

## Μητρικός Θηλασμός

Ο μητρικό θηλασμός είναι ένα αποκλειστικό προνόμιο της μητέρας και δεν συμβαίνει τυχαία στη ζωή της. Ειδικές ορμόνες που παράγονται στις ωοθήκες είναι υπεύθυνες για τις μεταβολές και την προετοιμασία του μαστού για τη λειτουργία παραγωγής γάλακτος. Τα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού είναι ανεκτίμητα και κανένα τεχνητό γάλα όσο και αν υποστηρίζεται ότι προσομοιάζει στο μητρικό δεν μπορεί να το αντικαταστήσει. Μερικά από τα πλεονεκτήματα είναι και τα παρακάτω:

- Ιδανική σύνθεση για τη σωματική ανάπτυξη του παιδιού
- Έτοιμα αντισώματα
- Αύξηση επιβίωσης των πρόωρων νεογνών
- Άσηπτες συνθήκες
- Σωστή θερμοκρασία
- Αύξηση του δείκτη νοημοσύνης
- Ψυχική υγεία λόγω ψυχικού δεσμού μητέρας-νεογνού

Αλλά και για τη μητέρα έχει πολλά πλεονεκτήματα, όπως:

- Ταχεία παλινδρόμηση της μήτρας
- Μείωση του κινδύνου για καρκίνο του μαστού και του ενδομήτριου
- Φυσική αντισύλληψη
- Εύκολη απώλεια βάρους
- Οικονομία

Βέβαια, είναι πολύ σημαντικό οι μητέρες να είναι ενημερωμένες για την τεχνική του θηλασμού, ώστε να μπορούν να έχουν έναν επιτυχημένο θηλασμό καθώς και να δίνουν προσοχή στους κανόνες υγιεινής. Επίσης, θα πρέπει να γνωρίζουν ότι η σίτιση του βρέφους ποικίλλει ανάλογα με τις διατροφικές του ανάγκες, την όρεξη και τη συμπεριφορά του απέναντι στο φαγητό. Μεγάλη σημασία πρέπει να δοθεί στα φάρμακα, στις συνήθειες και τη διατροφή της γυναίκας που θηλάζει. Είναι σπάνιες οι παρενέργειες στο νεογνό, παρόλα αυτά χρειάζεται προσοχή κατά τη χορήγηση των φαρμάκων στη θηλάζουσα.

Κι επειδή ο θηλασμός είναι μια ενστικτώδης κατάσταση, οι ψυχολογικές επιπτώσεις που έχει στη μητέρα αλλά και στο παιδί είναι πολύ σημαντικές. Το βρέφος που δεν έχει ικανοποιήσει τις ενστικτώδεις ανάγκες του θηλασμού και της επαφής μέσω του θηλασμού με τη μητέρα έχει μεγάλη προδιάθεση να αναπτύξει μεγαλώνοντας νεύρωση.

Για αυτό είναι χρέος όλων μας να προάγεται ο μητρικός θηλασμός με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Να έχουμε θετική στάση απέναντι στο θηλασμό κατανοώντας τα αμέτρητα πλεονεκτήματά του.

Μαρία Ε. Δρογώση  
Μαία  
Τηλ. 6944 251687