



Μητρικός Θηλασμός Νέα απ' όλο τον Κόσμο

ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΜΙΑΣ ΝΕΑΣ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ

Επιμέλεια: Δρ **Θέμις Ζάχου**, Παιδιάτρος

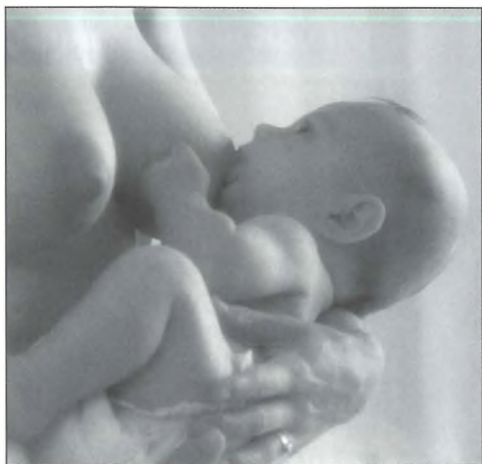
Τάνια Γιουβατζόγλου, Μαία

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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



είναι και τρόπος να προχωρήσει μπροστά η μητέρα.

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

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

Σεξουαλική ζωή μετά την εμμηνόπαυση*

Ελένη Στρώχνου, Μαία

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

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

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

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