

Φυσικός Τοκετός*

Ελευθερία Δημοπούλου, Μαία

* Ομιλία στον εορτασμό για την Παγκόσμια Ημέρα της Μητέρας και της Μαίας, στις 11 Μαΐου 1997, στο Σ.Ε.Μ Αθήνας.

Ο Μάιος είναι η καρδιά της άνοιξης. Κατά μια εκδοχή, η παράδοση της Αρχαίας Ελλάδας λέει ότι το όνομα «Μάιος» το πήρε από τη Μαία, τη μια από τις Επτά Πλειάδες, που ήταν κόρες του Άτλαντα.

Η Μαία υπήρξε θεότητα, η οποία συνδέθηκε στενά με τη μητρότητα. Το Μάιο γιορτάζουμε τη γιορτή των λουλουδιών, την Ημέρα της Μητέρας και της Μαίας.

Σήμερα, μαζευτήκαμε εδώ για να γιορτάσουμε αυτή τη γιορτή, τη γιορτή μας.

Εργάζομαι 23 χρόνια. Στην αρχή σε



Πίνακας τοκετού (165x180 cm), ακρυλική ζωγραφική της Cindy Pink, 1982. Σε μια προσπάθεια θεραπείας του δικού της ψυχικού τραύματος από την άτυχη εμπειρία του τοκετού της στο μαιευτήριο, η ζωγράφος απεικονίζει τη θερμή, στενή σχέση μητέρας, βοηθού και μαίας, που συναντάται τόσο συχνά στις παραδοσιακές σκληρές τοκετού.

δημόσιο νοσοκομείο, μετά σε ιδιωτική μαιευτική κλινική και από το 1980 εξασκώ το επάγγελμα της μαίας ως ελεύθερη επαγγελματίας. Επίσης, για 13 χρόνια εργάστηκα παράλληλα ως έκτακτη εκπαιδευτικός στα Τ.Ε.Ι., στο Τμήμα Μαιευτικής.

Παρακολουθώντας τη γυναίκα κατά τη διάρκεια της κύησης, του τοκετού και της λοχείας, πολλές φορές αναρωτήθηκα ότι κάτι δεν κάνουμε σωστά. Και όσο προχωρούσε η τεχνολογία και η βελτίωση της ιατρικής παροχής στον τοκετό, τόσο αναπολούσα τα χρόνια της εκπαίδευσης στη Σχολή, 1970-74, παρ' όλο που τότε πίστευα ότι ήταν τα πιο δύσκολά μου χρόνια.

Είχα ανάγκη να ακούσω τη γιαγιά μου και τη μητέρα μου, πώς γέννησαν μόνες τους στο σπίτι με τη βοήθεια της πρακτικής μαμής. Ρωτούσα τις μητέρες των εγκύων, να μου πουν, πώς γέννησαν πριν 20 ή 30 χρόνια. Ώσπου μια μέρα, η κ. Άννα Παπαϊωάννου και η κ. Ελένη Σαμαριτάκη με φώναξαν να πάω μαζί τους να βοηθήσω σ' ένα τοκετό στο σπίτι. Αυτό πριν 15 χρόνια. Η εμπειρία ήταν συγκλονιστική. Και οι τρεις μαζί συνεχίσαμε για λίγο διάστημα, όταν μας καλούσαν να βοηθάμε τη γέννα στο σπίτι.

Μαζί με την κ. Σαμαριτάκη συνεχίσαμε, μέχρι σήμερα, να βοηθάμε τις γυναίκες να βιώνουν την εμπειρία του τοκετού τους στο χώρο τους, όταν μας το ζητούσαν.

Ο Σύνδεσμος Μητρικού Θηλασμού «La Leche League», μας βοηθάει πολύ μιλώ-

ντας στις γυναίκες για μας τις μαίες και παράλληλα τις ευαισθητοποιεί για τον τοκετό στο σπίτι.

Παρ' όλο που ο τοκετός στο σπίτι απαιτεί πολύ χρόνο, πολλή δύναμη, πολλή ευθύνη και πολλή ταλαιπωρία για τη μεταφορά –λόγω της μεγάλης δυσκολίας που έχει η μετακίνηση στην ευρύτερη περιοχή της Αθήνας– το αποτέλεσμα είναι κάτι παραπάνω από υπέροχο, όμορφο, ΘΕΪΚΟ.

Με έκανε να σκεφθώ, να προβληματισθώ και να βελτιώσω τη συμπεριφορά μου και τα πιστεύω μου γύρω από την έγκυο, τον τοκετό και τη λοχεία. Διεπίστωσα ότι η ίδια η επίτοκος κρατούσε στα χέρια της τη δύναμη για τον εαυτό της. Εμείς είμαστε φιλοξενούμενες στο χώρο της και αυτή η οικοδέσποινα.

Αυτόματα, η εξουσία, που εμείς έχουμε στο νοσοκομείο, παραχωρείται στην επίτοκο. Την ευθύνη, που στο νοσοκομείο αναλαμβάνει ο γιατρός και η μαία, στο σπίτι την μοιράζεται η ίδια η επίτοκος και ο σύντροφός της. Συνειδητοποίησα πόσο λάθος έκανα, που ενθάρρυνα την έγκυο στην εξάρτησή της από εμάς, ώστε να αντιμετωπίζεται ως πιθανώς άρρωστη.

Στόχος μας είναι να βοηθήσουμε την επίτοκο στη φροντίδα του εαυτού της, ως ένα υγιές άτομο σε μια φυσιολογική κατάσταση. Αντιμετωπίζουμε τη μητέρα και το μωρό σαν ξεχωριστούς ασθενείς, γι' αυτό και τους βάζουμε να μένουν χωριστά, για όσο χρονικό διάστημα είναι στην εξουσία μας. Τί μεγάλο λάθος κάνουμε; Η μητέρα και το μωρό αντιπροσωπεύουν μια μονάδα, της οποίας οι ιατρικές και συναισθηματικές ανάγκες συμπληρώνουν η μια την άλλη. Πρέπει να προβληματισθούμε γι' αυτό τον εξουσιαστικό χωρισμό, που τους επιβάλλουμε.

Σε ποσοστό 90%, το σώμα της γυναίκας είναι ένα σύστημα που λειτουργεί καλά και είναι οικείο για την ίδια και το



Ευτυχισμένες η κ. Σαμαριτάκη και η κ. Δημοπούλου κρατούν στην αγκαλιά τους το μωρό, που γεννήθηκε μετά από τοκετό στο σπίτι.

μωρό της. Οι ανάγκες του σώματος αυτού και οι λειτουργίες του είναι γνωστές καλύτερα απ' όλους στην ίδια τη γυναίκα και δεν είναι ένας οργανισμός που χρειάζεται επιδιόρθωση. Η εγκυμοσύνη και η γέννα δεν είναι περίοδοι stress και κινδύνου για την έγκυο, αλλά περίοδοι σωματικής, ψυχολογικής και συναισθηματικής ανάπτυξης της ίδιας και του μωρού της.

Η μαία πρέπει να καθοδηγεί και να εκπαιδεύει την έγκυο για να βιώσει τον τοκετό της. Η γέννα πρέπει να θεωρείται ως ένα συμβάν στη ζωή της γυναίκας και της οικογένειάς της. Ο ενεργός τοκετός ενισχύεται με εκπαίδευση, υποστήριξη και ποιοτική φροντίδα της μαίας.

Να πάψουμε να θεωρούμε τη γέννα ως χειρουργική διαδικασία, που συμβαίνει στην πυελική χώρα της γυναίκας και συμπεριλαμβάνει την αφαίρεση του εμβρύου και του πλακούντα και τη χορήγηση ιατρικής και φαρμακευτικής φροντίδας. Πρέπει να μη ξεχνάμε, ότι η σημαντική πράξη της γέννησης παραμένει μια ιδιωτική υπόθεση και τα συναισθήματα, τα οποία τη συνοδεύουν, μένουν μέσα στην οικογένεια.

Συναδέλφισσες,

Είναι στο χέρι μας να βελτιώσουμε τους χώρους του νοσοκομείου και την παροχή υπηρεσιών. Να γίνουν πιο ανθρώπινοι οι χώροι της Αίθουσας Τοκετών. Να σεβασθούμε το σώμα της επιτόκου, τις επιθυμίες της, τις τυχόν ιδιοτροπίες της.

Σκεφθήκατε ποτέ να πάρετε την πρωτοβουλία να μην κάνετε υποκλισμό στην επίτοκο, που σας βεβαιώνει, ότι στο σπίτι της πήγε πολλές φορές στην τουαλέττα; Ή να ξυρίσουμε μόνο το περίνεο; Είναι τόσο απλό, για μας και για την επίτοκο, το πιο δύσκολο κομμάτι του τοκετού της.

Πόσο θα μολύνει ένας σταυρός ή μια εικόνα ή ένα αρκουδάκι την Αίθουσα Τοκετών, μπροστά στη δύναμη που θα δώσει στην επίτοκο; Δεν είναι πλέον καιρός

να επιτρέψουμε στην επίτοκο να σηκώνεται, να κινείται, να γυρίζει δεξιά και αριστερά στο κρεβάτι, να χρησιμοποιεί την τουαλέττα του δωματίου, να ακούει τη μουσική της ή να διαβάζει το βιβλίο της; Τί πιο φυσικό να θέλει να κρατήσει το μωρό της αγκαλιά αμέσως μετά τον τοκετό, για όση ώρα θέλει η ίδια; Να την ενθαρρύνουμε και να τη βοηθήσουμε να θηλάσει. Αυτή τη βιασύνη να το απομακρύνουμε από τη μητέρα του, για να είναι ασφαλές, μήπως πρέπει να την αναθεωρήσουμε;

Πόσα απλά πράγματα μπορούμε να αλλάξουμε, για να κάνουμε πιο ανθρώπινους όλους αυτούς τους χώρους, ώστε ο τοκετός να γίνεται στο μαιευτήριο με ασφάλεια, αλλά και με την οικειότητα και τη θαλπωρή του σπιτιού και της οικογένειας.

• Εμπιστοσύνη στη σχέση Μαιίας με τη Μητέρα

(Εφημερίδα "ΕΛΕΥΘΕΡΟΤΥΠΙΑ", Δευτέρα 12/5/1997)

Η Μητέρα και η Μαία. Μια σχέση εμπιστοσύνης και στενής συνεργασίας που πρέπει να υπάρχει. Είναι τυχαίο που οι παγκόσμιες ημέρες τους (5 Μαΐου της Μαίας, 11 Μαΐου της Μητέρας) γιορτάζονται κοντά-κοντά;

Δεν είναι, λέει ο Σύλλογος Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών, που με την ευκαιρία του φετινού εορτασμού απευθύνει μια πρόταση-πρόκληση, όπως λέει, σε πολλούς φορείς, στην Τοπική Αυτοδιοίκηση, σε συλλόγους γυναικών, γονέων και κηδεμόνων:

Απευθυνθείτε στους επιστημονικούς συλλόγους μαιών του νομού σας και οργανώστε μαζί τους ομιλίες για τη σεξουα-

λική διαπαιδαγώγηση, την αντισύλληψη, τον οικογενειακό προγραμματισμό, τη σημασία του τεστ Παπανικολάου, το φυσικό τοκετό και την ψυχοπροφυλακτική μέθοδο ανώδυνου τοκετού.

«Αν αυτό το μήνυμα με τη βοήθεια όλων αυτών των φορέων και των μέσων ενημέρωσης καταφέρει να φτάσει και στο πιο απομακρυσμένο χωριό, οι Παγκόσμιες Ημέρες της Μητέρας και της Μαίας θα έχουν αποκτήσει και στην Ελλάδα το νόημα που τους αξίζει. Θα είναι, δηλαδή, κάτι περισσότερο από δυο συνήθειες επετείους», λέει η κ. Λίλια Αντωνίου, καθηγήτρια εφαρμογών στα Τ.Ε.Ι. της Αθήνας.