



Μητρικός Θηλασμός Νέα απ' όλο τον Κόσμο

Η Παγκόσμια Εβδομάδα Μητρικού Θηλασμού, που γιορτάζεται κάθε χρόνο στην Ελλάδα από 1-7 Νοεμβρίου, οργανώνεται από την WABA (World Alliance for Breastfeeding Action) και υποστηρίζεται από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, από την UNICEF, από κυβερνήσεις κρατών και από άλλους διεθνείς οργανισμούς, που ασχολούνται με την υγεία και τη διατροφή του παιδιού. Κάθε χρόνο ορίζεται ειδικό θέμα για τον εορτασμό. Το φετινό θέμα είναι:

“Μητρικός Θηλασμός: Είναι δικαίωμά σου!”

Σεξουαλικότητα και Μητρικός Θηλασμός

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

Σουλτάνα Γιουβατζόγλου, Μαία.

Αν εξετάσουμε τη φυσιολογική ενήλικη γυναίκα σε σχέση με την εμμηνορρυσία, την εγκυμοσύνη, τον τοκετό και τη γαλακτοφορία, θα παρατηρήσουμε ότι όλα αυτά τα γεγονότα επηρεάζονται

από την αλληλεπίδραση των ίδιων ορμονών, όχι μόνο των οιστρογόνων, της προγεστερόνης, της τεστοστερόνης, της FSH και της LH, αλλά και της ωκυτοκίνης και της προλακτίνης. Είναι γνω-

στό ότι ο μαστός αντιδρά σ' όλες αυτές τις φάσεις, δηλ. διογκώνεται κατά την έμμηνο ρύση, την εγκυμοσύνη, πριν τον οργασμό και κατά τη γαλακτοφορία. Στις φάσεις αυτές αντιδρούν και οι θηλές. Επιπλέον, η μήτρα συσπάται κατά τον τοκετό, τον οργασμό και τη γαλακτοφορία. Η θερμοκρασία του σώματος αυξάνεται στη διάρκεια της ωοθυλακιωρρηξίας, του τοκετού, του οργασμού και της γαλακτοφορίας.

Όπως είναι γνωστό, στην ωκυτοκίνη οφείλεται το αντανακλαστικό ροής γάλακτος. Τα επίπεδα της ωκυτοκίνης αυξάνουν επίσης στον οργασμό και στον τοκετό και η ωκυτοκίνη προκαλεί στη μήτρα συσπάσεις και ερεθισμό στις θηλές.

Οι Νιούτον και Νιούτον αναφέρουν άλλες ομοιότητες σε γυναίκες στη διάρκεια αυτών των γεγονότων, συμπεριλαμβανομένης και της αισθητικής αντίληψης και των συναισθηματικών αντιδράσεων. Ακολουθούν ψυχοσωματικές ομοιότητες μεταξύ γαλακτοφορίας και συνουσίας:

1. Συσπάσεις της μήτρας.
2. Ερεθισμός των θηλών.
3. Διόγκωση των μαστών.
4. Τα συναισθήματα επιφέρουν μεταβολές του δέρματος (αγγειοδιαστολή και άνοδο της θερμοκρασίας).
5. Μπορεί να σημειωθεί ανακλαστική έκκριση γάλακτος.
6. Τα συναισθήματα μπορεί να είναι στενά συνδεδεμένα. Θετική τοποθέτηση προς τη σεξουαλικότητα, μπορεί να σχετίζεται με θετική τοποθέτηση προς το θηλασμό (και αντίστροφα).

Δεδομένων των βιολογικών και ορμονικών ομοιοτήτων της γαλακτοφορίας με τα άλλα γεγονότα του σεξουαλικού

κύκλου της ενήλικης γυναίκας, δεν είναι απορίας άξιο, που ορισμένες γυναίκες σε κάποιες περιπτώσεις βιώνουν μια μορφή σεξουαλικής απόλαυσης κατά το θηλασμό. Αυτό έχει αναφερθεί από τους Μάστερς και Τζόνσον, σε μελέτη που έγινε σε 111 γυναίκες που γέννησαν –από τις οποίες μόνον 24 θήλασαν– όπου σε μερικές περιπτώσεις παρατηρήθηκε σεξουαλική διέγερση κατά το θηλασμό. Το πόσο συχνά συμβαίνει αυτό το γεγονός δεν είναι γνωστό, πάντως, πιστεύεται ότι δεν είναι ασυνήθιστο. Οι μητέρες που θηλάζουν πρέπει να νιώθουν κάποιες ενοχές σχετικά μ' αυτή την εμπειρία, γι' αυτό και δεν την αναφέρουν. Σε μερικές περιπτώσεις πιστεύεται ότι αυτές οι ενοχές οδηγούν σε πρόωρο απογαλακτισμό.

Για μερικές γυναίκες ο μαστός είναι πολύ ερωτογενής. Οι μαλάξεις του μαστού στη διάρκεια της γαλακτοφορίας, τόσο από τη μητέρα όσο και από το βρέφος, μπορούν κάτω από ευνοϊκές αλλά μη προμελετημένες συνθήκες να προκαλέσουν ερεθισμό.

Σαφώς, η πλειοψηφία των γυναικών, που απολαμβάνουν το θηλασμό, δεν έχουν αισθήματα ούτε αντιδράσεις στη διέγερση του μαστού, που θα μπορούσαν να εκληφθούν ως σεξουαλική διέγερση, αν και απολαμβάνουν το θηλασμό με οικειότητα, καθώς και την τρυφερή σχέση με το παιδί τους.

Σεξουαλική δραστηριότητα της θηλάζουσας μητέρας

Από την εξέταση των περιορισμένων στοιχείων θηλάζουσας μητέρας στην ομάδα (μελέτη των Μάστερς και Τζόν-

σον), διαπιστώθηκε ακόμα ότι οι θηλάζουσες μητέρες ήταν προθυμότερες από τις μη θηλάζουσες για σεξουαλική δραστηριότητα. Τα στοιχεία ήταν ανεξάρτητα από το φόβο μιας νέας εγκυμοσύνης. Αναφέρεται ότι το ενδιαφέρον αυτό εμφανίστηκε 2 με 3 εβδομάδες μετά τον τοκετό.

Ατομικές έρευνες μέσω ερωτηματολογίου δείχνουν ότι το 30% των μητέρων, που θηλάζαν, πίστευαν ότι οι σεξουαλικές σχέσεις τους βελτιώθηκαν και 2,5% ότι χειροτέρεψαν μετά τον τοκετό. Ατομικές μαρτυρίες μητέρων, που θηλάζουν, δείχνουν ότι νιώθουν καλύτερα με τον εαυτό τους, καθώς και με τις σχέσεις τους προς τους συζύγους και την οικογένειά τους γενικότερα.

Γενικότερες παρατηρήσεις δείχνουν ότι αν και μερικές γυναίκες εκδήλωσαν ίσως αυξημένο ενδιαφέρον για σεξουαλικές σχέσεις κατά το θηλασμό, άλλες δεν εκδήλωσαν κανένα ενδιαφέρον για 6 μήνες περίπου. Δεν εξακριβώθηκε αν αυτό οφείλεται στον κορεσμό των αναγκών της μητέρας ή σε γενικότερη κόπωση ή φόβο για νέα εγκυμοσύνη.

Το σεξουαλικό ερέθισμα μπορεί να πυροδοτήσει την έκκριση γάλακτος και η έκκριση γάλακτος μπορεί να έχει αρνητική επίδραση στον άνδρα. Μια πρακτική λύση, για να μην εκκρίνεται γάλα κατά την ερωτική πράξη, είναι να προηγείται θηλασμός.

Η όλη γνώση του θηλασμού ως βιολογικού φαινομένου, θα βοηθήσει τα ζευγάρια να καταλάβουν τέτοιες αντιδράσεις και να αποφεύγουν έτσι αρνητικές ψυχολογικές αντιδράσεις. Δεν υπάρχει λόγος να συνιστάται αποφυγή της μάλαξης του μαστού κατά την ερωτική πράξη, αν και οι γιατροί συχνά επι-



βάλλουν αυστηρούς περιορισμούς στη σεξουαλική δραστηριότητα της γυναίκας που θηλάζει. Δεν υπάρχει επιστημονική βάση για τέτοιους περιορισμούς, ούτε διαφορές στην πιθανότητα μόλυνσης και μαστίτιδας σε σχέση με τέτοια δραστηριότητα. Ασυνήθιστοι περιορισμοί επιβάλλονται συχνά, χωρίς ιατρικές ενδείξεις.

Είναι εποικοδομητικό να συζητηθεί με τη γυναίκα που θηλάζει, ότι οι ορμονικές επιδράσεις στον κόλπο μπορεί να είναι η υπερβολική ξηρότητα και η δισπαρέυνεια. Με την απότομη πτώση των γοναδοτροπινών και των ωθητικών ορμονών, την αύξηση της προλακτίνης την ώρα της γέννησης του παιδιού και την αποβολή του πλακούντα, το κοιλιακό επιθήλιο γίνεται λεπτό και ατροφικό.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ruth Lawrence: Breastfeeding. A guide for the medical profession. 4th edition, 1994.