποδεικνύουν ότι η αναγκαστική μητρότητα μπορεί να έχει επιζήμια αποτελέσματα στην ψυχική υγεία της μητέρας, όπως επίσης και στη συναισθηματική, κοινωνική και διανοητική ανάπτυξη των παιδιών, που γεννιούνται ύστερα από άρνηση εκτέλεσης της έκτρωσης.

## 2. Οι ψυχολογικές επιπτώσεις της αυτόματης έκτρωσης στη γυναίκα

Για πολλές γυναίκες η αποβολή είναι μία απροσδόκητη και ψυχικά τραυματική εμπειρία, η οποία σηματοδοτεί μία ξαφνική διαταραχή των αναπαραγωγικών σχεδίων. Αν και η αποβολή είναι το πιο κοινό είδος ατυχούς κύησης, η λύπη που προκαλεί στις γυναίκες σπάνια δικαιολογείται από τον περίγυρό της. Η αποβολή συχνά δεν αναγνωρίζεται ως σημαντικό γεγονός, τόσο από την ιατρική κοινότητα, όσο και από το ίδιο το περιβάλλον της γυναίκας.

Όσον αφορά τις ψυχολογικές επιπτώ-

σεις της αυτόματης διακοπής της κύησης, έχοντας πάντα σαν βάση σχετικές μελέτες καταλήγουμε στα εξής:

- Οι γυναίκες αμέσως μετά την αυτόματη διακοπή της εγκυμοσύνης τους μπορεί να εμφανίσουν τυπικά συμπτώματα λύπης, στενοχώριας, ενοχής, θυμού, δυσπιστίας, ανησυχίας, καθώς και διαταραχές στον ύπνο και εμφανή κόπωση. Η γυναίκα που αποβάλλει, συχνά κατηγορεί τον εαυτό της και σκέφτεται συνεχώς τί έκανε και προκάλεσε την αποβολή. Αυτή η ενοχή προκαλείται από τη συχνή έλλειψη ξεκάθαρων εξηγήσεων από το ιατρικό προσωπικό, σχετικά με τη διακοπή της εγκυμοσύνης της.

- Η γυναίκα μπορεί να νιώσει κενή και αποτυχημένη. Επειδή της είναι δύσκολο να εκφράσει στους άλλους τα αισθήματά της, αποκρύπτει όλα τα αρνητικά της συναισθήματα. Ο θυμός, ειδικά, θεωρείται από τους υπόλοιπους απαράδεκτος και γι' αυτό καταπνίγεται. Η μη αναγνώριση της σοβαρότητας της απώλειας από την οικογένεια, τους φίλους και το ιατρικονοσηλευτικό προσωπικό, μπορεί να χειροτερέψει τον πόνο και να μεγαλώσει το αίσθημα απομόνωσης της γυναίκας. Σχόλια, όπως: *“Είσαι νέα, θα ξαναμείνεις έγκυος”* ή *“Μπορεί το παιδί να είχε σωματικές ανωμαλίες. Ίσως είναι καλύτερα έτσι”*, τείνουν να αρνηθούν τη μοναδικότητα της ατυχούς εγκυμοσύνης.

- Οι γυναίκες μπορεί ακόμα να βιώσουν αλλαγές στις σχέσεις τους με τους άλλους. Μπορεί να νιώσουν πιο κοντά στις μητέρες τους ή, αντίθετα, να νιώσουν εγκαταλειμμένες από αυτές. Ο πόνος τους μπορεί να επηρεάσει τη συμπεριφορά τους προς τα παιδιά τους, αν έχουν. Πολλές γυναίκες φοβούνται

μήπως τα χάσουν και γίνονται υπερπροστατευτικές.

- Ο τρόπος που οι σύζυγοι αντιδρούν στην αποβολή μπορεί να βοηθήσει, αλλά μπορεί και να αυξήσει την τάση της γυναίκας για απομόνωση. Πολλοί σύζυγοι δεν επηρεάζονται από την αποβολή τόσο, όσο οι γυναίκες τους, ίσως επειδή η εγκυμοσύνη δεν ήταν ακόμα γι' αυτούς μία φυσική πραγματικότητα. Άλλοι, πάλι, μπορεί να μη μιλούν για τη δική τους στενοχώρια στις γυναίκες τους, από φόβο, μήπως δυσχεραίνουν την κατάσταση.

- Μερικοί σύζυγοι, αβοήθητοι και ανίκανοι να κάνουν τα πράγματα καλύτερα, γίνονται οξύθυμοι, άγριοι και απόμακροι, αντί να ανταποκριθούν στην ανάγκη των γυναικών τους να μοιραστούν τα αισθήματα λύπης και απομόνωσης. Οι γυναίκες θεωρούν ότι μ' αυτό τον τρόπο οι άντρες τους έμμεσα τις κατηγορούν για την αποβολή, γεγονός που αυξάνει σημαντικά τα ήδη υπάρχοντα αισθήματα ενοχής και αυτοκατηγορίας.

- Τα παιδιά, επίσης, μπορεί να επηρεαστούν σημαντικά από την ανεξήγητη, γι' αυτά, θλίψη των γονιών τους. Ακόμα, τους είναι πολύ δύσκολο να κατανοήσουν πώς σταμάτησε απότομα η εγκυμοσύνη. Μπορεί να πιστέψουν ότι η ζήλια τους, για το αδερφάκι που περίμεναν, οδήγησε στο θάνατό του.

- Συχνά, η γυναίκα και ο σύζυγός της νιώθουν πολύ δυσαρεστημένοι με την αντιμετώπισή τους από το ιατρικό και παραϊατρικό προσωπικό. Πάντα, η αποβολή θεωρείται από τους γιατρούς και τις μαιές ως μεμονωμένο ιατρικό πρόβλημα και αντιμετωπίζεται με το συνηθισμένο μηχανικό τρόπο. Μπορεί να μην

αφιερώσουν καθόλου χρόνο για να ρωτήσουν τη γυναίκα για τα συναισθήματά της, υποθέτοντας πως δεν νιώθει τίποτε άλλο, παρά μία μικρή απογοήτευση.

- Όσον αφορά την επικείμενη αποβολή, αυτή είναι για τις γυναίκες ένας οδυνηρός βασανισμός. Φόβος και εγκατάλειψη διακατέχει τις γυναίκες σ' αυτή τη φάση. Η επικείμενη αποβολή αντιμετωπίζεται μόνο με τον καθιερωμένο ιατρικό τρόπο, και όχι σαν το τέλος –για τη γυναίκα– και της τελευταίας ελπίδας της να συνεχιστεί η εγκυμοσύνη.

### 3. Προτάσεις – Λύσεις

#### Η ΜΑΙΑ ΩΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΑΡΑΣΤΑΤΗΣ

Απ' όλα όσα αναφέρθηκαν διαπιστώνουμε, ότι τόσο η προκλητή, όσο και η αυτόματη έκτρωση αποτελούν μία επώδυνη εμπειρία για τις γυναίκες, η οποία συχνά τους δημιουργεί πάρα πολλά ψυχολογικά προβλήματα.

Και ερχόμαστε σ' ένα πολύ σημαντικό ζήτημα, ίσως το κυριότερο και πιο σοβαρό σημείο στο θέμα μας. Είναι το ζήτημα της πρόληψης, της αντιμετώπισης και της ψυχολογικής υποστήριξης. Είναι το ζήτημα του δικού μας (των μαιών και των μαιευτών) ρόλου, της δικής μας παρουσίας και προσφοράς.

#### 3.1. Η μαιά στην προκλητή έκτρωση

Βασικός σκοπός μας στο θέμα της άμβλωσης είναι, όπως και σε πολλές άλλες περιπτώσεις, η πρόληψη.

**– Πώς μπορεί να προληφθεί, όμως, μία ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη;**

Κυρίως με την ενημέρωση και τη σω-

στή πληροφόρηση. Αυτό θα επιτευχθεί:

- α) Με τη συμμετοχή ειδικών στη διδασκαλία της σεξουαλικότητας.
- β) Με την εισαγωγή του θέματος στο σχολικό πρόγραμμα.
- γ) Με τη διδασκαλία μεθόδων αντισύλληψης και την ενθάρρυνση της αντισύλληψης.

Εμείς –οι μαιές και οι μαιευτές– είμαστε για τη σωστή σεξουαλική διαπαιδαγώγηση και τη σωστή ενημέρωση σε θέματα αντισύλληψης και οικογενειακού προγραμματισμού.

**– Ποιά η θέση μας, όταν μία γυναίκα ζητήσει τη δική μας συμβουλή-βοήθεια σε μία ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη;**

Κύριος σκοπός μας πρέπει να είναι η εξασφάλιση της εμπιστοσύνης της γυναίκας. Η δημιουργία δηλαδή τέτοιου κλίματος, που θα επιτρέπει στη γυναίκα να εκφράσει ελεύθερα τη γνώμη της, τις απορίες της και τα αισθήματά της. Στη συνέχεια πρέπει να εξετάσουμε ποιοί είναι αυτοί οι λόγοι, που καθιστούν την κύηση ανεπιθύμητη και κατά πόσο μπορούν να ξεπεραστούν, ώστε η εγκυμοσύνη να συνεχιστεί και η γυναίκα να μην καταφύγει στην άμβλωση.

Εάν τα προβλήματα είναι αξεπέραστα και η συνέχιση της εγκυμοσύνης αδύνατη, οφείλουμε να πληροφορήσουμε σωστά τη γυναίκα. Οφείλουμε να της τονίσουμε όλους τους κινδύνους που διατρέχει από μία έκτρωση και ότι αυτή δεν αποτελεί τρόπο αντισύλληψης, αλλά το πιο βίαιο μέσο διακοπής της εγκυμοσύνης.

Τέλος, να σταθούμε στη γυναίκα πριν και μετά την επέμβαση, να την ενθαρρύνουμε και να μην αδιαφορούμε, ούτε να αρνούμαστε όποια “βοήθεια” μας ζητήσει.

### 3.2. Η μαιά στην αυτόματη έκτρωση

Ενώ στο θέμα των αμβλώσεων ο σκοπός μας είναι κυρίως προληπτικός και ενημερωτικός, στο θέμα των αυτόματων εκτρώσεων καλούμαστε να προσφέρουμε μεγάλη ηθική και ψυχολογική υποστήριξη, βοήθεια και αγάπη, αφού η αποβολή για την πλειοψηφία των γυναικών και των συντρόφων τους είναι μία ξαφνική και ιδιαίτερα επώδυνη εμπειρία.

Το ιατρικό και μαιευτικό προσωπικό, που κατανοεί τις αναμενόμενες συναισθηματικές αντιδράσεις του ζευγαριού, μπορεί να το βοηθήσει να αντιμετωπίσει την απώλεια.

Υπάρχουν πολλοί τρόποι προσέγγισης, που μπορούν να βοηθήσουν τη γυναίκα και το σύντροφό της να αντιμετωπίσουν τα αρνητικά συναισθήματά τους. Η αναγνώριση της σπουδαιότητας του γεγονότος, βοηθάει το ζευγάρι να νιώσει λιγότερο απομονωμένο. Το ζευγάρι πρέπει να μάθει ότι είναι φυσιολογικό να έχει ποικίλα συναισθήματα, όπως λύπη, ενοχή και θυμό. Πρέπει, επίσης, να πάρει όσο το δυνατό περισσότερες





πληροφορίες για τις αιτίες της αποβολής και για το τι πρέπει να προσέξει μελλοντικά.

Οι περισσότερες γυναίκες από αυτές που απέβαλαν, κατά τις πρώτες 24 ώρες, μέσα στη σύγχυση που νιώθουν αδυνατούν να κατανοήσουν οποιαδήποτε πληροφορία τους δοθεί. Γι' αυτό, είναι απαραίτητο να δοθεί στη γυναίκα η ευκαιρία να κάνει τις ερωτήσεις που θέλει και να λύσει κάθε απορία της. Οι γιατροί πρέπει να είναι ειλικρινείς με τις γυναίκες, για το γεγονός ότι δεν γνωρίζουν πάντα τους λόγους που προκάλεσαν τη διακοπή της κύησης, αλλά και να ξεκαθαρίσουν ότι δεν υπάρχουν στοιχεία για το ο,τιδήποτε η γυναίκα έκανε ή δεν έκανε, που θα μπορούσε να αποτρέψει την αποβολή.

Τελετές, όπως οι γάμοι και οι κηδείες είναι παραδοσιακές λειτουργίες, που συνοδεύουν σημαντικές μεταβάσεις στη ζωή των ανθρώπων. Βοηθούν στο να επιβεβαιωθεί η αλλαγή ή η απώλεια και ανοίγουν το δρόμο για μία καινούργια σχέση ή κατάσταση. Είναι πολύ πιθανόν, παρόμοιες τελετές να φανούν χρήσιμες για την αντιμετώπιση μίας αποβολής. Πολλά ζευγάρια θέλουν να δουν το έμβρυο και πρέπει να τους δίνεται η ευκαιρία. Αυτό μπορεί να τους βοηθήσει να συνειδητοποιήσουν ότι η εγκυμοσύνη έχει πραγματικά σταματήσει.

Οι γονείς πρέπει να εστιάσουν την προσοχή τους στα παιδιά τους (εάν έχουν), τα οποία έχουν να αντιμετωπίσουν όχι μόνο την απώλεια ενός αναμενόμενου μωρού, αλλά και τη στενοχώρια των γονιών τους.

Θα ήταν πολύ σημαντικό για τη γυναίκα και το σύντροφό της να υπήρχε η δυνατότητα να τους προσφερθεί ένας σύμ-

βουλος, που θα τους βοηθήσει να ξεπεράσουν τα αρνητικά συναισθήματά τους. Συναντήσεις με ομάδες γυναικών ή ζευγαριών, που έχουν αντιμετωπίσει παρόμοιες καταστάσεις, μπορεί να είναι επικοδομητικές.

Η δική μας υποστήριξη και βοήθεια, πρέπει να έχει σαν στόχο το ζευγάρι να ξεπεράσει το πρώτο και σημαντικότερο στάδιο, αυτό δηλαδή της συνειδητοποίησης της κατάστασης και της έκφρασης των πρώτων συναισθημάτων.

Απ' όλα τα παραπάνω συνάγεται το συμπέρασμα, ότι στο πολύ σημαντικό και ιδιαίτερα λεπτό ζήτημα των αμβλώσεων και των αποβολών, η μαία ή ο μαιευτής μπορεί και πρέπει να συμβάλει αποφασιστικά, μπορεί και πρέπει να βοηθήσει ως επιστήμονας, αλλά το κυριότερο, ως άνθρωπος.

## BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. **Tietre, C.:** Induced Abortion: A World Review, 6th ed. New York, **1986**.
2. **Spaulding, I.:** Psychoses following therapeutic abortion. *Am J Psychiatry*, **1981**, 135:364-365.
3. **David, H. P.:** Post abortion and postpartum psychiatric hospitalization. *Ciba Found Symp.*, **1985**, 115:150-164.
4. **Dagg, P.:** The psychological sequelae of therapeutic abortion-denied and completed. *Am J Psychiatry*, **1991**, 148:578-585.
5. **Adler, N., David, H., Major, B., et al.:** Psychological responses after abortion. *Science*, **1990**, 248:41-44.
6. **Brody, H., Meikle, S.:** Therapeutic abortion: a prospective study. *Am J Obstet Gynecol.*, **1987**, 109:347-353.
7. **Pines, D.:** Pregnancy-miscarriage and abortion. A psychoanalytic perspective. *Int J Psycho-Anal.*, **1990**, 71:301-307.