



Η συνειδητή και ενεργή συμμετοχή της μητέρας στον τοκετό βοηθάει στο καλό ξεκίνημα του θηλασμού

Πως οι παρεμβάσεις στον τοκετό επηρεάζουν τον θηλασμό



“Πριν από 12 χρόνια γέννησα την πρώτη μου κόρη Λυδία με υποστήριξη της γυναικολόγου μου και μαίας, φιλικής προς το φυσικό τοκετό. Διάβασα βιβλία της γυναικολόγου για να διαλέξω που και πως θα γεννήσω. Ήμουν τυχερή γιατί αυτή η γιατρός με άφησε να ακούσω το σώμα μου να αφουγκραστώ τον ήχο μου, να κινηθώ

όπως ήθελα. Δεν με έβαλε σε μια καρέκλα να περιμένω αβοήθητη. Όταν της είπα ότι φοβόμουν, μου είπε δεν θα είναι πόνοι αλλά κύματα χαράς που θα σε φέρουν πιο κοντά στη δημιουργία της ζωής.

Τα πράγματα δεν εξελίχθηκαν όπως θέλαμε και ένα βράδυ δέκα μέρες πριν την πιθανή ημερομηνία

τοκετού το παιδί κλώτσησε και χύθηκε ποσότητα νερού και βλάννας. Τότε χωρίς καμία παρέμβαση και σε αναμονή περιμέναμε να αρχίσει ο τοκετός αλλά δεν βλέπαμε καμιά αλλαγή. Μετά από δυο μέρες ο φόβος που μας προκάλεσε το γεγονός ότι ακούσαμε τους παλμούς του παιδιού και τη συμβατική γνώμη της μαιευτικής που ασκείται κυρίως από άντρες, επισπεύσαμε τη διαδικασία. Τελικά γέννησα με συνοδεία ορού, δε μπορούσα να κάνω πολλές κινήσεις γιατί οι συστολές ήταν πολύ έντονες και γρήγορες όλα ήταν πιο δυνατά.

Βίωσα την πιο εκπληκτική περιπέτεια, έκρηξη χαράς και ζωής ξεπρόβαλε από το σώμα μου που άλλαξε ριζικά τη ζωή μου. Τότε κατάλαβα τη βαθύτερη μου δύναμη και το βαθύτερο ένστικτο βγήκε στην επιφάνεια. Θήλασα την κόρη μου κατευθείαν χωρίς κανένα πρόβλημα.”

(*Δέσποινα Μασάκη μητέρα δύο κοριτσιών*)

Πόσες γυναίκες ζουν την εμπειρία του τοκετού που μετατρέπει ένα κορίτσι σε γυναίκα με σεβασμό και αφήνουν τη μητέρα να νιώσει τη δύναμη της;

Η νοσοκομειακή τεχνολογική μαιευτική χρησιμοποιώντας τον φόβο για την υγεία μητέρας και μωρού, επεμβαίνουν στην σημαντικότερη στιγμή της μεταμόρφωσης της γυναίκας χωρίς να μπορούν να καταλάβουν απόλυτα πώς αισθάνεται. Η σύγχρονη μαιευτική αγνοεί το ότι θηλασμός και γέννα είναι αναπόσπαστα κομμάτια

της σεξουαλικής ζωής της γυναίκας. Όπως λέει και μία αρχή από την φιλοσοφία της La Leche League “*Η συνειδητή και ενεργή συμμετοχή της μητέρας στη γέννα βοηθάει στο καλό ξεκίνημα του θηλασμού*”.

Ποιες είναι οι παρεμβάσεις στη γέννα και πως αντιμετωπίζονται;

Χρήση φαρμάκων

Η χρήση φαρμάκων στη γέννα όπως τα πρεμιστικά, οι τεχνητοί πόνοι (χημική ωκυτοκίνη) και τα παυσίπονα διαπερνούν τον πλακούντα και κάνουν το έμβρυο υποτονικό. Η χρήση φαρμάκων αλλοιώνει την ισορροπία των ορμονών στη μητέρα. Δημιουργούνται προβλήματα όταν χορηγείται ωκυτοκίνη καθώς προκαλεί οίδημα και πρήξιμο στο στήθος παραπάνω από το φυσιολογικό αφού περνάει μια ποσότητα φαρμάκου





διάρκεια της επέμβασης δημιουργεί μύκητες (*candida albicans*) που ευθύνεται για τους μύκητες στο στήθος και στο στόμα του παιδιού που μπορεί να οδηγήσει σε πληγωμένες θηλές. Τα μωρά είναι ζαλισμένα από τα φάρμακα, σε προγραμματισμένες καισαρικές είναι δυο βδομάδες πιο νωρίς

για τις περιπτώσεις που το μωρό δεν μπορεί να θηλάσει ικανοποιητικά. Τι είναι η συσκευή SNS (supplemental nursing system) και πως χρησιμοποιείται ώστε να δίνεται συμπλήρωμα ενώ το μωρό βρίσκεται στο στήθος. Το πιο σημαντικό απ' όλα είναι να υπάρχει επαφή σώμα με σώμα του νεογέννητου με τη μητέρα, διότι μαθαίνει τη μυρωδιά, αισθάνεται τη ζεστασιά και την αγάπη της μητέρας, αυξάνεται ο δεσμός μεταξύ τους και βοηθάει να εγκατασταθεί ο θηλασμός.

Δέσποινα Μασάκη, Σύμβουλος Θηλασμού της LLLI

στο στήθος. Προτείνεται άντληση του γάλακτος, ειδικά όταν το παιδί δεν θηλάζει ικανοποιητικά και είναι μακριά από τη μητέρα για πολλές ώρες. Όμως η μητέρα χρειάζεται προσοχή και υποστήριξη από Σύμβουλο Θηλασμού για να μη έχει υπερπαραγωγή και μετά οδηγηθεί σε μαστίτιδα και υπερφόρτωση του στήθους.

Επισκληρίδιος αναισθησία

Η επισκληρίδιος αναισθησία γίνεται με εισαγωγή μιας βελόνας ανάμεσα σε δυο οσφυϊκούς σπονδύλους. Το αποτέλεσμα είναι ότι χορηγείται ένα αναλγητικό που παραλύει την περιοχή του σώματος από την μέση και κάτω. Και ενώ η μητέρα είναι ξύπνια (σε σχέση με την ολική αναισθησία) δεν νιώθει τίποτα σχετικά με τον τοκετό. Η μητέρα δεν μπορεί να καταλάβει πότε κατεβαίνει το βρέφος, πρέπει να της το πουν ότι κατέβηκε, οπότε αν δε καταφέρει να βγει τότε πρέπει να τραβηχτεί με εμβρυουλκό. Αυτή η παρέμβαση έχει τον κίνδυνο ότι αυξάνει τις πιθανότητες για καισαρική τομή. Κάτι που εξαρτάται από το φάρμακο, τη ποσότητα του και το χρόνο που επέδρασε στην μητέρα. Και αυτό το

φάρμακο, όπως τα φάρμακα του τοκετού, περνάει στον ομφάλιο λώρο. Τα βρέφη δεν είναι σε εγρήγορση, έχουν λιγότερο οργανωμένες κινήσεις και δεν προσανατολίζονται το εαυτό τους. Παρουσιάζονται προβλήματα στο να πιήσει το παιδί το στήθος και συχνά είναι ληθαργικό. Η μητέρα χρειάζεται βοήθεια τις πρώτες ώρες αλλά και καλή ενημέρωση από πριν.

Καισαρική τομή

Οι καισαρικές τομές έχουν αυξηθεί σε ποσοστό 30% σε πολλές χώρες του κόσμου. Επίσης ένας βασικός λόγος για την αύξηση των καισαρικών μπορεί να είναι η ανάγκη των επαγγελματιών υγείας να ελέγχουν τη διαδικασία της γέννας σε βαθμό που να περιορίζεται σημαντικά η συμμετοχή της μητέρας σε αυτή την φυσική διαδικασία. Σε μια τέτοια περίπτωση η μητέρα αντιμετωπίζει αρκετές προκλήσεις και χρειάζεται υποστήριξη τόσο η ίδια όσο και το μωρό. Με τα αναισθητικά φάρμακα η μητέρα είναι ληθαργική και ζαλισμένη, πονάει από την επέμβαση και πρέπει να βρει βολική στάση για το θηλασμό λόγω της τομής. Η χορήγηση των αντιβιοτικών κατά τη

από την πιθανή ημερομηνία τοκετού συνεπώς μερικά δεν έχουν τη δύναμη ενός τελειόμνου παιδιού και κοιμούνται εύκολα στο στήθος. Η μητέρα θέλει υποστήριξη και βοήθεια τόσο στον θηλασμό αλλά και συναισθηματική καθώς μπορεί να οδηγηθεί σε επιλόχεια κατάθλιψη.

Το πιο σημαντικό είναι ότι το βρέφος της και εκείνη είναι ασφαλής και γεροί. Μπορεί η μητέρα να θηλάσει αμέσως μετά τη καισαρική. Μπορεί να είναι πρόκληση ο θηλασμός μετά από καισαρική, αλλά οι προκλήσεις μας ενδυναμώνουν αρκεί να έχουμε σωστή ενημέρωση, να αναζητήσουμε υποστήριξη και να έχουμε κοντά μας κατάλληλα καταρτισμένους με γνώση ανθρώπους, όπως οι Σύμβουλοι Θηλασμού του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδος.

Όταν η μητέρα γνωρίζει ότι θα γίνουν παρεμβάσεις, αλλά και στη διάρκεια της εγκυμοσύνης είναι καλό να ενημερωθεί πως θα αντιμετωπίσει πιθανές δυσκολίες στον θηλασμό από τις παρεμβάσεις στον τοκετό. Είναι χρήσιμο να ενημερωθεί για το πως γίνεται η άντληση του γάλακτος τόσο με θήλαστρο αλλά και με το χέρι,

“Κάπου σε ένα μακρινό χωριό της Γαλλίας υπάρχει μία μαιευτική κλινική ανεξάρτητη από τις συμβατικές μεθόδους. Εκεί οι γυναίκες γεννάνε ανακούρκουδα υπάρχει κίνηση και παρατεταμένη επαφή ανάμεσα στη μητέρα και το παιδί. Το μπιανιάρισμα των νεογέννητων, οι ομάδες τραγουδιού, μουσική χλιαρό νερό και πισίνες. Πίστη στο ενστικτώδες δυναμικό των ανθρώπων και την έμφυτη γνώση που έχουν οι γυναίκες για τη γέννα με ελευθερία. Αυτό τον εξανθρωπισμό της γέννας δικαιούνται όλες οι γυναίκες του κόσμου”.
Αναγέννηση, Dr Michel Odent

Πηγές:

Αναγέννηση, η γέννα στο δρόμο της φύσης,
Dr Michel Odent
www.llli.org