



Αποχωρισμός Μητέρας-Βρέφους: Επιπτώσεις

Από την Κατερίνα Μιχαηλίδου, Σύμβουλο Θηλασμού, Ομάδα Νοτιοδυτικής Αττικής, Πιστοποιημένη Σύμβουλο Μητρικού Θηλασμού και Γαλουχίας, katerinamich@gmail.com



Στο Αμφιθέατρο του Πανεπιστημιακού Γενικού Νοσοκομείου «Αττικών» πραγματοποιήθηκε με επιτυχία η 4η ετήσια Ημερίδα των IBCLC Ελλάδος στις 20 Μαρτίου 2011. Η μεγάλη έκπληξη για τα ελληνικά δεδομένα ήταν το θέμα της Ημερίδας «Αποχωρισμός Μητέρας- Βρέφους: Επιπτώσεις», ως βασικότερου προβλήματος που έχει αρνητικό αντίκτυπο στη στήριξη και επιτυχία του μητρικού θηλασμού.

Η Ημερίδα απευθύνονταν κυρίως σε επαγγελματίες Υγείας και ξεκίνησε με τους χαιρετισμούς από την Παιδιάτρο-Νεογνολόγο, Πιστοποιημένη Σύμβουλο Γαλουχίας, Διευθύντρια στην ΜΕΝ του Αττικού Νοσοκομείου και Πρόεδρο του Συλλόγου των IBCLC Ελλάδος «ΓΑΛΑΞΙΑΣ», κα Παναγιούλα Μέξη – Μπουρνά.

Στη συνέχεια η κα Μπριγκίτε Σιγκνερ Τουλούπη –Μαΐα και Πιστοποιημένη Σύμβουλο Γαλουχίας παρουσίασε το θέμα για την Παγκόσμια Εβδομάδα Θηλασμού για το 2011 με θέμα «Μίλα μου! Μητρικός Θηλασμός, μια τρισδιάστατη εμπειρία», καταδεικνύοντας τους τρόπους που η τεχνολογία μπορεί να «αγγίζει» αλλά και παράλληλα να ενημερώνει για τον μητρικό θηλασμό στην εποχή μας. Η χρήση πολυμέσων είναι πολύ ελκυστική και προσβάσιμη από τους περισσότερους ανεξάρτητα από την ηλικία, την οικονομική κατάσταση και το μορφωτικό επίπεδο, οπότε προσφέρει την ιδανική ευκαιρία για την επιμόρφωση του κοινού ακόμη και σε σχέση με τον μητρικό θηλασμό!

Το θέμα της Ημερίδας καλύφθηκε από τις επό-

μενες τέσσερις ενότητες με αναφορά στις επιπτώσεις του αποχωρισμού στο νεογνό και στη μητέρα.

Η πρώτη ενότητα, με Συντονίστρια την Παιδιάτρο και Πιστοποιημένη Σύμβουλο Γαλουχίας Άννα Πατσούρου από τη Θεσσαλονίκη ήταν εστιασμένη στο θέμα του γονεϊκού δεσμού. Η Μιλένα Ρούζκοβα- Μαιευτήρας-Γυναικολόγος και Πιστοποιημένη Σύμβουλος Γαλουχίας ανέλυσε με πολύ γλαφυρό τρόπο τη διαπαιδαγώγηση μέσω της προσκόλλησης (attachment parenting) και τις βιολογικές ρίζες της αγάπης. Στην ομιλία της με αναφορές σε ανθρωπολογικά ευρήματα τόνισε την αναγκαιότητα του Δεσμού ως βασικού και αναντικατάστατου παράγοντα επιβίωσης του ανθρώπινου είδους, καθώς και πως επέρχεται ανισορροπία στην σχέση όταν το μωρό αποχωριστεί από τη μητέρα του. Η θεωρία της προσκόλλησης συνοπτικά υποστηρίζει ότι το κάθε παιδί χρειάζεται να δημιουργήσει σχέση με τουλάχιστον ένα βασικό άνθρωπο που θα το φροντίζει, για να έχει ομαλή κοινωνική και συναισθηματική εξέλιξη και ότι οι επόμενες σχέσεις του κτίζονται πάνω στα πρότυπα αυτής της πρώτης σχέσης του.

Η επόμενη ομιλήτρια, Βίκυ Δανηλάτου, Αιματολόγος και Πιστοποιημένη Σύμβουλος Γαλουχίας από την Κρήτη (εργάζεται στο Νοσοκομείο του Ηρακλείου), αναφέρθηκε στις σοβαρές αρνητικές επιπτώσεις (παθοφυσιολογικές, νευρομεταβολικές και απεικονιστικές) του αποχωρισμού



μπέρας-νεογέννητου στο παιδικό εγκέφαλο, όπως καταδεικνύεται από τα αποτελέσματα πειραματικών ερευνών.

Η δεύτερη ενότητα, με Συντονίστρια τη Gabi Καβελλοπούλου, Σύμβουλο Θηλασμού του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδος-La Leche League Greece και Πιστοποιημένη Σύμβουλο Γαλουχίας αναφέρθηκε στις αιτίες αποχωρισμού και την αντιμετώπισή τους.

Η Παιδιάτρος και Πιστοποιημένη Σύμβουλος Γαλουχίας Δώρα Μενούνου από τη Θεσσαλονίκη αναφέρθηκε στο κατά πόσο η περιγεννητική φροντίδα, το είδος του τοκετού αλλά και η πρώτη ώρα ζωής του νεογνού μπορούν εξαιτίας λανθασμένων πρακτικών που εφαρμόζονται συνήθως, χωρίς ουσιαστική ή παθολογική αιτία, να επηρεάσουν τον αποχωρισμό μπέρας-μωρού. Τονίστηκε όμως ότι ο στόχος του Επαγγελματία Υγείας είναι να αποτρέψει τον άσκοπο αποχωρισμό μπέρας –νεογέννητου και να επαναφέρει το μωρό δίπλα στην μτέρα του –όπου είναι και η θέση του ακόμη και εάν για λίγο πρέπει να είναι χωριστά, όταν για παράδειγμα συντρέχει σοβαρός ιατρικός λόγος.

Η επόμενη ομιλήτρια Παιδιάτρος και Πιστοποιημένη Σύμβουλος Γαλουχίας Κατερίνα Πανταζή από την Αθήνα, αναφέρθηκε σε δυο ακόμη αιτίες αναπόφευκτου αποχωρισμού: όταν το μωρό παρουσιάσει χολερυθρίνη (ίκτερο) σε υψηλότερα επίπεδα από τα επιτρεπτά όρια ή παρουσιάσει υπογλυκαιμία. Η προτροπή της ομιλήτριας ήταν να ενθαρρύνονται οι μτέρες να θηλάζουν τα μωρά τους ώστε να μην χάνεται η επαφή με το μωρό και να ξεκινούν συστηματικές αντλήσεις ώστε να μη μειωθεί η παραγωγή τους την περίοδο που τα μωρά τους αδυνατούν να θηλάσουν. Ακόμη, διευκρίνισε τους λόγους που

μπορεί να εκδηλωθεί ίκτερος ή υπογλυκαιμία και ότι πρέπει να αντιμετωπίζονται με όσο είναι δυνατόν λιγότερο αποχωρισμό των μωρών από τις μτέρες τους.

Η επόμενη ομιλία με θέμα «Πρόωρος Τοκετός» καλύφθηκε από τη Νεογνολόγο, Διευθύντρια στην ΜΕΝ του Αττικού Νοσοκομείου και Πιστοποιημένη Σύμβουλο Γαλουχίας Παναγιούλα Μέξη – Μπουρνά που τόνισε το γεγονός ότι αν και ο αποχωρισμός είναι αναπόφευκτος σε ένα πρόωρο τοκετό- η κάθε περίπτωση είναι ξεχωριστή (π.χ. ανάλογα το βάρος του νεογνού και το πόσο πρόωρο είναι). Παράλληλα έχει μεγάλη σημασία από ότι φαίνεται και από έρευνες σχετικά με τη «μέθοδο καγκουρά» και τα οφέλη της – να υπάρχει δερματική επαφή με τη μτέρα μόλις σταθεροποιηθούν οι λειτουργίες του νεογνού. Αυτός είναι και ένας στόχος της ΜΕΝ του Γ.Π.Ν. Αττικών. Ευχόμαστε να συνεχίζουν τις προσπάθειές τους γι' αυτόν το σημαντικό σκοπό!

Στην τρίτη ενότητα με θέμα “Επιδράσεις της στενής Επαφής μπέρας βρέφους” Συντονίστρια ήταν η Laura Anne Robertson, Μοριακή Βιολόγος, Πιστοποιημένη Σύμβουλος Γαλουχίας και Ειδικός Ολιστικής Οικογενειακής Υγείας AADP. Η πρώτη ομιλία της ενότητας αυτής είχε θέμα «Υπνος και Αποχωρισμός» και την παρουσίασε η Παιδιάτρος-Ειδική Νεογνολόγος και Πιστοποιημένη Σύμβουλος Γαλουχίας Αναστασία Καραθανάση από τη Λάρισα. Τα στοιχεία που παρουσιάστηκαν ήταν πολύ ενδιαφέροντα. Συγκεκριμένα τα οφέλη του να μην υπάρχει αποχωρισμός τη νύχτα είναι πολλά: για το μωρό -που δεν είναι απαραίτητο να κλάψει για να θηλάσει, καθώς και ως πρόληψη για το Σύνδρομο Αικνιδίου Θανάτου. Στα μωρά που δεν απο-

χωρίζονται στον ύπνο την μτέρα τους το στάδιο με βαθύ ύπνο (Rapid Eye Movement-REM) είναι συχνότερα και βοηθούν στην καλύτερη ανάπτυξη του εγκεφάλου. Όταν μία μτέρα επιτρέπει στο μωρό της να θηλάξει τη νύχτα, μπορεί να ξεκουράζεται περισσότερο αλλά και να διασφαλίζει μεγαλύτερη παραγωγή γάλακτος. Συμπερασματικά, τονίστηκε ότι οι μτέρες είναι πολύ σημαντικό να σέβονται τις νυχτερινές ανάγκες του μωρού τους και να τις καλύπτουν με τον μητρικό θηλασμό ως ένα αναπόσπαστο και φυσιολογικό κομμάτι της ανάπτυξης του.

Η Κατερίνα Μιχαλίδου, Πιστοποιημένη Σύμβουλος Γαλουχίας, Βοηθός Μητρότητας και Σύμβουλος Θηλασμού του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδος –La Leche League Greece, παρουσίασε το θέμα «Επιλόχεια Κατάθλιψη» στην τελευταία ενότητα της Ημερίδας. Όπως τονίστηκε, ενώ η αρνητική διάθεση της μπέρας όπως και ο αποχωρισμός της μπέρας από το μωρό σχετίζεται με την επιλόχεια κατάθλιψη, είτε λόγω των ορμονικών αλλαγών μετά τη γέννα, την κούραση και τον πόνο, τα ερευνητικά δεδομένα καταδεικνύουν ότι προ-φλεγμονώδεις παράγοντες που υπάρχουν στον οργανισμό της μπέρας, πυροδοτούν αυτόν τον μηχανισμό καθώς είναι σε υψηλά επίπεδα το τελευταίο τρίμηνο της εγκυμοσύνης και εξής. Ένα από τα οφέλη του μητρικού θηλασμού είναι η πρόληψη της επιλόχειας κατάθλιψης, λόγω των ορμονών που εκλύονται καθώς η μτέρα έχει λιγότερο στρες όταν θηλάζει και παράγει λιπαρά οξέα Ωμέγα 3-EPA-DHA, που προλαμβάνουν και αντιμετωπίζουν την τάση για φλεγμονές.

Η τέταρτη και τελευταία ενότητα με Συντονίστρια την Παιδιάτρο-Νεογνολόγο και Πιστοποιημένη Σύμβουλο Γαλουχίας Παναγιούλα

Μέξη- Μπουρνά είχε το θέμα «Αναπόφευκτος Αποχωρισμός».

Το θέμα «Φιλική προς τα Βρέφη και μικρά παιδιά Παιδιατρική Κλινική» κάλυψε ο παιδίατρος και Πιστοποιημένος Σύμβουλος Γαλουχίας Στέλιος Παπαβέντσος από τη Θεσσαλονίκη. Οι προτάσεις –εισηγήσεις του αφορούσαν τα διεθνή δεδομένα που εφαρμόζονται, ώστε το παιδιατρείο όχι μόνο να μην προωθεί το βιομηχανοποιημένο γάλα αλλά, να ενθαρρύνει τους γονείς να μην αποχωρίζονται το μωρό τους και να υποστηρίζει τις μτέρες να θηλάζουν τα παιδιά τους και μετά τους 6 μήνες τουλάχιστον!

Η 4η Ημερίδα των Πιστοποιημένων Συμβούλων Γαλουχίας ολοκληρώθηκε με την παρουσίαση της Αγγλαΐας Παπαδήμα, Δασολόγου (με Μεταπτυχιακό στη Γενετική) και Πιστοποιημένης Συμβούλου Γαλουχίας, με θέμα «Ελαχιστοποίηση συνεπειών από τον αναπόφευκτο αποχωρισμό μπέρας –παιδιού». Η ομιλήτρια τόνισε με τον δικό της μοναδικό τρόπο τη σημασία της υποστήριξης των μτέρων που για κάποιον λόγο –πχ πρόωρο μωρό στην ΜΕΝ θα πρέπει να αποχωριστούν το μωρό τους. Στόχος των επαγγελματιών υγείας, εκτός από την ενθάρρυνση των μτέρων είναι να δίνουν σαφείς και κατάλληλες οδηγίες ανάλογα με την περίπτωση, σε σχέση με τη χρήση του θήλαστρου, ώστε να βοηθήσουν τη μτέρα να εδραιώσει την γαλουχία για να μπορεί να καλύψει τις ανάγκες του μωρού της όσο είναι χωριστά από το μωρό της, αλλά και αφού επιστρέψει.

Γενικά, η ανταπόκριση του κοινού σε όλες τις ομιλίες ήταν πολύ καλή καθώς και τα ερωτήματα πολλά. Ευχόμαστε να ευοδωθούν οι προσπάθειες για την κατάλληλη και έγκυρη ενημέρωση για τη γαλουχία αλλά και την αφύπνιση των επαγγελματιών υγείας και των γονέων.