

ΙΑΤΡΙΚΗ—. 'Ο μητρικός θηλασμός στη χώρα μας χθές και σήμερα, υπό Ν. Μαρσανιώτη, Θ. Καρπάθιου, Π. Νικολαΐδου και Γ. 'Αλεξάκη*, διὰ τοῦ 'Ακαδημαϊκοῦ κ. Ν. Μαρσανιώτη.

'Ο ἄνθρωπος ἄρχισε νὰ χρησιμοποιεῖ τὸ γάλα ἄλλων θηλαστικῶν ὡς τροφή του ἀπὸ τότε ποὺ ὑπολογίζεται ὅτι τὰ ἐξημέρωσε, δηλαδὴ πρὶν 10.000 περίπου χρόνια. Μόνο ὅμως στὶς ἀρχές τοῦ αἰῶνα μας ἐπιχείρησε νὰ διαθρέψει τὸ βρέφος του μὲ γάλα ἄλλο ἀπὸ τὸ δικό του καὶ κυρίως ἀγελαδινό. Τὰ ἀρχικὰ ἀποτελέσματα ὑπῆρξαν καταστροφικὰ. 'Η θνησιμότητα τῶν βρεφῶν ποὺ διατρέφοντο μὲ ξένο, μὴ ἀνθρώπειο, γάλα ἦταν τόσο ὑψηλὴ ὥστε ἡ εὐρεία χρῆση του ἔγινε ἐκ τῶν πραγμάτων ἀπαγορευτικὴ. Τὸ ξένο γάλα ἀποτελοῦσε τὴν τροφή κυρίως βρεφῶν ποὺ οἱ μητέρες τους δὲν εἶχαν γάλα καὶ δὲν εἶχαν τὴν οἰκονομικὴ δυνατότητα νὰ ἐξασφαλίσουν τροφὴν, γι' αὐτὸ καὶ ὀνομάστηκε «γάλα τῶν φτωχῶν». Στὴ συνέχεια μὲ τὴν πρόοδο τῆς ἐπιστήμης καὶ τὴν ἐξέλιξη τῆς τεχνολογίας τὸ ἀγελαδινὸ γάλα ἀποστειρώθηκε, τροποποιήθηκε καὶ βελτιώθηκε ἔτσι ὥστε νὰ ἀνταποκρίνεται περισσότερο στὶς ἀνάγκες τοῦ βρέφους. Παράλληλα ἡ βιομηχανικὴ ἐπανάσταση, ἡ μαζικὴ μετανάστευση ἀπὸ τὴν ὕπαιθρο στὰ βιομηχανικὰ ἀστικά κέντρα, ἡ ἀλλαγὴ τῆς δομῆς τῆς οἰκογένειας, ἡ ἐργασία τῆς γυναίκας ἔξω ἀπὸ τὸ σπίτι καὶ τὸ φεμινιστικὸ κίνημα ὑπῆρξαν οἱ κύριοι παράγοντες ποὺ συνετέλεσαν στὴν ἐπικράτηση τῆς τεχνητῆς διατροφῆς. 'Εξ ἄλλου οἱ βιομηχανίες γάλακτος πρόβαλαν ἔντεχνα μὲ τὴ διαφήμιση τὰ προϊόντα τους, ταυτίζοντας τὸ «γάλα τοῦ κουτιοῦ» μὲ τὴν οἰκονομικὴ εὐμάρεια, τὴν κοινωνικὴ ἀνέλιξη καὶ τὸ μοντέρνο τρόπο ζωῆς. 'Αποτέλεσμα ὅλων αὐτῶν τῶν μεταβολῶν ἦταν ἡ κατακόρυφη ἐλάττωση τοῦ μητρικοῦ θηλασμοῦ ποὺ ξεκίνησε ἀπὸ τὶς οἰκονομικὰ προηγμένες χῶρες τῆς Δύσεως γιὰ νὰ περάσει τελικὰ στὶς ὑπὸ ἀνάπτυξη χῶρες τοῦ τρίτου κόσμου. Τὸ γεγονός αὐτὸ θεωρεῖται σὰν τὸ μεγαλύτερο in vivo πείραμα τῆς ἀνθρωπότητος. Τελικὰ ἡ συχνότητα τοῦ μητρικοῦ θηλασμοῦ ἔφθασε στὰ μικρότερα ποσοστὰ στὶς ἀρχές τῆς δεκαετίας τοῦ 1970 (Πίνακας 1).

'Η δεκαετία τοῦ 1970 εἶναι ἡ περίοδος ποὺ τεκμηριώνονται καὶ συνειδητοποιοῦνται τὰ πλεονεκτήματα τοῦ μητρικοῦ θηλασμοῦ καὶ ἀρχίζει ἡ ἀνάστροφη κίνηση τῆς ἐπιστροφῆς σ' αὐτόν. Τὰ πλεονεκτήματα τοῦ μητρικοῦ θηλασμοῦ δεῖχνονται στὸν Πίνακα 2. Τὸ μητρικὸ γάλα ἐξασφαλίζει τὴ φυσιολογικὴ αὔξηση

* N. MATSANIOTIS, TH. KARPATHIOS, P. NICOLAÏDOU and G. ALEXAKI, **Breast Feeding in Greece: Past and Present.**

του βρέφους, το προστατεύει από τις λοιμώξεις, περιορίζει την πιθανότητα εμφάνισης αλλεργικού νοσήματος, το προστατεύει από την ανάπτυξη σιδηροπενικής αναιμίας και ενισχύει τον ψυχικό δεσμό μητέρας-παιδιού.

Στο τέλος του 1979, έτος αφιερωμένο στο παιδί από τον Παγκόσμιο Όργανισμό Υγείας, ή Α' Παιδιατρική Κλινική του Πανεπιστημίου Αθηνών αποφάσισε να ασχοληθεί ιδιαίτερα με το θέμα του μητρικού θηλασμού στη χώρα μας. Αρχικά για να αποτυπωθεί ή συχνότητα του μητρικού θηλασμού στον ελληνικό χώρο προγραμματίστηκε και έγινε μελέτη που περιέλαβε 1660 βρέφη ηλικίας 6-12 μηνών στην Αθήνα και στην επαρχία. Από τη μελέτη αυτή προέκυψε ότι τα ποσοστά του μητρικού θηλασμού στη χώρα μας ήταν το 1980 πολύ χαμηλά (Πίνακας 3). Από τη μελέτη ακόμη φάνηκε ότι θηλάζουν περισσότερο οι μορφωμένες, οι ύψηλου κοινωνικοοικονομικού επιπέδου, οι εργαζόμενες, οι Αθηναίες και εκείνες που είχαν θηλάσει οι ίδιες σαν μωρά (Πίνακες 4, 5, 6, 7).

Μετά τη διαπίστωση της χαμηλής συχνότητας του μητρικού θηλασμού στη χώρα μας αναλήφθηκε προσπάθεια ενημερώσεως γιατρών και κοινού για τα πλεονεκτήματα του μητρικού θηλασμού και περιορισμό των παραγόντων που δρούν ανασταλτικά στην έναρξή του. Οι δραστηριότητες της κλινικής το 1980 με στόχο την προαγωγή του μητρικού θηλασμού φαίνονται στον Πίνακα 8.

Τα αποτελέσματα αυτής της προσπάθειας ελέγχθηκαν μετά ένα χρόνο και επανελέγχθηκαν μετά 5 χρόνια (Πίνακας 9). Είναι σαφές ή αύξηση των ποσοστών του μητρικού θηλασμού στην έναρξη και ακόμη περισσότερο στη διάρκεια του.

Η διαφορά των ερήματων μεταξύ 1980 και 1981 αποδίδεται στην ενημέρωση της ίδιας της μητέρας (Πίνακας 10).

Στην προσπάθειά μας ανταποκρίθηκαν όλες οι γυναίκες, περισσότερο ή λιγότερο μορφωμένες, κάτοικοι Αθήνας και επαρχίας, εργαζόμενες και μη.

Τα αποτελέσματα της προσπάθειας θεωρούνται ικανοποιητικά. Όστερουν λίγο από τα αντίστοιχα των ΗΠΑ (Πίνακας 11), πολύ όμως απέχουν από τον επιθυμητό στόχο που είναι οι Σκανδιναβικές χώρες στις οποίες τους δύο πρώτους μήνες της ζωής θηλάζουν σχεδόν όλα τα βρέφη και τον 6ο μήνα περίπου τὰ 50%.

Το γάλα των θηλαστικών είναι ένα πολύπλοκο βιολογικό σύστημα. Αποτελείται από περίπου 100 γνωστά χημικά στοιχεία και ενώσεις. Δεν είναι καθόλου βέβαιο ότι έχουν αποκαλυφθεί όλα. Οι χημικές αυτές ενώσεις και τα στοιχεία που περιέχονται στο γάλα διαφέρουν ποιοτικά και ποσοτικά ανάλογα με το είδος του ζώου. Για παράδειγμα, ενώ το γάλα της γυναίκας, το βρέφος της οποίας διπλασιάζει το βάρος του σε 150 περίπου ημέρες, περιέχει 1g% πρωτεΐνη, το γάλα του ποντικού, που διπλασιάζει το βάρος του σε 6 ημέρες, περιέχει 12g% πρωτεΐνη.

Ἀκόμη, ἐνῶ τὸ γάλα τοῦ ἀνθρώπου περιέχει 3,5g% λίπος, τὸ γάλα τῆς φάλαινας ποὺ ζεῖ στοὺς παγωμένους ὠκεανούς καὶ ἔχει αὐξημένες θερμιδικές ἀνάγκες, περιέχει 50% λίπος.

Ἐξ ἄλλου τὸ ἴδιο τὸ μητρικὸ γάλα δὲν ἀποτελεῖ στατικὸ προϊόν. Ἡ σύστασή του μεταβάλλεται ἀνάλογα μὲ τὸ ἂν τὸ νεογνὸ εἶναι πρόωρο ἢ τελειόμηνο, ἀνάλογα μὲ τὴ χρονολογικὴ φάση τῆς γαλουχίας, ὅπως καὶ κατὰ τὴ διάρκεια τοῦ 24ωρου, ἀκόμη καὶ κατὰ τὴ διάρκεια ἐνὸς θηλασμοῦ. Τὸ γάλα τῶν πρώτων ἡμερῶν —τὸ πρωτόγαλα ἢ πύαρ— περιέχει πολὺ περισσότερην πρωτεΐνη, ἰχνοστοιχεῖα καὶ κύτταρα (πολυμορφοπύρρηνα, μακροφάγα καὶ T καὶ B λεμφοκύτταρα) ποὺ ἐξασφαλίζουν ἔντονο ρυθμὸ αὐξησης καὶ δίνουν στὸ νεογνὸ ἀνοσολογικὴ προστασία, δηλαδὴ αὐξάνουν τὶς ἀμυντικὲς τοῦ ἱκανότητες κατὰ τοῦ ἐχθρικοῦ μικρόκοσμου (βακτηρίδια-ιοὶ) τοῦ περιβάλλοντος. Τὸ μητρικὸ γάλα μετὰ πρόωρο τοκετὸ εἶναι περισσότερο πλούσιο σὲ πρωτεΐνες, λίπος, ἰχνοστοιχεῖα καὶ ἀνοσοσφαιρίνες. Οἱ διαφορὲς αὐτὲς ἐξομοιώνονται μέχρι τὸ τέλος τοῦ 1ου μηνῆ, μὲ ἐξαίρεση τὶς ἀνοσοσφαιρίνες ποὺ παραμένουν σὲ ὑψηλότερα ἐπίπεδα μέχρι καὶ 3 μῆνες μετὰ τὸν πρόωρο τοκετό, γεγονός ποὺ ἀντανακλᾷ τὴν προσπάθεια τῆς φύσεως νὰ προστατεύσει τὸ εὐαίσθητο πρόωρο βρέφος. Ὅλες αὐτὲς οἱ διαφορὲς ποὺ ἀναφέρθηκαν δείχνουν ὅτι τὸ ἀνθρώπινο γάλα εἶναι ὄχι μόνον μοναδικὴ τροφή γιὰ τὸ βρέφος τοῦ ἀνθρώπου ἀλλὰ ἀκόμη περισσότερον μοναδικὴ τροφή γιὰ τὸ συγκεκριμένο βρέφος γιὰ τὸ ὁποῖο παράγεται. Συνεπῶς κάθε προσπάθεια προαγωγῆς τοῦ μητρικοῦ θηλασμοῦ ἔχει βιολογική, ἠθικὴ καὶ κοινωνικὴ δικαίωση.

ΠΙΝΑΚΑΣ 1

Μητρικὸς θηλασμός (%)				
Βραζιλία	1940	6ος	μήνας	68
	1974	»	»	12
Χιλή	1960	12ος	μήνας	90
	1970	»	»	6
Σιγκαπούρη	1951	3ος	μήνας	80
	1971	»	»	4
ΗΠΑ	1940	1ος	μήνας	77
	1960	»	»	40
	1972	»	»	22

ΠΙΝΑΚΑΣ 2

Πλεονεκτήματα μητρικού θηλασμού:	
—	Εξασφαλίζει φυσιολογική αύξηση.
—	Προστατεύει από τις λοιμώξεις.
—	Προστατεύει από την αλλεργία.
—	Προστατεύει από τη σιδηροπενική αναιμία.
—	Ενισχύει τον ψυχικό δεσμό μητέρας-παιδιοῦ.

ΠΙΝΑΚΑΣ 3

Μικτή διατροφή (μητρικό και ξένο γάλα) %		
	1962	1980
Αριθμός μητέρων	1375	1660
Άρχισαν θηλασμό	-	65
1ος μήνας	50	39
2ος »	26	31
3ος »	18	22
4ος »	16	8
5ος »	14	2

ΠΙΝΑΚΑΣ 4

Μητρικός θηλασμός Γραμματικές γνώσεις μητέρας	
Αναλφάβητες	21%
Δημοτικό σχολείο	63%
Γυμνάσιο-Λύκειο	66%
A.E.I.	76%

ΠΙΝΑΚΑΣ 5

Μητρικός θηλασμός Έπαγγελμα πατέρα	
Έπιστήμονες	74%
Υπάλληλοι	61%
Εμποροι-τεχνίτες	67%
Εργάτες	63%
Αγρότες	53%

ΠΙΝΑΚΑΣ 6

Μητρικός θηλασμός Τόπος διαμονής	
Αθήνα	69%
Επαρχία	56%

ΠΙΝΑΚΑΣ 7

Μητρικός θηλασμός Ιστορικό θηλασμού τής μητέρας	
Θήλασαν οι ίδιες	70%
Δέν θήλασαν οι ίδιες	52%

ΠΙΝΑΚΑΣ 8

Δραστηριότητες για την προαγωγή του μητρικού θηλασμού:

- Στρογγύλες τράπεζες.
- Εισηγήσεις και ανακοινώσεις σε συνέδρια.
- Διαλέξεις σε έπαρχιακές πόλεις.
- Συνεντεύξεις στα μέσα μαζικής ενημερώσεως.
- Προβολή διαφημιστικού μηνύματος από την τηλεόραση.
- Κήρυγμα στις εκκλησίες.
- Σύσταση Πανελληνίου Έταιρείας για την προαγωγή του μητρικού θηλασμού.
- Έκδοση και κυκλοφορία γραμματοσήμου.



ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ

Το καλύτερο ΔΩΡΟ της μητέρας στο
παιδί της. Βοηθάει ΣΩΜΑΤΙΚΑ και
ΨΥΧΙΚΑ τόν αύριανό άνθρωπο.

Έταιρεία Μητρικού Θηλασμού

ΠΙΝΑΚΑΣ 9

Μητρικός θηλασμός αποκλειστικῶς(%)			
	1980	1981	1986
Ἀριθμὸς μητέρων	1660	1432	1042
Ἀρχισαν θηλασμὸ	65	71	72
1ος μῆνας	27	50	48
2ος »	16	32	33
3ος »	9	19	22
4ος »	4	10	14
5ος »	1	6	8
6ος »	-	3	5

ΠΙΝΑΚΑΣ 10

Κύριοι παράγοντες τῆς μεταβολῆς		
	1980	1981
Ἐπιθυμία τῆς μητέρας νὰ θηλάσει	14%	81%
Ἀρνητικὴ θέση τοῦ γιατροῦ	63%	36%

ΠΙΝΑΚΑΣ 11

Μητρικός θηλασμός (%)			
	ΗΠΑ	ΗΠΑ	ΕΛΛΑΣ
	1971	1984	1986
Ἀρχισαν θηλασμὸ	25	62	72
2ος μῆνας	14	47	46
3ος καὶ 4ος μῆνας	8	37	27
5ος καὶ 6ος μῆνας	5	27	10

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Jatskyk G. V., Kuvaeva I. B., Gribakin S. G., Immunological protection of the neonatal gastrointestinal tract. The importance of breast feeding. *Acta Paediatr. Scand.* 74:246, 1985.
2. Helsing E., Kjaernes U., A silent revolution. Changes in maternity ward routines with regard to infant feeding in Norway 1973-1982. *Acta Paediatr. Scand.* 74: 332, 1985.
3. Kovar NG., Serdula M. K., Marks J. S., Fraser D. W., Review of the epidemiologic evidence for an association between infant feeding and infant health. *Pediatr. Supplement* 615, 1984
4. Martinez G. A., Krieger K. W., 1984 milk-feeding patterns in the United States. *Pediatr.* 76: 1044, 1985.
5. Ματσανιώτης Ν., Λαγός Π., Νικολαΐδου Π., Ρώμα Ε., Παπα-γρηγορίου Μ., Καρπάθιος Θ., Μητρικός θηλασμός 1980. Δελτ. Α' Παιδ. Κλιν. Πανεπ. Αθηνών, 28:39, 1981.

SUMMARY

Breast Feeding in Greece: Past and Present

In 1980 only 27 per cent of Greek infants were exclusively breast fed at the age of one month. Following a well organized nationwide campaign by the staff of the 1st Department of Pediatrics of Athens University (Director Professor N. Matsaniotis) the percentage of breast fed infants at the age of one month in 1981 was raised to 50%. In spite of the fact that the campaign was discontinued by the authors group and not carried on by government or any other agency or organization, in 1986 the percentage of breast fed infants remained as high as in 1981.