

Ο μητρικός θηλασμός στον καιρό της οικονομικής κρίσης



Δρ. ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΑΔΑΜΙΔΗΣ
Διευθυντής Παιδιατρικής Γ.Ν.ΞΑΝΘΗΣ
Πρόεδρος Επιτροπής Θηλασμού Γ.Ν.ΞΑΝΘΗΣ

Οικονομική κρίση σημαίνει



εργασιακή ανασφάλεια, οικονομική απελπισία, απαισιοδοξία για το μέλλον, αισθήματα ματαίωσης, προσωπικής αποτυχίας, μείωση αυτοπεποίθησης, αίσθημα αδικίας και απομόνωσης από το περιβάλλον. **Το άτομο βιώνει απειλή.**

Στρες

η εμπειρία που διαταράσσει την
ομοιόσταση του οργανισμού μέσω
πρόκλησης έντονου αρνητικού
συναισθήματος
(φόβος ή αίσθηση απώλειας ελέγχου)



ΑΜΥΓΔΑΛΗ

ανιχνεύει κίνδυνο, ή ευχαρίστηση
εγγενής φοβική αντίδραση

ΙΠΠΟΚΑΜΠΟΣ

παροδικός χώρος αποθήκευσης μνήμης
αναστέλλει τη μη ανεκτή
από το περιβάλλον συμπεριφορά

ΠΡΟΜΕΤ ΩΠΙΑΙΟΣ ΦΛΟΙΟΣ

Γνωστική επεξεργασία
συναισθηματικών καταστάσεων
οργάνωση συμπεριφοράς

ΑΥΤΟΝΟΜΟ ΣΥΜΠΑΘΗΤΙΚΟ

ΥΠΟΘΑΛΑΜΟΣ

ΥΠΟΦΥΣΗ

ΕΠΙΝΕΦΡΙΔΙΑ

Ανοσολογικό σύστημα

Ενδοκρινικό σύστημα

κύτταρα

ΚΙΝΔΥΝΟΣ (STRESS)



ΑΜΥΓΔΑΛΗ



ΑΥΤΟΝΟΜΟ ΣΥΜΠΑΘΗΤΙΚΟ

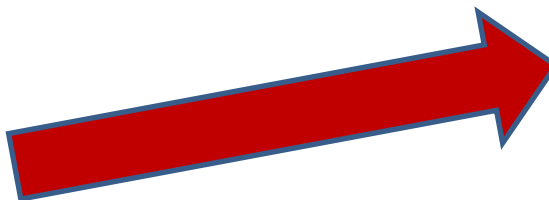
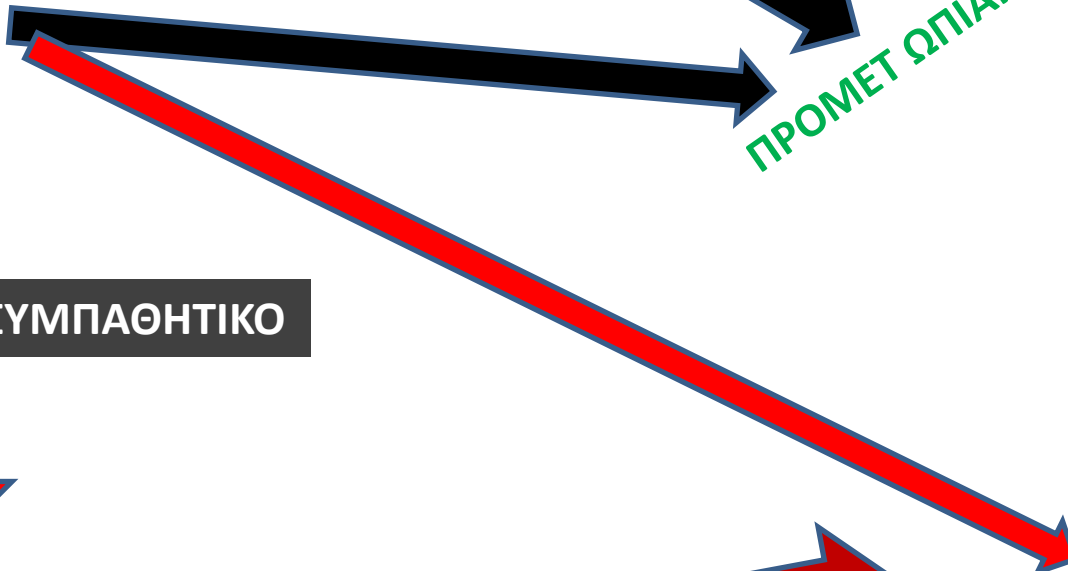


κατεχολαμίνες

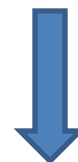
ΙΠΠΟΚΑΜΠΟΣ



ΠΡΟΜΕΤ ΩΠΙΑΙΟΣ ΦΛΟΙΟΣ



ΥΠΟΘΑΛΑΜΟΣ



CRH

ΥΠΟΦΥΣΗ

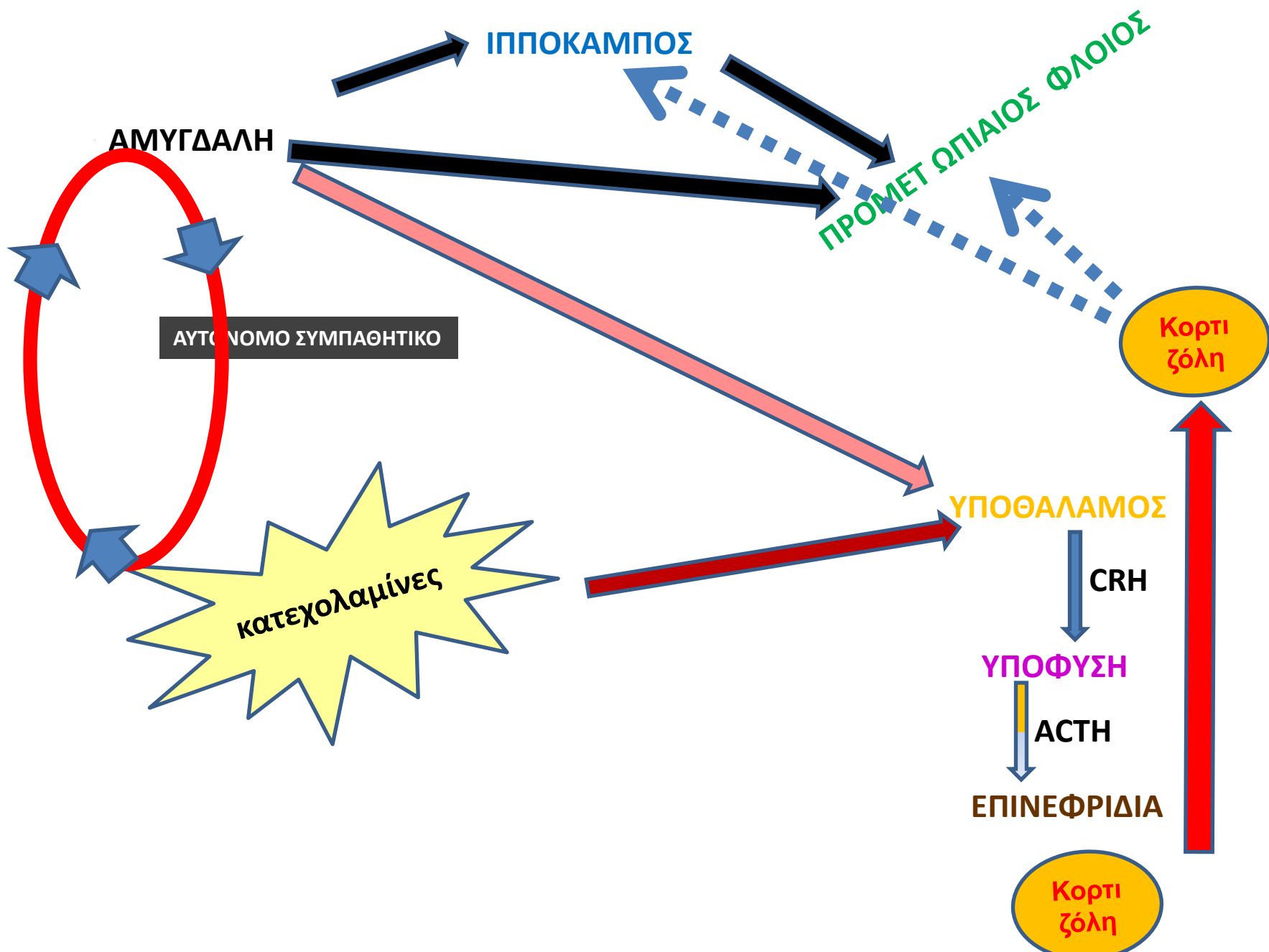


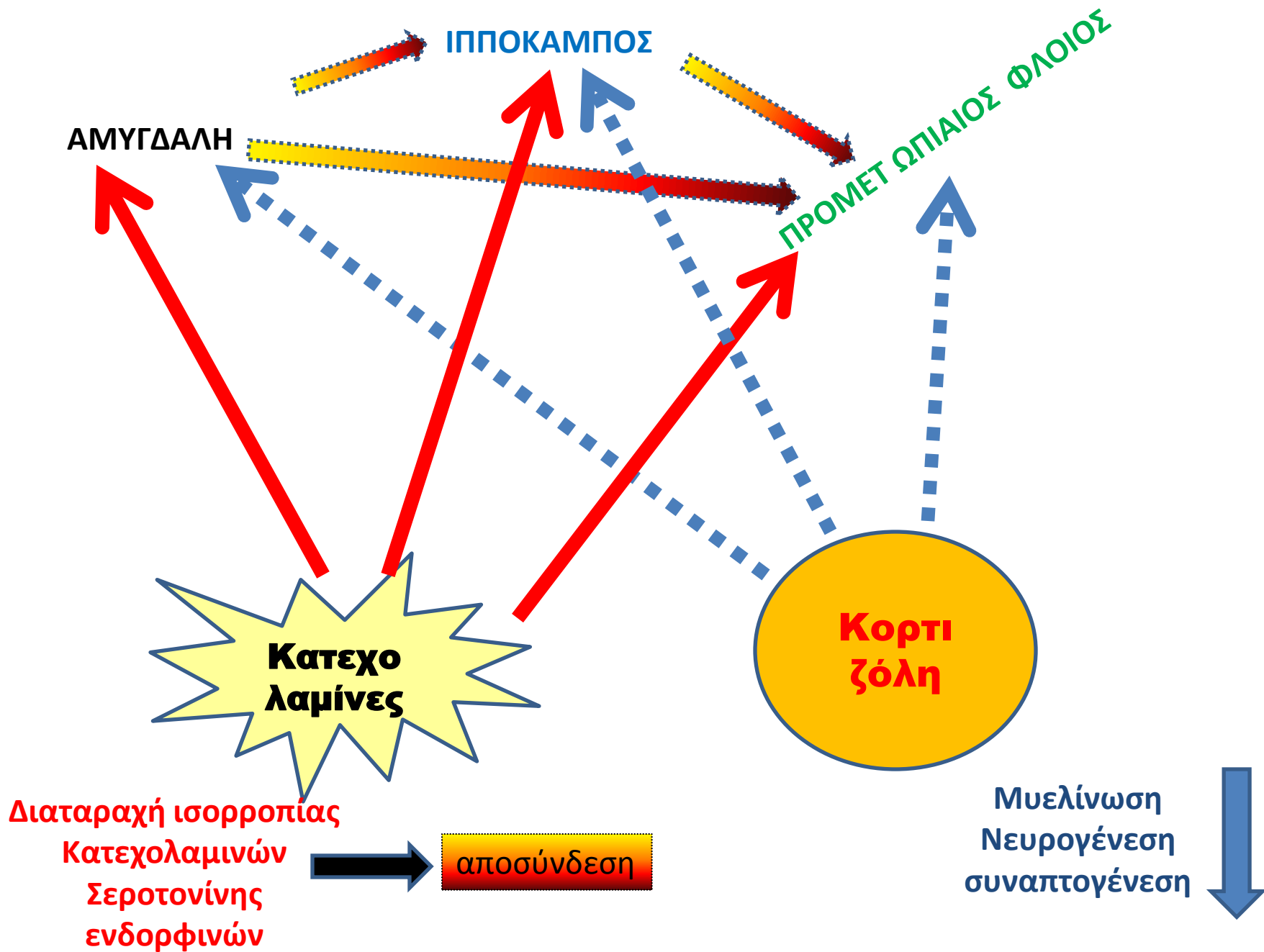
ACTH

ΕΠΙΝΕΦΡΙΔΙΑ



**Κορτι
ζόλη**





Ο εγκέφαλος αναπτύσσεται με τη μέθοδο χρησιμοποίησέ το ή πέταξέ το (use it or drop it)

- Χρόνιο στρες ➡ υπερδραστηριότητα μεταιχμιακού ➡
- ενσωμάτωση στη συμπεριφορά εξαρτημένων αντανακλαστικών φορτισμένων συναισθηματικά καταστάσεων ➡
- εγκέφαλος υπερευαίσθητος στην αναγνώριση **κινδύνου** και
- ταυτόχρονα η **σύνθετη επεξεργασία** πληροφοριών **αδρανεί** γιατί δεν χρησιμοποιείται
- Στρεσογόνες εμπειρίες στην βρεφική- νηπιακή ηλικία ➡ **μόνιμη δυσλειτουργία σεροτονίνης** (νευροδιαβιβαστής ευχαρίστησης)
- Σταδιακή επικέντρωση στην **ενίσχυση στρατηγικών επιβίωσης**, αδυναμία ανάπτυξης άλλων ➡
- Άγχος, κατάθλιψη, δυσκολίες συγκέντρωσης, μάθησης, αλλόκοτη επιθετική ή φοβική συμπεριφορά ➡
- ή αποσχιστική συμπεριφορά (υπάκουα, υποκινητικά, παθητικά, παγωμένο συναίσθημα, αποσύνδεση από τον κόσμο



**Κορτι
ζόλη**

ΥΠΟΘΑΛΑΜΟΣ → **ΥΠΟΦΥΣΗ**

**Σεροτονίνη
ενδορφίνες**

αυξητική

TRH

TSH

T3,T4



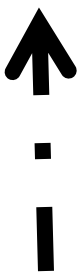
**Κατεχο
λαμίνες**



**Κορτι
ζόλη**

Ανοσολογικό σύστημα

Αθηρωσκληруνηση
Κατάθλιψη
Διαταραχές ύπνου
Γήρανση
Αλλεργίες
Καρκινογένεση
Azheimer.....



Οξειδωτικό στρες

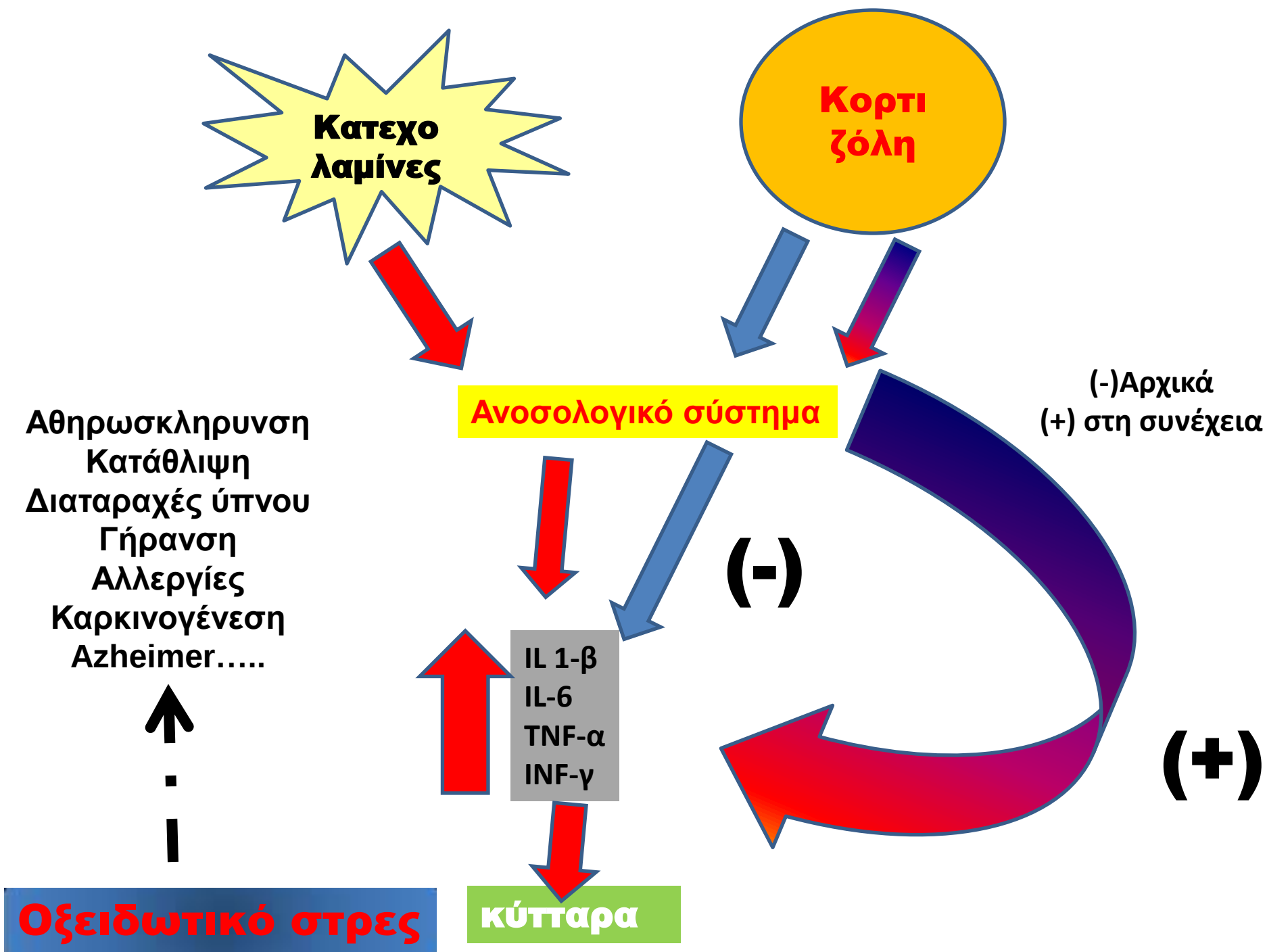
IL 1-β
IL-6
TNF-α
INF-γ

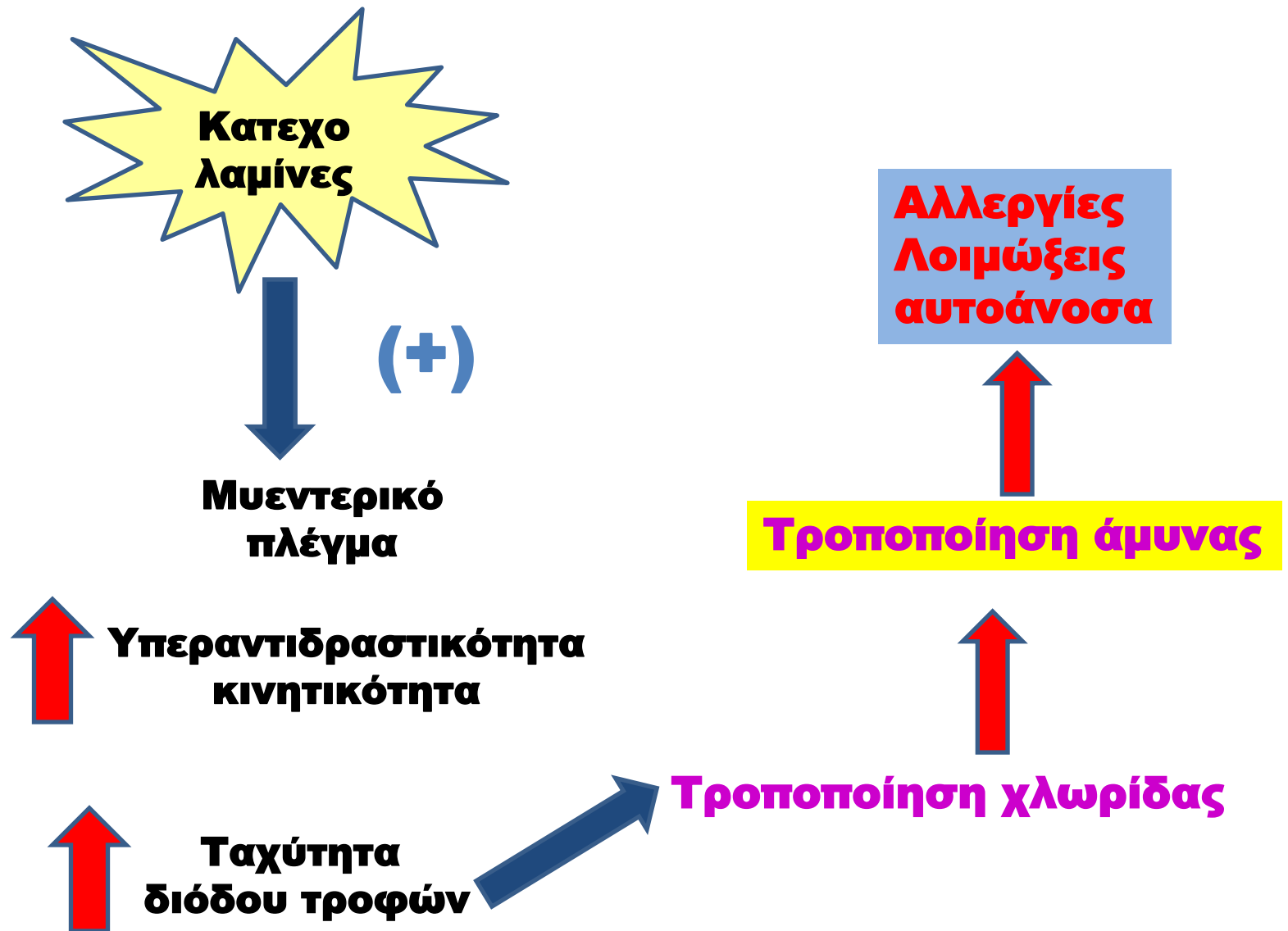
κύτταρα

(-)

(-) Αρχικά
(+) στη συνέχεια

(+)





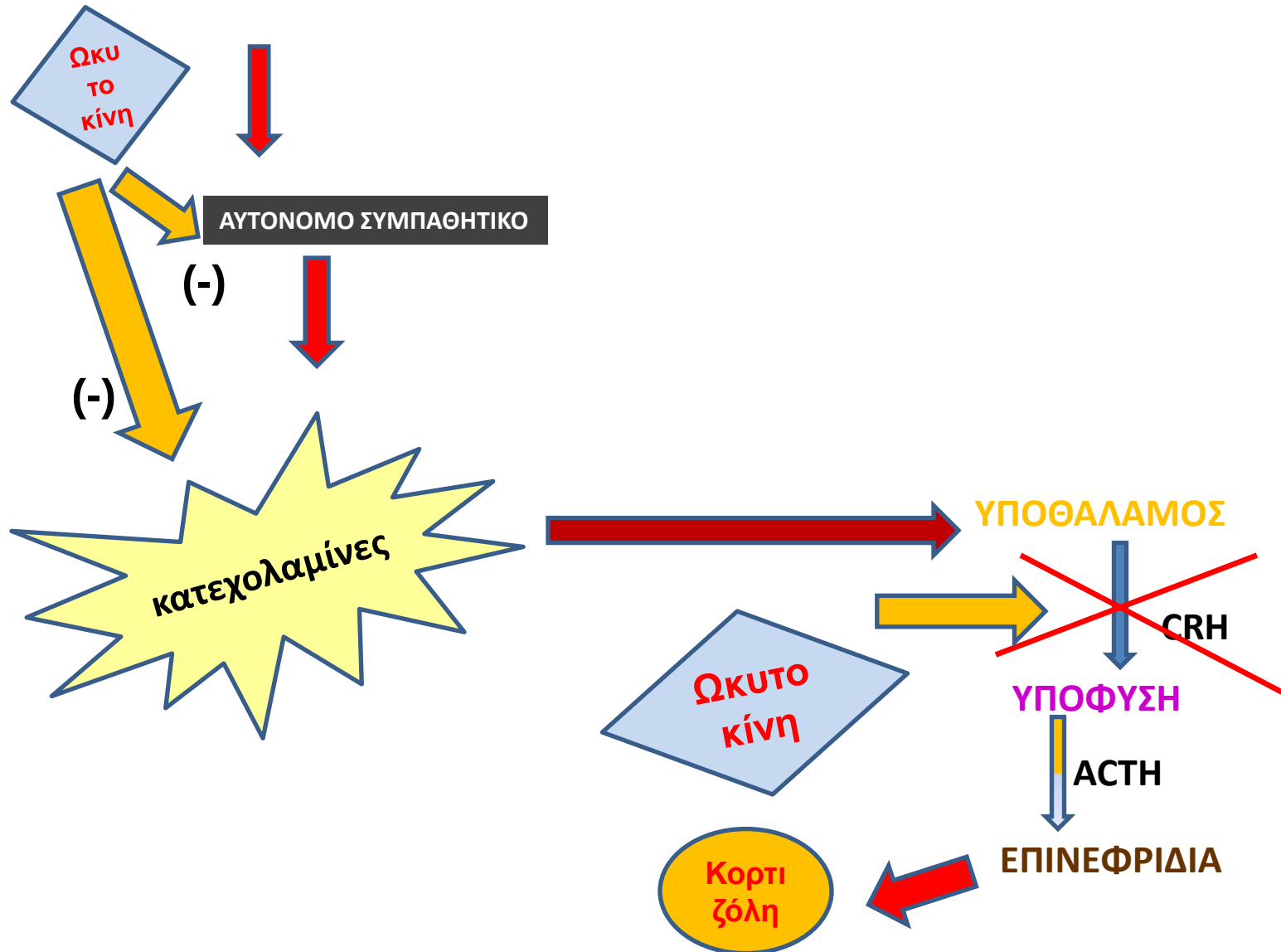
Δράσεις ωκυτοκίνης στη μητέρα

- συσπάσεις μήτρας
- έκθλιψη γάλακτος
- έκκριση πεπτικών ορμονών
 - απορρόφηση ουσιών
- βραδεία κένωση στομάχου
 - κορεσμό
 - αιματική κυκλοφορία μαστό



- ηρεμία
- γαλήνη
- ευχαρίστηση
- αφοσίωση
- αγάπη
- επικοινωνία
- ανοχή μονοτονίας
- αντικαταθλιπτική

ΑΜΥΓΔΑΛΗ



Δράσεις ωκυτοκίνης στο μωρό

- έκκριση πεπτικών ορμονών
 - απορρόφηση ουσιών
- βραδεία κένωση στομάχου
 - Κορεσμό
 - Θηλασμό
 - ηρεμία
 - γαλήνη
- ευχαρίστηση
 - αγάπη
- επικοινωνία
 - δέσιμο



ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΩΚΥΤΟΚΙΝΗ

Εκκρίνεται στη μητέρα:

διέγερση θηλών,
επαφή δέρμα-
δέρμα

νευροαισθητήρια ερεθίσματα
από το μωρό : βλεμματική επαφή,
μυρωδιά, ακοή.

ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΩΚΥΤΟΚΙΝΗ

Εκκρίνεται στο μωρό:

Θηλασμό
επαφή δέρμα-δέρμα
νευροαισθητήρια ερεθίσματα
από μητέρα

Κάθε άνθρωπος εκκρίνει ωκυτοκίνη

Διεγείρεται από το άγγιγμα, τη ζεστασιά,
τη διέγερση βλενογόνου χειλέων–στοματοφάρυγγα,
τη βλεματική επαφή, τον γλυκό λόγο



βοηθάει την επικοινωνία, τις σχέσεις,
το συναισθηματικό άνοιγμα

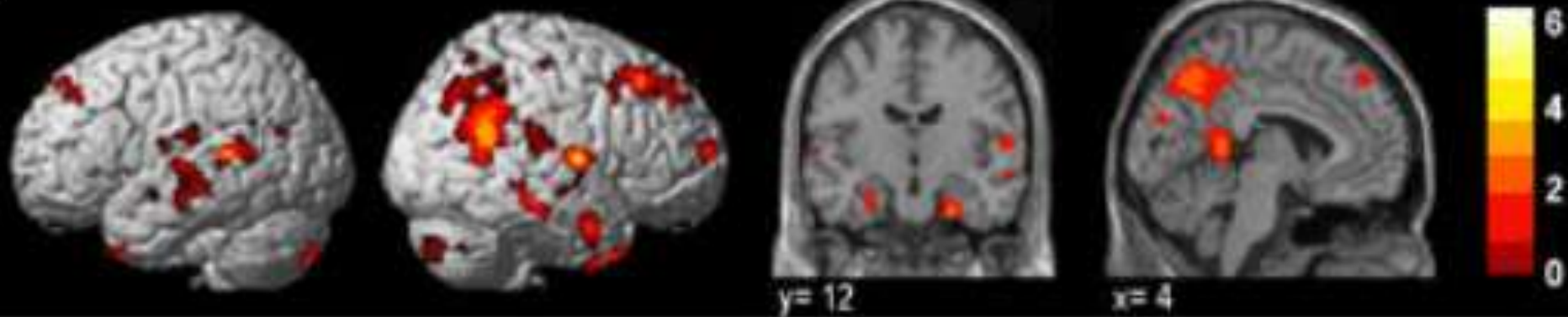
ο λόγος σου με χόρτασε...
γλυκάθηκα από τα μάτια της...

γιατί;

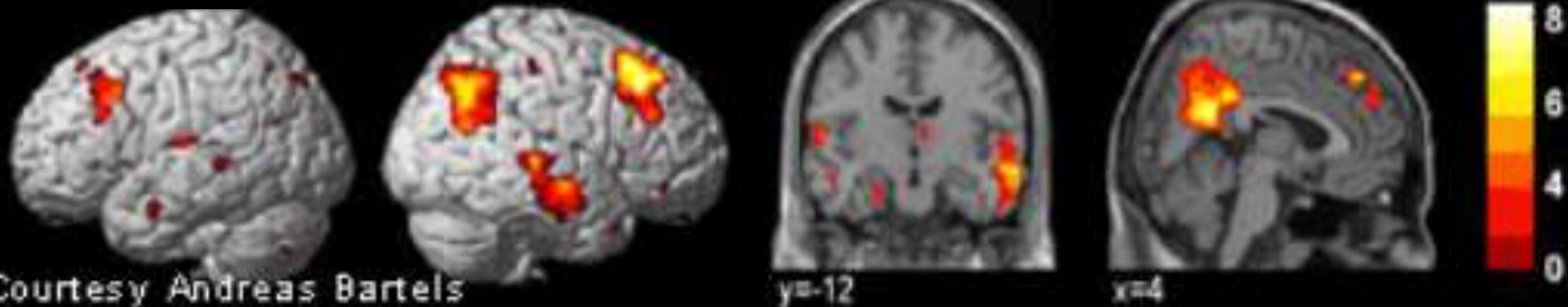


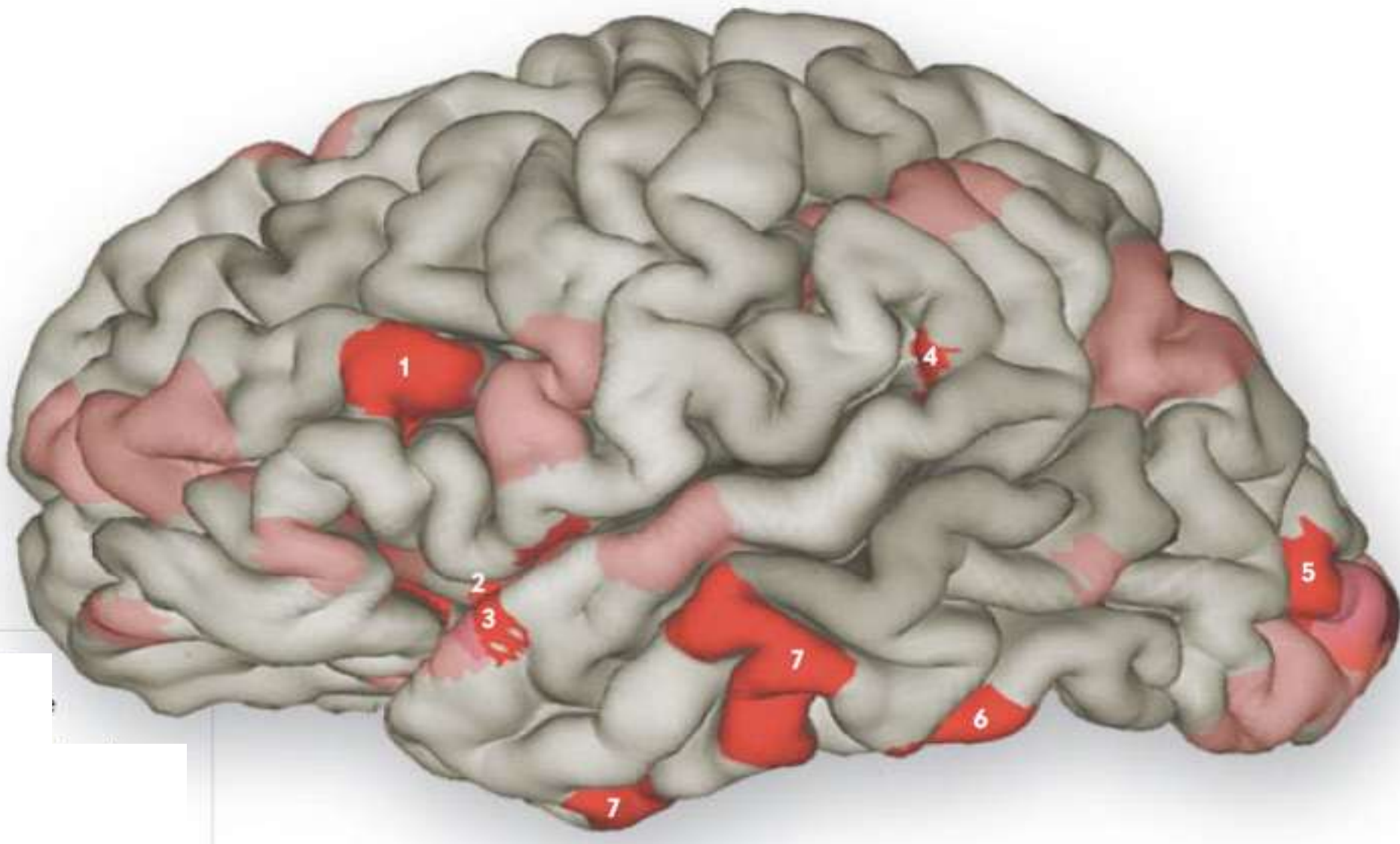
άγκαλιάζουμε
φιλάμε
κοιταζόμαστε
χαιδεύουμε

μητρική



ερωτική





Κόκκινο υποδοχείς ωκυτοκίνης
ερωτικής αγάπης

ροζ υποδοχείς ωκυτοκίνης
μητρικής αγάπης

Οι υποδοχείς της μητρικής αγάπης
διεγείρονται τις πρώτες ώρες μετά
τον τοκετό, **αυξάνουν** την
ευαισθησία τους.

Σε αντίθεση **αν δεν διεγερθούν**
επαρκώς ακολουθεί μείωση
ευαισθησίας, αδράνεια, **υποστροφή**
και εκφύλιση

. Η **ωκυτοκίνη** επιτρέπει την **αγωγή των θετικών συναισθημάτων**, αυξάνοντας την έκκριση ορμονών ευχαρίστησης, δρώντας αντικαταθλιπτικά και επαναφέρει σε ισορροπία τον αποδιοργανωμένο οργανισμό.



Συνεπώς για λόγους κοινωνικο-ψυχολο-νευρο-ενδοκρिनολογικο-ανοσολογικούς **ο ΜΘ θωρακίζει την προσωπικότητα** απέναντι στην οικονομική κρίση.

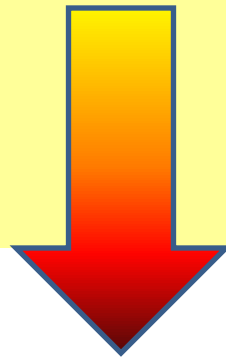
Η ιστορία της πολιτικής για τον ΜΘ ξεκινάει από πολύ παλιά

Δυτική Ευρώπη:

- Στα **τέλη του Μεσαίωνα** οι γυναίκες της **εργατικής τάξης** θήλαζαν τα παιδιά των ευγενών (**ως τροφοί**) και δεν προλάβαιναν να θηλάσουν τα δικά τους
- Αποτέλεσμα **αφανισμός της εργατικής τάξης** λόγω αυξημένης θνησιμότητας συγκριτικά με τους ευγενείς
- **Ανάγκη εργατικών χεριών**
- **Στροφή στον ΜΘ** – η τέχνη τον εκθειάζει στην Αναγέννηση .
- Η μετά την **βιομηχανική επανάσταση** κοινωνία θέλει τον εργάτη διαθέσιμο ανά πάσα στιγμή, **χωρίς οικογενειακές δεσμεύσεις**.
- **1867 το πρώτο υποκατάστατο**
- **Εγκατάλειψη ΜΘ**

στην εποχή της κρίσης

- Οι σημερινοί εργοδότες θεωρούν τον εργάτη μηχανή.
- **Δεν ανέχονται οικογενειακές δεσμεύσεις.**
- **Εγκαταλείπεται στην πράξη η προστασία της γαλουχίας και της μητρότητας.**
- Έμφεση = ανεργία = περίσσεια εργατικών χεριών = **δεν απασχολεί την άρχουσα τάξη η αύξηση νοσηρότητας και θνητότητας της εργατικής τάξης**



Εγκατάλειψη ΜΘ

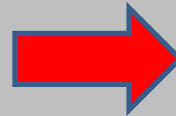
στην εποχή της κρίσης

μητέρες

- Ανασφάλεια
- Άγχος
- Κατάθλιψη

Νευρο ορμονικές διαταραχές
Καθυστέρηση λακτογένεσης

αποσχιστική συμπεριφορά
(υπάκουη, παθητική,
παγωμένο συναίσθημα)



Δυσχέρεια δεσίματος με παιδί
Εγκατάλειψη δικαιωμάτων
μητρότητας
Υποταγή στην εξουσία



Εγκατάλειψη ΜΘ

στην εποχή της κρίσης

Επαγγελματίες υγείας

- Κοινωνική Απαξίωση – Οικονομική Εξαθλίωση
- αποσχιστική συμπεριφορά = υποταγή στους κατέχοντες την εξουσία = εγκατάλειψη αξιών
- Μεγαλύτερη «ανάγκη» για μίζες



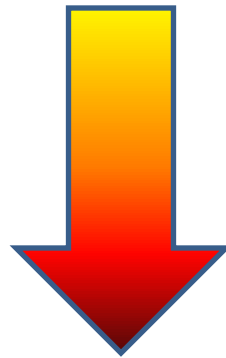
Εγκατάλειψη ΜΘ



ΜΘ = ζημιά 6000 ευρώ/παιδί
σε 2 χρόνια για τις εταιρείες

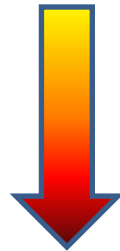


Αποδιάρθρωση ελεγκτικών μηχανισμών
Ασυδοσία των οικονομικά ισχυρών



Εγκατάλειψη ΜΘ

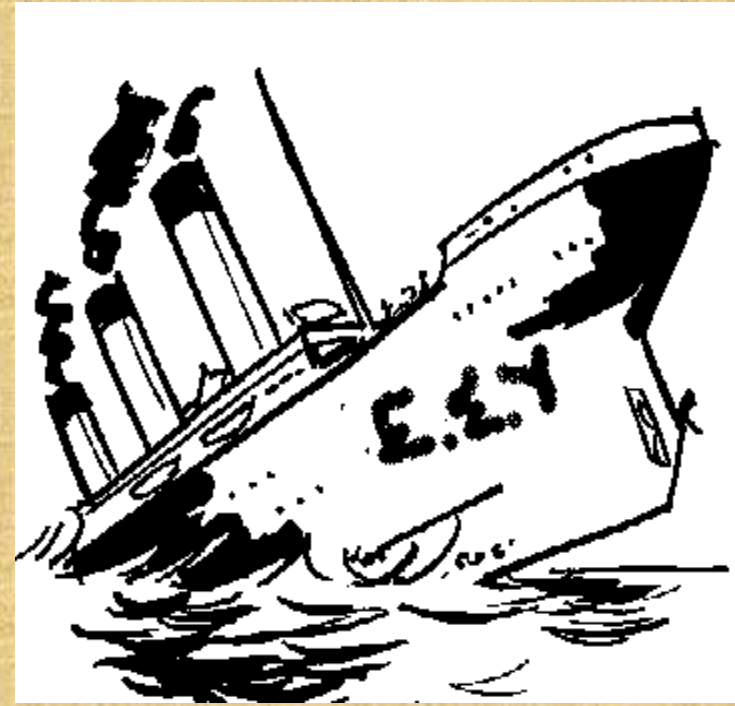
- **ΜΘ = κέρδος 2500 ευρώ/ παιδί
στον 1^ο χρόνο για το κράτος**
 - **ΜΘ = κέρδος 5000 ευρώ/παιδί
σε 2 χρόνια για την οικογένεια**
- Για κάθε 1 ευρώ κόστος=
3 ευρώ κέρδος**



Πρώθηση ΜΘ

Και όμως το ελληνικό κράτος δεν προωθεί τον θηλασμό !!!

- προτιμά να υποσκάψει την υγεία των παιδιών, να χάνει μέσα σε 1 έτος 293.000.000 ευρώ και μακροπρόθεσμα πολύ περισσότερα από την αύξηση της νοσηρότητας προκειμένου να ενισχύσει τα κέρδη των πολυεθνικών. Απώτερη συνέπεια η περικοπή των δαπανών υγείας που το ίδιο το κράτος διογκώνει με την πολιτική του και συνεπώς η περαιτέρω επιδείνωση της υγείας του πληθυσμού.



ιδού η πολιτική τους!!

- **42%** πήραν **υποκατάστατο** εντός νοσοκομείου (2/3 χωρίς συγκατάθεση, 3/4 χωρίς συνταγή), τα μισά μαιευτήρια χορηγούν δωρεάν και διαφημίζουν υποκατάστατα όπως και το 1/3 των παιδιατρικών ιατρείων



Γ.Ν.ΞΑΝΘΗΣ

ιδού η πολιτική τους!!

- οι μισοί γονείς
παραλαμβάνουν
διαφημιστικά κουπόνια
ταχυδρομικά ή ηλεκτρονικά,
60% έγιναν δέκτες
«επιστημονικών μηνυμάτων»
κατά ΜΘ, τα 2/3 έλαβαν
κρέμες τον 4^ο μήνα



Δώρα στις λεχώνες

ιδού η πολιτική τους!!

- τα 2/3 δεν ενημερώθηκαν για το ΜΘ,
- **77% δεν τους επιτράπηκε να θηλάσουν την 1^η ώρα,**
- **50% δεν είχαν το νεογνό δίπλα τους,**
- 26% τους αρνήθηκαν βοήθεια για το θηλασμό σε **93% δεν δόθηκαν πληροφορίες για τους κινδύνους χορήγησης υποκατάστατου.**

ιδού η πολιτική τους!!

- Σε νοσοκομεία απειλούν τα μέλη επιτροπών θηλασμού με εξαφάνιση, απαγορεύουν στο προσωπικό να παρακολουθήσει σεμινάρια ΜΘ, απαγορεύουν την επαφή των λεχώνων με την επιτροπή θηλασμού, τρομοκρατούν τις μητέρες αν δεν δώσουν υποκατάστατο κ.α.!!!

ΟΔΗΓΙΕΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΝΕΟΓΝΩΝ

1ο γεύμα στις 4⁰⁰ PM ΤΣΑΙ
2ο γεύμα στις 13⁰⁰ PM ΤΣΑΙ
3ο γεύμα στις 16⁰⁰ PM ΓΑΛΑ

- Πρώτα στα στήθος (και στα δύο) για 10 λεπτά και μετά με το μπιμπερό.
- Τα πρώτα 3 - 4 γεύματα : 1 κοφτή μεζούρα γάλα σε 40 ml νερό
- Μετά : 1 κοφτή μεζούρα γάλα σε 30 ml νερό
- ΤΣΑΙ : 1 κοφτή μεζούρα τσάι σε 50 ml νερό.

Θα πίνει: Γάλα κάθε 3 ώρες, τσάι 1 - 2 φορές την ημέρα,
ανάμεσα στα γεύματα.

Σημείωση: Όταν το μωρό πίνει όλο το γάλα, την επόμενη φορά
ετοιμάζουμε μια μεζούρα γάλα περισσότερο,
με ανάλογη ποσότητα νερού.

Τρίτη, 15 Μαρτίου 2011 Χουδαλάκη Άννη Πολιτικός μηχανικός Δ.Π.Θ

Πήγα στο ΙΚΑ Τριανδρίας Θεσσαλονίκης « μάνα και παιδί» Θέλω να καταγγείλω ότι: «**Είχαν κουτιά γάλατα σαν διαφήμιση σε ένα ράφι.** Η παιδίατρος μου έδωσε κουτί γάλα δωρεάν και όταν της είπα ότι θηλάζω, είπε «για όταν θα σταματήσεις να θηλάζεις και δώσεις μπιμπερό». Της απάντησα ότι τότε θα είναι μεγάλη και θα της δώσω φρέσκο γάλα και στράβωσε λέγοντας «ναι , αλλά αυτό δεν είναι σωστό, γιατί **θα εθιστεί στο δικό σου γάλα και δε θα πίνει τα άλλα γάλατα. Πρέπει από ενός έτους και μετά να της δίνεις και ξένο γάλα για να συνηθίζει!!!»**



Σώπα, μη μιλάς, είναι ντροπή, κόψ' τη φωνή σου, σώπασε επιτέλους. Η σιωπή είναι χρυσός. Τα πρώτα λόγια που άκουσα από παιδί, έκλαιγα, γέλαγα, έπαιζα, μου λέγαν: «σώπα!». Στο σχολείο μου κρύψανε την αλήθεια τη μισή, μου λέγανε: «εσένα τι σε νοιάζει; Σώπα!» Με φίλησε το πρώτο κορίτσι που ερωτεύτηκα και μου λέγανε: «Κοίτα μην πεις τίποτα, σσς... σώπα!» Κόψε τη φωνή σου και μη μιλάς, σώπαινε. Αργότερα φωνάζανε οι προϊστάμενοι «Μη χώνεις τη μύτη σου παντού, κάνε πως δεν καταλαβαίνεις, σώπα!» Παντρεύτηκα, έκανα παιδιά, και τα μαθα να σωπαίνουν. **«Μην ανακατεύεσαι, κάνε πως δεν ξέρεις ότι το υποκατάστατο βλάπτει σοβαρά την υγεία και την κοινωνία. Κάνε ότι δεν ξέρεις για τις μίζες. Κάνε ότι δεν βλέπεις την εναγωνιώδη προσπάθεια κάποιων να πουλήσουν την αρρώστεια και τον θάνατο. Σώπα!»**



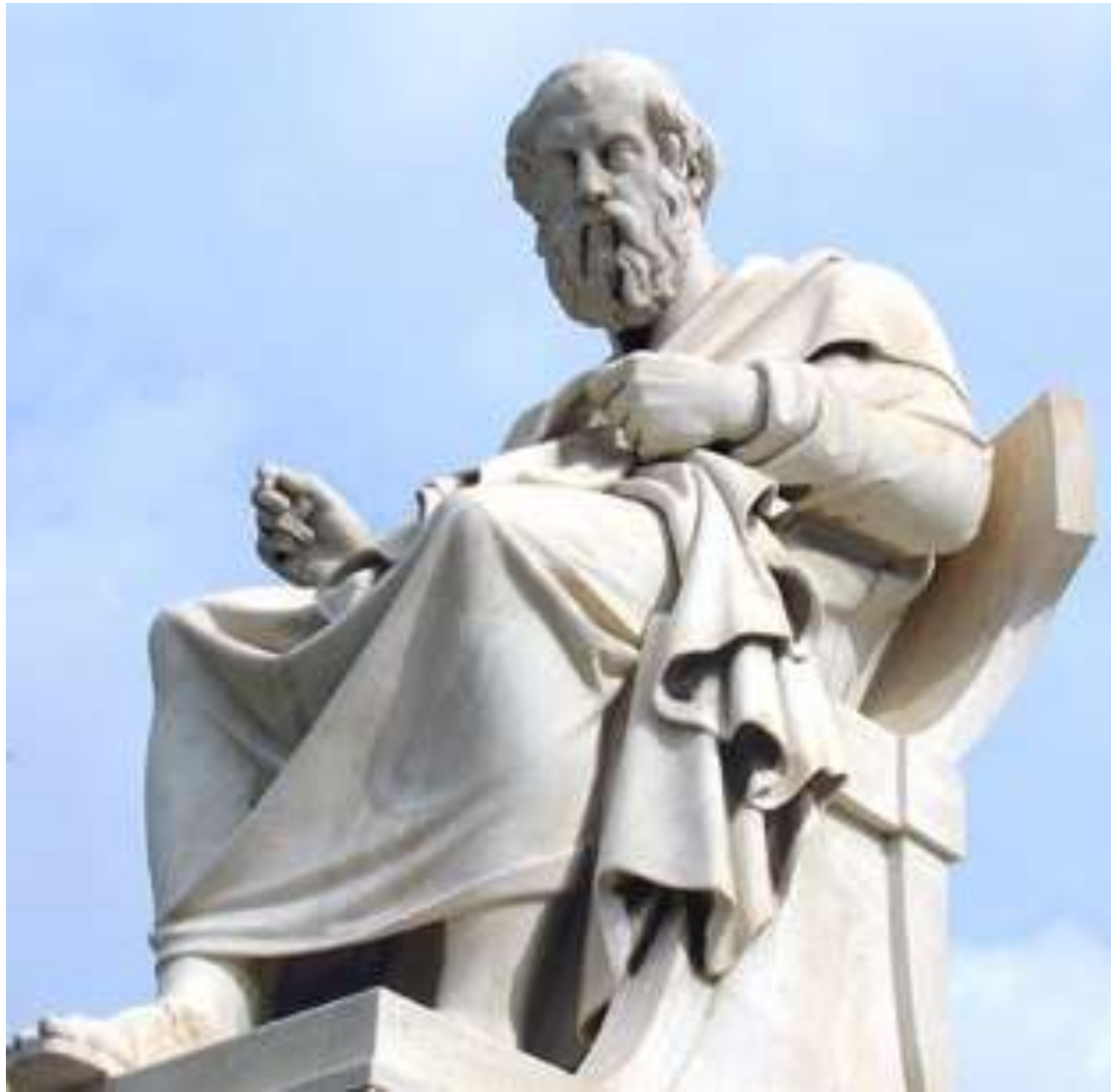
Φτιάξαμε το σύλλογο του «Σώπα!». Και
μαζευτήκαμε πολλοί, μια πολιτεία ολόκληρη,
μια δύναμη μεγάλη, αλλά μουγκή! Πετύχαμε
πολλά, φτάσαμε ψηλά, μας δώσανε παράσημα
και λεφτά τα πάντα κι όλα πολύ εύκολα, μόνο
με το «Σώπα!».

**όταν λοιπόν νιώσεις ανάγκη να μιλήσεις
ξερίζωσε τη γλώσσα σου και κάν' την να
σωπάσει. Κόψ' την σύρριζα. Πέτα την στα
σκυλιά. Δεν θα έχεις έτσι εφιάλτες, τύψεις κι
αμφιβολίες.**



Για να είσαι τουλάχιστον σωστός στα
σχέδια και στα όνειρά σου, ανάμεσα σε
λυγμούς και παροξυσμούς κράτα τη
γλώσσα σου, γιατί **νομίζω πως θα 'ρθει η
στιγμή που δεν θα αντέξεις και θα
ξεσπάσεις και δεν θα φοβηθείς και θα
ελπίζεις** και κάθε στιγμή το λαρύγγι σου
θα γεμίζει με ένα φθόγγο, με έναν ψίθυρο,
με ένα τραύλισμα, με μια κραυγή που θα
σου λέει: **ΜΙΛΑ!**

**«ΠΑΣΑ ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΧΩΡΙΖΟΜΕΝΗ ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ
ΑΛΛΗΣ ΑΡΕΤΗΣ ΠΑΝΟΥΡΓΙΑ, ΟΥ ΣΟΦΙΑ ΦΑΙΝΕΤΑΙ.»**



- «ἀρετὴ δὲ ἀδέσποτον, ἣν τιμῶν καὶ ἀτιμάζων πλέον καὶ ἔλαττον αὐτῆς ἕκαστος ἔξει. αἰτία ἐλομένου· θεὸς ἀναίτιος.»
- Η ἀρετὴ δεν εξουσιάζεται· ανάλογα με την εκτίμηση ἢ την περιφρόνηση που θα της δείξει ο καθένας θα ἔχει μεγαλύτερο ἢ μικρότερο μερίδιο ἀπ' αὐτή. Ἡ ευθύνη ἀνήκει σ' ἐκείνον που κάνει την ἐπιλογή· ο θεὸς εἶναι ἔξω ἀπὸ την ευθύνη».

Πλάτων (Λαχέσεως λόγος)

«Ευχαριστώ!!»