



# Και τελικά καταλήξαμε να κάνουμε tandem...

**Το Μάρτιο του 2010 έφερα στον κόσμο τον πρώτο μας γιο. Τον Κωνσταντίνο. 3980 κιλά και 54 εκατοστά. Γεννήθηκε με καισαρική τομή στις 40 εβδομάδες και δύο μέρες. Οι λόγοι; Άνευ ουσίας. Μία ακόμη καισαρική που δεν ήταν απαραίτητη...**

Είχα ζητήσει από πριν, με το που θα γεννηθεί το μωρό να το βάλω κατευθείαν στο στήθος. Δυστυχώς κάτι τέτοιο δεν έγινε. Μου τον έδωσαν για να τον δω για λίγο, μόλις τον έβγαλε ο γιατρός από την κοιλιά μου και μετά τον πήραν.

Μου τον έφεραν μετά από πέντε ώρες!!! Είχαμε επιλέξει τετράκλινο και το rooming-in δεν επιτρεπόταν. Τα μωρά μάς τα έφερναν κάθε τέσσερις με πέντε ώρες. Με το που μου τον έφεραν, τον έβαλα κατευθείαν στο στήθος. Θήλαζε για μία ώρα. Ήταν τόσο μεγάλη η χαρά μου που τον

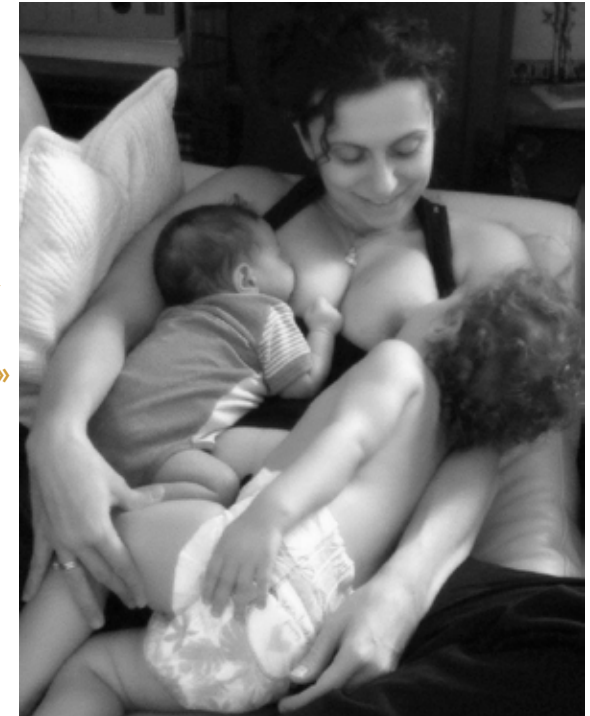
έβλεπα να θηλάζει! Πίστευα πως όλα κυλούσαν τέλεια... Κάθε φορά που μου τον έφερναν τον έβαζα κατευθείαν στο στήθος και τον άφηνα εκεί για όσο ήθελε. Δυστυχώς την επόμενη μέρα, οι θηλές μου μάτωσαν. Σχίστηκαν στη μέση. Μου είπαν να πάρω ψευδοθηλές. Πήρα, αλλά όταν έβαζα το μωρό να θηλάσει, το μόνο που έβγαίνε ήταν αίμα. Τρομοκρατήθηκα!!! Ο γιατρός μου είπε: «δώσε στο παιδί γάλα να πιει, γιατί θα πάθει αφυδάτωση». Κοιτάει και το στήθος μου και μου λέει: «δεν έχεις γάλα».. Σοκ εγώ!!! Έβαζα λανολίνη και άφηνα ανοικτό το στήθος για να

θρέψουν οι πληγές. Τελικά λίγο πριν φύγω από το μαιευτήριο και ενώ το μωρό είχε καταλήξει να πίνει 120ml ξένο σε κάθε γεύμα, πρήστηκε το στήθος μου. Την τέταρτη μέρα. Μέχρι τότε ο γιατρός μου έλεγε ότι δεν έχω γάλα. Πίεζε το στήθος μου και δεν έβγαίνε τίποτα. Είχα απελπιστεί τοσοόσο πολύ... Η ψυχολογία μου είχε πέσει περισσότερο από ποτέ. Εκλαιγα συνέχεια κι αισθανόμουν ότι δεν μπορώ να θρέψω το παιδάκι μου...

Λίγο πριν την έξοδό μας από το μαιευτήριο, κα-



Ο γιατρός μου είπε: «δώσε στο παιδί γάλα να πιει, γιατί θα πάθει αφυδάτωση»





νονίζουμε και νοικιάζουμε θήλαστρο νοσοκομειακό για να κάνω αντλήσεις ανά τρίωρο, όπως μου συνέστησαν. Παράλληλα με τις μαλάξεις που έκανα, κάτω από ζεστό τρεχούμενο νερό γιατί έτσι μου είχαν συστήσει (που σημαίνει ότι οι θηλές μου δεν είχαν θρέψει ακόμα και φυσικά γινότουσαν χειρότερα με το νερό), προσπαθούσα να αποσυμφορήσω το στήθος. Ζήτημα όμως να έβγαζα 20ml όταν αντλούσα! Το μωρό το έβαζα στο στήθος, όσο άντεχα, κι όταν άρχιζε να δυσανασχετεί του δίναμε το συμπλήρωμα.

**Ψάχνοντας στο ίντερντ με την εξής φράση «πότε θα μου κατέβει το γάλα;», έπεσα πάνω στις οδηγίες για επαναγαλακτισμό. Μόλις το είδα αναπετρώθηκε το ηθικό μου. Είπα επιτέλους να κάτι που θα με βοηθήσει.**

Όλοι μου λέγανε ότι θα μου κατέβει το γάλα. Περιμένα περιμένα μα τίποτα... Είχα απογοητευτεί πάρα πολύ! Ψάχνοντας στο ίντερντ με την εξής φράση «πότε θα μου κατέβει το γάλα;», έπεσα πάνω στις οδηγίες για επαναγαλακτισμό. Μόλις το είδα αναπετρώθηκε το ηθικό μου. Είπα επιτέλους να κάτι που θα με βοηθήσει. Μίλησα με μερικές κοπέλες στο ίντερντ και ξαναπαρήγγειλα θήλαστρο. Είπα στον άντρα μου ότι θα το προσπαθήσω κι ότι βγει. Εξάλλου δεν έχω να χάσω τίποτα. Όταν όμως μίλησα στο γιατρό μου για επαναγαλακτισμό με κοίταζε σαν να ήμουν καρτούν! Ο άντρας μου ευτυχώς, που είναι πάντα δίπλα μου σε όλες μου τις επιλογές, μου έδινε συνεχώς δύναμη και κουράγιο. Έτσι λοιπόν ξεκίνησαν οι αντλήσεις.. Κάθε δύο ή τρεις ώρες,

μέρα-νύχτα, 10 λεπτά το κάθε στήθος. Για την εξάντληση δεν το συζητώ...

Μετά από δύο μήνες, κατάφερα να συμπληρώνω εγώ όλα τα γεύματα του μωρού μου. Η χαρά μου δεν περιγραφόταν. Σταματάω τις αντλήσεις κι αρχίζω να δίνω μόνο στήθος στο μωρό μου. Δεν έπρεπε όμως να το σταματήσω έτσι απότομα, γιατί η παραγωγή μου είχε αρχίσει πάλι να μειώνεται και δεν το είχα καταλάβει. Το μωρό έχανε βάρος και εκεί αρχίσαμε να ανησυχούμε.

Μπαίνω σε ένα φόρουμ και ζητάω να επικοινωνήσω με μια κυρία, της δίνω όλο μας το ιστορικό και μου λέει ότι θα πρέπει να μας δει Σύμβουλος Θηλασμού, αλλά και να κάνουμε και ένα κρανιοϊερό μασάζ στο μωρό. Κανονίζουμε το μασάζ στον οστεοπαθητικό και από εκεί ο ίδιος μου δίνει τα στοιχεία της Πιστοποιημένης Συμβούλου Γαλουχίας (International Board of Certified Lactation Consultants IBCLC). Με το μασάζ το μωρό κατευθείαν ηρέμησε και έπιανε πολύ καλύτερα το στήθος. Επικοινωνούμε με τη Σύμβουλο και έρχεται να μας δει. Της έδωσα όλο το ιστορικό μας και ξεκίνησα πάλι τις αντλήσεις. Μας έσωσε. Μου πήρε ενάμιση μήνα περίπου με αντλήσεις ανά τρίωρο για να καταφέρω να επαναφέρω την παραγωγή μου και να καλύπτω το μωρό μου 100%. Αυτές οι μέρες νόμιζα ότι δεν θα τελείωναν ποτέ... Τελικά τελείωσαν κι οι μέρες του επαναγαλακτισμού και το μωράκι μου θήλασα αποκλειστικά. *(Ιφιγένεια, πότε έγινε αυτό; Όταν ο Κωνσταντίνος ήταν πέντε μηνών; Και όταν έμεινες έγκυος δεν μειώθηκε το γάλα; Και πώς ένωθες εσύ;)*

Όταν ο Κωνσταντίνος μας ήταν 16 μηνών, ήρθε στη ζωή μας, με φυσιολογικό πλέον το-

κετό μετά από καισαρική (VBAC) ο Γιωργάκης μας. Από την πρώτη στιγμή, με το λώρο ακόμα ενωμένοι, τον έβαλε ο γιατρός επάνω μου και τον θήλασα. Τον αποχωρίστηκα για πολύ λίγο και φυσικά μετά είχα ζητήσει rooming-in. Στο

με την Κατερίνα για να της πω την μέχρι τώρα πορεία μας. Τελικά μας σύστησε και πήγαμε σε μία παιδοχειρουργό και κόψαμε το χαλινό. Από τότε το μωρό θήλαζε πολύ καλύτερα, πολύ πιο αποτελεσματικά και άρχισε να παίρνει βάρος.



μαιευτήριο δεν χρειάστηκε να μείνω πολύ. Την επόμενη μέρα φύγαμε. Φυσικά κάλεσα και πάλι τη Σύμβουλό μας, για να έρθει να δει το μωρό, του κάναμε κι ένα μασαζάκι κρανιοϊερό με τον οστεοπαθητικό. Η Σύμβουλος μας είπε ότι είχε κοντό χαλινό, αλλά θα το δούμε πως θα πάει. Με την επιστροφή μου στο σπίτι θήλαζα και τα δυο μωρά μου. Ο Κωνσταντίνος θήλαζε παράλληλα με τον αδερφό του!

Όμως μετά από δύο μήνες διαπιστώσαμε ότι ο Γιώργος είχε στασιμότητα βάρους. Είχαμε αργήσει να το καταλάβουμε γιατί ο Κωνσταντίνος μου διατηρούσε την παραγωγή οπότε υπήρχε γάλα και για τον Γιώργο. Επικοινωνήσαμε πάλι

Χάρη στον Κωνσταντίνικο, η παραγωγή μου διατηρήθηκε και δεν χρειάστηκε να μπω στη διαδικασία του θήλαστρου ξανά.

Τώρα που σας γράφω, είμαι έγκυος στο τρίτο μας παιδάκι. Ο Κωνσταντίνος, 34 μηνών, και ο Γιώργος, 18 μηνών, συνεχίζουν το θηλασμό και θα συνεχίσουν μαζί με τον αδελφούλη τους για όσο το επιθυμούν... Να είναι καλά και οι Σύμβουλοι που μας βοήθησαν, η Αγγλαΐα και το Κατερινάκι μας!

*Ιφιγένεια Θεοκάρη  
Αθήνα*