



Ένα δύσκολο ξεκίνημα, μια υπέροχη εμπειρία

Για τον θηλασμό ήξερα λίγα πράγματα. Αισθανόμουν πάντα ωραία όταν άκουγα τη μαμά μου να λέει πως θήλασε εμένα και την αδερφή μου για περίπου 4 μήνες και απέδιδα πάντα την καλή μας υγεία ως παιδιά σε αυτό το γεγονός.

Όταν έμεινα έγκυος στο Φίλιππο, άρχισα να ενημερώνομαι για τα πάντα, μεταξύ άλλων και για το θηλασμό, γιατί θεωρούσα δεδομένο και αυτονόητο ότι θα θηλάσω κι εγώ. Διάβασα πολλές πληροφορίες στο internet και ως «καλή μαθήτρια» τα είχα μάθει όλα (ή έτσι νόμιζα!). Οι δυσκολίες που μπορεί να αντιμετωπίσει μια γυναίκα στην αρχή του θηλασμού είχαν πέσει στην αντίληψή μου ως πληροφορία, αλλά έχοντας άγνοια κινδύνου δεν είχα δώσει μεγάλη σημασία. Και ως αισιόδοξος άνθρωπος, θεωρούσα ότι η φύση που τα προβλέπει όλα θα με βοηθήσει και όλα θα εξελιχθούν μια χαρά.

Ο Φίλιππος, με έπιασε πραγματικά... στον ύπνο! Αποφάσισε πως ήθελε να βγει στον έξω κόσμο αρκετά γρήγορα! Την 1η μέρα του ένατου μήνα διαπιστώσαμε «υψηλή ρήξη» στο σάκο και άρχισα να χάνω υγρά. Μπήκα στο μαιευτήριο χωρίς συσπάσεις και διαστολή. Μέχρι το βράδυ διαπίστωσαν ότι έχανα αρκετά υγρά, αλλά επίσης άρχισαν οι πρώτοι πόνοι. Μέχρι την άλλη μέρα το πρωί οι πόνοι δεν είχαν πληθύνει, ούτε είχα διαστολή. Από την αρχή, ο γιατρός θεωρούσε πως ήταν πολύ νωρίς να πιεστεί το μωρό για να γεννηθεί φυσιολογικά, μόλις τη 2η μέρα του ένατου μήνα. Έτσι, μετά από λίγες ώρες, γεννήθηκε ο Φιλιππάκος μας με καισαρική και, ευτυχώς, ικανοποιητικό βάρος 2370gr.

Μου τον έφεραν στο δωμάτιο μετά από περίπου

4 ώρες. Η κοπέλα που τον έφερε μου είπε: **«Δεν ξέρω αν θα τα καταφέρει να θηλάσει. Γεννήθηκε μικρός και πολύ νωρίς και ίσως δεν έχει δυνάμεις. Προσπαθήστε πάντως».**

Ομολογώ ότι δε μου άρεσε η προσέγγισή της. Θεώρησα ότι ήθελαν να του δώσουν μπουκάλι και δεν της έδωσα σημασία. Ο μικρός κοιμόταν σχεδόν όλο το 1ο εικοσιτετράωρο. Τη 2η μέρα, προσπάθησε να πιási το στήθος, αλλά χωρίς επιτυχία. Το στοματάκι του έκανε κάτι μικρές και αδύναμες κινήσεις, πράγμα το οποίο συνεχίστηκε και τις επόμενες ημέρες. Δεν ανησύχησα. Ζήτησα να μου φέρνουν θήλαστρο και άρχισα να βγάζω το πρωτόγαλα, το οποίο του έδινα με μπιμπερό. Οι μάιες προσπαθούσαν πολλές φορές μέσα στη μέρα να τον βοηθήσουν να πιási το στήθος και να αρχίσει να θηλάζει, αλλά μάταια. Συνέχισα να μην πτοούμαι. Θεώρησα πως ήταν θέμα ημερών και σιγά-σιγά θα θηλάζε. Είχα ήδη προμηθευτεί ένα θήλαστρο του εμπορίου και στο σπίτι θα έβγαζα γάλα να τον ταΐζω και θα προσπαθούσα να τον βάλω στο στήθος.

Βγήκαμε από το μαιευτήριο με ίκτερο. Η παιδίατρος που ήρθε την άλλη μέρα σπίτι να τον δει μου τόνισε ότι για να πέσει, χρειάζεται μεταξύ άλλων και «καλό φαγητό». Οπότε δεν ήταν ώρα για πειράματα με το στήθος με κίνδυνο το παιδί να μένει νηστικό ή να υποσιτίζεται. «Βγάξε το γάλα με το θήλαστρο και τάιζε τον και μόλις πέσει ο ίκτερος αρχίζεις και με το στήθος». Έτσι και έκανα. Τις πρώτες μέρες όλα πήγαιναν καλά. Έβγαζα από κάθε στήθος περίπου 150ml γάλα το οποίο ήταν αρκετό και μάλιστα (με





όσα είχα διαβάσει) είχα προνοήσει και έβαζα και λίγο στην κατάψυξη για ώρα ανάγκης. Μετά όμως τις πρώτες ημέρες, άρχισα να παρατηρώ το γάλα να μειώνεται αισθητά, χωρίς να μπορώ να καταλάβω γιατί. Άρχισα να αγχώνομαι ότι το γάλα μου δε θα ήταν αρκετό για τις ανάγκες του μωρού. Στο στήθος ο μικρός δεν καθόταν με τίποτα και έκλαιγε. Άρχισα να βγάζω γάλα κάθε 2 ώρες. Ευτυχώς, ακόμη τα καταφέραμε, δεδομένου ότι είχα προνοήσει με το γάλα που είχα κρατήσει στην κατάψυξη. Τυχαία μιλώντας ένα βράδυ με μία γνωστή μαμά που είχε περάσει τα ίδια, ανακάλυψα την αιτία της μειωμένης παραγωγής: «μην περιμένεις να βγάλεις γάλα με το θήλαστρο που έχεις. Δεν είναι δυνατό. Πρέπει να νοικιάσεις ένα νοσοκομειακό που είναι πολύ πιο δυνατό για να μη σου κοπεί το γάλα». Την άλλη μέρα κιάλας νοικιάσαμε ένα διπλό νοσοκομειακό θήλαστρο. Άρχισα να κάνω αντλήσεις και πράγματι είδα διαφορά, οπότε τουλάχιστον ήμουν χαρούμενη που είχα αρκετό γάλα για να καλύπτω τις ανάγκες του μωρού.

Είχαν περάσει 2 μήνες, ο Φίλιππος έπινε το γάλα μου με μπιμπερό, αλλά στήθος δεν έπιανε. Είχα δοκιμάσει να βάλω και θηλές στο στήθος, μήπως η αίσθηση ήταν ίδια με την πιπίλα του μπιμπερό, αλλά τίποτα. Μάλλον δεν έπιανε καλά και εγώ πόναγα πολύ.

Ένα βράδυ καθώς τον είχα αγκαλιά, κατάλαβα ότι έψαξε να θηλάσει και «έπιανε» το στήθος μου, αλλά ο καημένος δεν ήξερε ακριβώς τι να κάνει. Αυτό ήταν! Αναθάρρησα. Είχα χρόνο μπροστά μου έως ότου γυρίσω στη δουλειά και ήθελα να το προσπαθήσω.

Άρχισα να ψάχνω στο internet για βοήθεια σε θέματα θηλασμού. Τελικά, κατάφερα και βρήκα μια Σύμβουλο, η οποία ήρθε στο σπίτι να μας δει και να μας βοηθήσει. Ήταν ήδη 2,5 μήνες μετά

από τη γέννηση του Φίλιππου. Η Σύμβουλος μου έδωσε σαφείς οδηγίες: έπρεπε να συνεχίσω να βγάζω γάλα με το θήλαστρο 8 φορές την ημέρα, για να μη σταματήσει η παραγωγή, και ταυτόχρονα να είμαι με το μωρό skin to skin και στο στήθος όσο περισσότερο γινόταν. Πράγματι άρχισα εντατικά. Εκείνος ο μήνας μου φάνηκε αιώνας. Είχαν περάσει οι πρώτες 20 ημέρες όταν επισκέφτηκα την παιδίατρο για ένα προγραμματισμένο εμβόλιο του μωρού. Με ρώτησε πως τα πηγαίναμε με το θηλασμό. Δεν ήμουν σίγουρη ακόμα αν ο μικρός κατάφερνε να πίνει αρκετή ποσότητα από το στήθος: «Γιατί παιδεύεστε, μου είπε; Βγάξε το γάλα με το θήλαστρο και δίνε το με το μπιμπερό». Έφυγα θυμάμαι πολύ προβληματισμένη. Κάνω το σωστό; Μήπως όντως παιδεύομαι και παιδεύω και το παιδί, σκεφτόμουν. Μέσα μου μας έδωσε παράταση δέκα ημέρες ακόμη, να ολοκληρωθεί ένας μήνας προσπάθειας. Μέχρι και το SNS (Supplemental Nursing System) χρησιμοποίησα για να τον κάνω να καταλάβει ότι το στήθος της μαμάς έχει γάλα, όπως μου είχε πει η Σύμβουλος. Μέχρι να κλείσει ο ένας μήνας προσπάθειας, ο Φίλιππος είχε αρχίσει να θηλάζει κανονικά! Στην αρχή παρατηρούσα ότι δεν ήθελε να φάει άλλο μετά το θηλασμό και ότι τα γεύματα με το μπιμπερό όλο και μειωνόντουσαν. Μετά άρχισα να ακούω καθαρά τις γουλιές του. Ναι, τα είχαμε καταφέρει! Μου ήταν απίστευτο να το συνειδητοποιήσω - ανείπωτη η χαρά μου... Ο Φίλιππος κατάφερε να θηλάσει επιτυχώς μετά από τρεις μήνες! Σύγχυση θηλών και τέτοια είχαν καταρριφθεί για εμάς! Από εκεί και πέρα, ο θηλασμός συνέχισε μια χαρά και παράλληλα σταμάτησα σταδιακά το θήλαστρο.

Είχα σκεφτεί ότι θα τον θηλάζα μέχρι να γυρίσω στη δουλειά, περίπου δέκα μηνών. Όμως δεν

Το πιο baby-friendly οικογενειακό ξενοδοχείο σας περιμένει και φέτος για τις πρώτες διακοπές με το μωρό σας!

Οι πρώτες διακοπές με το μωρό σας... «Θα μπορώ να θηλάζω άνετα και απρόσκοπτα; Τι να πρωτοκουβαλήσω και που να τα χωρέσω; Θα μπορέσω να ξεκουραστώ;» Στο Daphne's Club Hotel Apartments ρωτήσαμε και απαντήσαμε σε όλα αυτά τα ερωτήματα και πολλά ακόμα προσπαθώντας να καλύψουμε τις ανάγκες των όλων των νέων μαμάδων και μπαμπάδων. Γι' αυτό σε μας θα βρείτε:

- ένα περιβάλλον όμορφο, φροντισμένο και οικογενειακό
- όλων τον βρεφικό και παιδικό εξοπλισμό που χρειάζεστε για τον ύπνο, το άλλαγμα, το μπάνιο και το φαγητό των παιδιών σας
- εξοπλισμό θηλασμού και αποστειρωτές
- βρεφικά και παιδικά παιχνίδια και βιβλία
- παιδικά ποδήλατα και καθίσματα για μωρά

Και πίσω από όλα αυτά, θα βρείτε εμάς, μια οικογένεια σαν τη δική σας, να φροντίζει για κάθε σας ανάγκη!



Το Daphne's Club Hotel Apartments βρίσκεται δίπλα στην όμορφη παραλία της Συκιές και το μοναδικό αισθητικό δάσος «Πευκιάς» Ξυλοκάστρου, σε απόσταση μόλις 90 λεπτών από την Αθήνα και 60 λεπτών από την Πάτρα. Τα άνετα και ηλιόλουστα διαμερίσματά μας, ενός, δύο και τριών χώρων, μπορούν να φιλοξενήσουν από 1 έως 5 άτομα. Είναι όλα εξοπλισμένα με κουζίνες, κλιματισμό, τηλεόραση και ιδιωτική βεράντα. Για τα παιδιά υπάρχει χώρος δημιουργικής απασχόλησης και παιδική χαρά στον κήπο. Το ξενοδοχείο μας καλύπτεται από δωρεάν ασύρματο δίκτυο internet (WiFi). Παρέχονται δωρεάν ποδήλατα, ομπρέλες και καρέκλες για τη θάλασσα και παιδικά παιχνίδια. Το Daphne's Club Hotel Apartments έχει πιστοποιηθεί με το ευρωπαϊκό οικολογικό σήμα «Ecolabel» και το διεθνές οικολογικό σήμα «Green key».

Daphne's Club Hotel Apartments
Οδός Σικελιανού, Συκιά Κορινθίας, Ξυλόκαστρο 20400
Τ. 27430 22966 - F. 27430 26966 - E. info@daphnesclub.com
www.daphnesclub.com



Cosy family holidays in Greece





μπορούσα να σταματήσω... ένιωθα πως το θέλαμε ακόμα και οι δύο. Είχαμε βρει το ρυθμό μας, καθώς είχε αργήσει τόσο να θηλάσει. Και δεν σταμάτησα. Στη δουλειά γύρισα παρέα με το θήλαστρο! Έβγαζα μέσα στη μέρα δύο φορές γάλα, το φύλαγα στο ψυγείο και το χρησιμοποιούσα την υπόλοιπη μέρα ή το έβαζα στην κατάψυξη. **Ο Φίλιππος με περίμενε κάθε μέρα την ώρα που γυρνούσα, θηλάζε και κοιμόταν στην αγκαλιά μου. Και έτσι πέρασαν οι επόμενοι μήνες, βγάζοντας γάλα στη δουλειά και θηλάζοντας το Φίλιππο όποτε ήθελε από το απόγευμα και μετά.** Ο Φίλιππος θηλάσε συνολικά εικοσιένα μήνες. Σταματήσαμε πολύ ομαλά, καθώς χρειαζόμουν μια μικρή ανάπαυλα, οπότε και ξαναέμεινα έγκυος.

Θέλω να πω ένα τεράστιο ευχαριστώ στον άντρα μου, ο οποίος μου συμπαράσταθη από

την αρχή, όχι μόνο ψυχολογικά αλλά και πρακτικά, πίστεψε στην αξία του να θηλάσει το παιδί μας και μου έδωσε κουράγιο. Επίσης, στις γιαγιάδες και τους παππούδες, για την καθημερινή πρακτική βοήθειά τους, αλλά και για το γεγονός ότι στις δύσκολες στιγμές δε μου είπαν «έλα τώρα σιγά το πράγμα-δώσε του γάλα σε σκόνη να τελειώνεις» και φυσικά στη Σύμβουλο μας, χωρίς τη βοήθεια της οποίας δεν θα τα είχαμε καταφέρει.

Εύχομαι σε όλες τις μαμάδες να ζήσουν την υπέροχη εμπειρία του θηλασμού και να ξεπερνάνε τις όποιες δυσκολίες τους παρουσιάζονται, σε πείσμα των καιρών και όλων εκείνων που ψάχνουν μόνο τις «εύκολες» λύσεις.

Κατερίνα Καρασιδερή
Άνοιξη

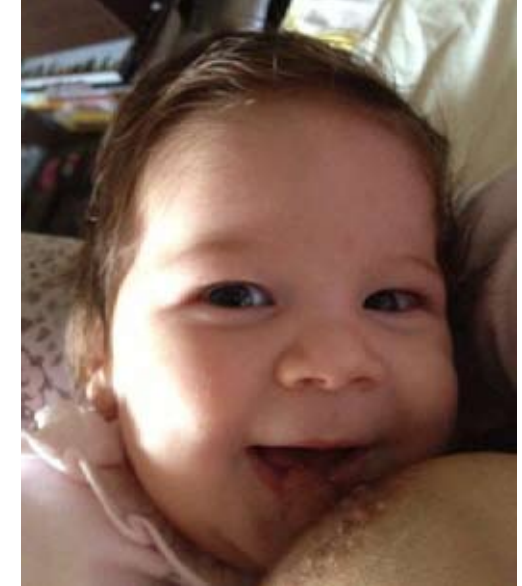


Ήταν δύσκολο, αλλά θα το ξαναέκανα από την αρχή!

Από το πρώτο λεπτό που αγγίζεις το μωρό σου, όλα, τα πάντα αλλάζουν. Μέσα σε μια τόση δε στιγμούλα όσα είχες αλλάζουν θέση κι όσα ήθελες δεν έχουν σημασία πια. Γέννησα τη μικρούλα μου στις 28 Νοεμβρίου με φυσιολογικό τοκετό, μετά από μια υπέροχη εγκυμοσύνη. Από την αρχή της εγκυμοσύνης ήξερα ότι θέλω να θηλάσω. Αυτό που δεν ήξερα ήταν ότι αυτό δε θα ήταν όσο εύκολο νόμιζα.

Αμέσως μετά τη γέννηση η μαία την έβαλε στο στήθος μου, αλλά αυτή δεν θηλάσε. Μου την ξαναέφεραν όταν βρισκόμουν στον θάλαμο ανάνηψης, όπου και με τη βοήθεια της μαίας θηλάσε κανονικά. Δεν είχα πόνους στο στήθος, ούτε κάποια άλλη ενόχληση. Τις μέρες που πέρασα στο μαιευτήριο, είχα τη μικρή στο δωμάτιο, κι έτσι όποτε πεινούσε την έβαζα στο στήθος μου κατευθείαν. Πολλές φορές χρειάστηκε να φωνάξω να με βοηθήσουν όταν γκρίνιαζε και δεν μπορούσα να την τοποθετήσω σωστά. Δε φαινόταν να υπάρχει κάποιο πρόβλημα. Έχασε βάρος στο μαιευτήριο στα πλαίσια του φυσιολογικού, δεν παρουσίασε ίκτερο, κι έτσι γυρίσαμε περιχαρείς στο σπίτι!

Εκεί τα πράγματα εξακολούθησαν να φαίνονται φυσιολογικά. Είχα κι εγώ ανησυχίες όπως όλες μας, για το αν τρώει όσο πρέπει ή αν το γάλα μου είναι καλό, μα σύντομα τις νίκησα. Η θεία μου, φρέσκια μανούλα κι αυτή, με συμβούλευε για όλα τα θέματα της εγκυμοσύνης και παρόλο που δε θηλάσε η ίδια, πήρε πληροφορίες από μια φίλη της που έχει τρία παιδιά που θηλάσαν και μας είπε: «δεν υπάρχει μαμά που δεν μπορεί να θηλάσει το παιδί της, ή που το γάλα



της δεν είναι αρκετό. Κάθε μαμά από τη φύση της μπορεί να θρέψει το παιδάκι της κι άλλα τρία!». Με αυτή τη φράση στο μυαλό μου απέβαλλα τα άγχη και αφοσιώθηκα χαλαρή στο θηλασμό με πολλή αγάπη.

Φτάνοντας στην 8η μέρα, τελείως ξαφνικά ανέβασα πυρετό, ο οποίος δεν έλεγε να πείσει. Λαμβάνοντας αντιπυρετικό έπεφτε για λίγο από το 38ο που είχε ανέβει και μετά έφτανε 39ο! Ήμουν σε επαφή με τη γιατρό μου, η οποία στην αρχή φοβήθηκε ότι μπορεί να είναι αρχή μαστίτιδας. Αυτή ήταν μια άγνωστη λέξη για μένα, και ομολογώ ιδιαίτερα τρομακτική! Δεν είχα όμως τα άλλα συμπτώματα που με ρωτούσε όπως πόνους, κοκκινίλα, ή πρήξιμο, μόνο υψηλό πυρε-



τό. Την επόμενη μέρα και αφού ο πυρετός δεν υποχωρούσε πήγα εσπευσμένα στη γιατρό για να υποβληθώ σε εξετάσεις αίματος και υπέρηχο μήτρας. Στον υπέρηχο φάνηκε ότι κάποιο πήγμα αίματος είχε μείνει μέσα σε αυτήν και η μήτρα στην προσπάθεια να το αποβάλλει, μου προκαλούσε πυρετό. Όντως η γιατρός μου το αφαίρεσε επιτόπου και ο πυρετός υποχώρησε. Χρειάστηκε όμως προληπτικά (για τον αποκλεισμό κάποιας ενδεχόμενης λοίμωξης) να πάρω μία αντιβίωση και ένα μητροσυσπαστικό φάρμακο για τρεις ημέρες.

Από αυτό το σημείο άρχισαν τα δύσκολα. Το μωρό μου θήλαζε ολοένα και πιο πολλές ώρες μα παρόλα αυτά έδειχνε πεινασμένη. Η παιδιάτρος μου συνέστησε να δώσω συμπλήρωμα ξένου γάλακτος, πράγμα που δεν άκουσα στην αρχή. Μετά από τρεις μέρες που η μικρή παρουσίασε απώλεια βάρους, δυστυχώς δεν άκουσα τη μαία μου και έδωσα ξένο γάλα στη μικρή. Αυτό ήταν! Το συμπλήρωμα μέρα με τη μέρα αυξανόταν και ο θηλασμός πήγαινε περίπατο. Την έβαζα πρώτα στο στήθος αλλά εκείνη περίμενε τη μαγική στιγμή του μπιμπερό. Κι όσο το έπινε με λαχτάρα, εγώ στεναχωριόμουν και θύμωνα. Μιλούσα με τη μαία που μου έλεγε να συνεχίσω να προσπαθώ, να θηλάζω πολύ και να επιμένω. Και το έκανα. Μα δεν είχε αποτέλεσμα. Η μία μου θηλή ήταν τόσο πληγωμένη που ο άντρας μου μου κρατούσε τα πόδια όταν τινάζομαι από τον πόνο τη στιγμή που η μικρή ξεκινούσε να τραβάει.

Απελπισμένη και ενώ το μωρό είχε φτάσει 23 ημερών, έψαχνα μανιωδώς να βρω πληροφο-

ρίες για την αύξηση παραγωγής του γάλακτος. Βρίσκω σε ένα forum τον Σύνδεσμο Θηλασμού Ελλάδος. Από τη λίστα των τηλεφώνων, βρήκα τη Σύμβουλο που λίγες μέρες μετά ήρθε σπίτι. Αφού της είπα τα γεγονότα, μου εξήγησε πολλά πράγματα, μου έδειξε στάσεις θηλασμού και μου έδωσε ανεκτίμητες συμβουλές για τη διατροφή, τα συμπληρώματα και την ψυχολογία μου. Παράλληλα με έβαλε σε ένα πολύ αυστηρό πρόγραμμα αντλήσεων (που οι Σύμβουλοι ονομάζουν πρωτόκολλο αντλήσεων*) με νοσοκομειακό θήλαστρο. Το εφάρμοσα κατά γράμμα. Κάθε δύο ώρες έβγαζα γάλα με το θήλαστρο για 20 λεπτά, και ενδιάμεσα θήλαζα και τη μικρή. Ξυπνούσα και το βράδυ κι έκανα το ίδιο.

Τα ελάχιστα διαστήματα που είχα το στήθος μέσα, έπρεπε να πλύνω και να αποστειρώσω! Σκέτο μαρτύριο! Ήταν Χριστούγεννα, όλοι φορούσαν τα καλά τους κι εγώ τις πιζάμες. Δε με ενοχλούσε όμως. Ήθελα να τα καταφέρω. Ήξερα ότι μπορούσα!

Το γάλα που έβγαине στην αρχή δεν ήταν αρκετό. Η μικρή έπαιρνε και συμπλήρωμα ξένου γάλακτος. Μετά από λίγες μέρες κατάφερα να συγκεντρώσω ποσότητα ίση με ένα γεύμα. Έτσι σιγά-σιγά με τις μαραθώνιες αντλήσεις η ποσότητα που αντλούσα αυξανόταν και το μωρό έφτασε να πίνει μόνο μητρικό, αν και τις περισσότερες φορές από το μπιμπερό. Έβλεπα τους γύρω να αναρωτιούνται γιατί επιμένω τόσο και ήθελα ακόμη περισσότερο να προσπαθώ! Με άγχωναν βέβαια πολύ, γιατί μου έλεγαν ότι το μωρό πεινάει κι ότι το γάλα μου δεν είναι αρκετό. Κι εγώ επέμενα, πως είναι μια χαρά. Θυμόμουν τα



λόγια της θείας πως μπορώ από τη φύση μου να θρέψω το παιδί μου, και πείσμωνα! Μετά από δέκα μέρες όταν είδα μικρή αύξηση, αυτή δεν ήταν αρκετή μιας και το παιδί άρχισε και αυτό με τη σειρά του να τρώει περισσότερο! Είχε μέρες να πάρει ξένο και όταν ήρθε η στιγμή που πείνασε, εγώ μόλις είχα τελειώσει την άντληση από την οποία είχα βγάλει μόνο 20 ml. Η Σύμβουλος είχε πει, πως δε μας νοιάζει αν όσο κάνουμε την προσπάθεια πίνει περισσότερο ξένο, θα το κόβαμε όταν εγκαθιστούσαμε το θηλασμό. Εγώ όμως στενοχωρήθηκα που χρειάστηκε να της ξαναδώσω. Ένιωθα πως ό,τι κι αν έκανα ήμουν πάντα ένα βήμα πίσω. Ωστόσο συνέχισα την εφαρμογή του πρωτοκόλλου.

Πράγματι, ως εκ θαύματος, στο τέλος της εφαρμογής του πρώτου πρωτοκόλλου το γάλα αυ-

ξήθηκε πολύ και όσο εφάρμοζα το δεύτερο, με αντλήσεις κάθε τρεις ώρες, τάιζα τη μικρή από το στήθος και κατάφερα να φυλάω και γεύματα στο ψυγείο! Ήταν απόλαυση! Ξαφνικά όλα είχαν αλλάξει! Εγώ ανέπτυξα έναν φοβερό δεσμό με τη μικρή μου, και η ψυχολογία μου άλλαξε σε μια νύχτα! Είχα αρχίσει πια να συνειδητοποιώ τι θα πει να είσαι μανούλα.

Σήμερα, ένα μήνα μετά την προσπάθεια αυτή, η μικρή μιλάει με το στήθος μου κι εγώ την κοιτάω και λιώνω όταν ακούω αυτό το γνώριμο πια «γκλου γκλου»!

Δεν το αλλάζω με τίποτα!

Αν με έβαζαν να το ξανακάνω, θα το ξαναέκανα από την αρχή!

*Πριν μια μητέρα ξεκινήσει το πρωτόκολλο αντλήσεων καλό θα ήταν να επικοινωνήσει με μια Σύμβουλο Θηλασμού καθώς κάθε ζευγάρι μαμάς-μωρού είναι ξεχωριστή.



Αξίζει τόσο, μα τόσο πολύ...

Είμαι η Μιρέλλα και μαζί με τον Γιάννη έχουμε ένα γιο τον Χάρη!

Η ιστορία μας ξεκίνησε στις 29/11/11 που γεννήθηκε στο Ιασώ, όπου με βοήθησαν αρκετά με τον θηλασμό, μπορώ να πω! Μετά από ένα μήνα και κακές οδηγίες παιδίατρο, ο μικρός δεν έτρωγε σωστά και δεν πήρε βάρος για δύο εβδομάδες (μόνο 70 γρ.). Μόλις το είπα στην παιδίατρο, μου πρότεινε κατευθείαν συμπλήρωμα με γάλα σε σκόνη. Τότε πήρα την Σύμβουλο Θηλασμού, που μου είχαν συστήσει κάποιες φίλες για να με βοηθήσει, μιας και δεν ήθελα να πει το μωρό μου κάτι άλλο εκτός από το γάλα μου, εάν αυτό γινόταν.

Πράγματι μόνο από τις τηλεφωνικές οδηγίες, η κατάσταση έστρωσε γρήγορα!

Το αγόρι έτρωγε φουλ και τα γραμμάρια έπεφταν βροχή! Μάλλον ανέβαιναν!

Όλα αυτά καλά, μέχρι την ημέρα που έπαθα -πάλι- ουρολοίμωξη. Βλέπετε πάθαινα συχνά

στο παρελθόν αλλά ειδικά τότε με την εγκυμοσύνη είχα συνέχεια.

Αφού βρήκαμε -σε συνεννόηση ουρολόγου/Συμβούλου- αντιβίωση που μπορούσα να πάρω για να μην επηρεάσω το θηλασμό μου περασε και πήγα να κάνω μια εξέταση για να δούμε τι συμβαίνει. Είδαμε λοιπόν πως ο ένας μου νεφρός ήταν κατεστραμμένος και ο δεύτερος με πρόβλημα. Φανταστικά.

Το σοκ ήταν μεγάλο για όλους μας αλλά με φοβερή υποστήριξη από τον Γιάννη και από την οικογένεια μας -τους γονείς μας, είπαμε θα τα καταφέρουμε όλα! Μιας και πλησίαζε πια Πάσχα και θα γύριζα στη δουλειά αμέσως μετά, είχα ετοιμάσει αποθήκη με γάλα δικό μου, με οδηγίες Συμβούλου και την βοήθεια του Γιάννη ώστε να θηλάζω πρωί, να φεύγω και να τρώει ο Χάρης μπιμπερό με δικό μου γάλα από αποθήκη και όταν γυρνάω το μεσημέρι να θηλάζω πάλι κλπ. Όλα καλά!

Είχα ήδη είκοσι κάτι μπιμπερό έτοιμα και ήμουν

πολύ χαρούμενη και κοκορευόμουν κιόλας!

Βέβαια καθώς με κράτησαν κατευθείαν μέσα στο νοσοκομείο μετά την εξέταση και άρχισαν τις επεμβάσεις από την επόμενη ημέρα, η φοβερή αποθήκη μου τελείωσε σε τρεις μέρες με φουλ 8 γεύματα. Εκεί γίνονταν χαμός! Οι γιατροί φώναζαν να κόψω αμέσως τον θηλασμό, οι νοσοκόμες έλεγαν πως δεν κάνει να κάνω εξετάσεις ενώ θηλάζω και η προϊσταμένη με έβαλε να υπογράψω πως θα θηλάσω μετά από άξονικη τομογραφία με δική μου ευθύνη! Εγώ έκλαιγα, ο Γιάννης με παρηγορούσε, και η Σύμβουλος βοηθούσε -μιλώντας μέχρι και με τον αναισθησιολόγο για το ποια φάρμακα θα μου δώσει*! Άρχισε λοιπόν ο Χάρης το ξένο γάλα σε συνδυασμό με δικό μου - που έφερνε ο μπαμπάς Γιάννης - και λίγο στέρεες τροφές για ποικιλία!

Εγώ έβγαζα με το θήλαστρο όταν ήμουν στο νοσοκομείο και είτε το πετούσα- αν είχα πάρει φάρμακα κακά- είτε το έστελνα με τον μπαμπά για κατανάλωση!

Πέρασε ο καιρός, ευτυχώς το αγοράκι μου, κάθε φορά που γυρνούσα έπαιρνε το στήθος σαν να μην το είχε αφήσει ποτέ! Και έτσι αισίως φτάσαμε στους 8 μήνες με θηλασμό κανονικά. Μετά σιγά σιγά αρχίσαμε να τους αραιώνουμε και σταμάτησαμε τελείως γύρω στους δέκα μήνες και κάτι μέρες. Μετανιώνω αρκετά που δεν το συνέχισα κι άλλο, αλλά είχα κουραστεί πολύ από τα άλλα και οι αντοχές είχαν πέσει κατακόρυφα.. Χρειάστηκε να κάνω 4-5 (έχασα και το μέτρημα) χειρουργεία μέσα σε έξι μήνες και ευτυχώς με την βοήθεια όλων και πιο πολύ του Γιάννη βέβαια, καταφέραμε στο διάστημα αυτό να τρώει το παιδί τουλάχιστον κάθε μέρα γεύμα με γάλα δικό μου, που αν σκεφτεί κανείς τι συνέβαινε, καλά ήταν! Πάντως



όπως και να χει ο Χάρης είναι πια 17 μηνών, 13 κιλά και 85 πόντους! Και δεν έχει αρρωστήσει ποτέ! Οπότε κάτι πρέπει να κάναμε καλά.

Από όλη αυτή την περιπέτεια αυτό που μένει για μένα, είναι πως όποια μητέρα θέλει πραγματικά να θηλάσει, μπορεί! Ότι κι αν συμβαίνει μπορεί να ξεπεραστεί με την κατάλληλη καθοδήγηση από τους σωστούς ανθρώπους και με την συμπαράσταση του συντρόφου ή και των κοντινών ανθρώπων. Επομένως μην το βάζετε κάτω! Θέληση να υπάρχει και όλα γίνονται! Άλλωστε αξίζει τόσο μα τόσο πολύ.

*Με αγωνιστικούς χαιρετισμούς,
Μιρέλλα Τ.*



*Η μητέρα εννοεί ότι η Σύμβουλος έλεγχε την συμβατότητα των φαρμάκων σε σχέση με το θηλασμό.

