

## ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

### ΜΗΤΡΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΘΗΛΑΣΜΟΣ

**Α. Β. Ρήγα<sup>1</sup>, Φ. Βιλλιώτη<sup>2</sup>, Μ. Ζαφειρούλη<sup>3</sup>, Μ. Κρικκούκη<sup>4</sup>**

#### ΠΕΡΙΛΗΨΗ

**Σκοπός:** Σε αυτή τη μελέτη γίνεται μια προσπάθεια διερεύνησης των κοινωνικών αναπαραστάσεων της νέας μητέρας σχετικά με το ενδιαφέρον της να θηλάσει, καθώς και την παροχή πληροφοριών, καθοδήγηση και προτροπή που της παρέχονται από το νοσηλευτικό προσωπικό.

**Υλικό και Μέθοδος:** Τα δεδομένα συγκεντρώθηκαν με τη βοήθεια ερωτηματολογίων που δόθηκαν σε δείγμα 119 λεχώνων.

**Αποτελέσματα:** Η προστασία, προαγωγή και υποστήριξη του μητρικού θηλασμού ανήκει στον τομέα προστασίας των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και αποτελεί αναπόσπαστο κομμάτι της μητρότητας. Οι νέες μητέρες χρειάζονται τη στήριξη και τη συμπαράσταση τόσο της οικογένειάς τους όσο και των επαγγελματιών υγείας, σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας.

*Λέξεις κλειδιά: μητρότητα, θηλασμός, σχέσεις, υποστήριξη.*

#### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Κατά τις τρεις τελευταίες δεκαετίες του περασμένου αιώνα, σημειώθηκαν διάφορες αλλαγές στη δομή της πυρηνικής οικογένειας στην Ελλάδα. Πολύ πιο νωρίς μάλιστα, είχε ξεκινήσει η αλλαγή στο σύστημα αξιών και στην οργάνωση της οικογενειακής ζωής στην υπόλοιπη Ευρώπη. Οι σχέσεις μεταξύ των μελών της οικογένειας, ιδιαίτερα μεταξύ των συζύγων, μεταβάλλονται, προδιαγράφοντας νέους συμπληρωματικούς ρόλους του άνδρα και της γυναίκας σχετικά με την οργάνωση της οικογενειακής ζωής (Ρήγα, 2008). Ωστόσο, υπάρχει μια αξία η οποία όλα αυτά τα χρόνια παραμένει σταθερή, ο μητρικός θηλασμός.

Από την εμφάνιση του ανθρώπου πάνω στη γη η αποκλειστική τροφή του νεογέννητου και του βρέφους ήταν το μητρικό γάλα. Ο μητρικός θηλασμός είναι η ολοκλήρωση του κύκλου της αναπαραγωγής που φέρνει τη γυναίκα κοντά στο θάυμα της δημιουργίας. Ο μητρικός θηλασμός προάγει την ατομική, σωματική και ψυχική υγεία της μητέρας και του νεογέννητου, ωστόσο η απόφαση της μητέρας για την επιλογή του τρόπου διατροφής του βρέφους της εξαρτάται από την ενημέρωση που παρέχεται στη γυναίκα, τις πολιτειακές και νοσοκομειακές πρακτικές, την εκπαίδευση των επαγγελματιών υγείας και την ψυχοκοινωνική συμπαράσταση της λεχώνας από την οικογένειά της και το νοσηλευτικό προσωπικό.

#### ΣΚΟΠΟΣ

Σκοπός της παρούσας μελέτης είναι η διερεύνηση των αντιλήψεων της μητέρας για το μητρικό θηλασμό, το ενδιαφέρον της να θηλάσει, η καθοδήγηση και πληροφόρηση που δέχεται κατά τη διάρκεια παραμονής της στο μαιευτήριο και οι σχέσεις της με το οικογενειακό της περιβάλλον.

#### ΥΛΙΚΟ ΚΑΙ ΜΕΘΟΔΟΣ

Αρχικά, η έρευνα έγινε σύμφωνα με τη συγκατάθεση των υποκειμένων. Το κύριο ερευνητικό εργαλείο που χρησιμοποιήθηκε ήταν το ερωτηματολόγιο. Το πρώτο μέρος του ερωτηματολογίου περιλάμβανε τα κοινωνικά - δημογραφικά στοιχεία, όπως το φύλο (όλες γυναίκες), η ηλικία, το επάγγελμα, ο τόπος μόνιμης κατοικίας, η οικογενειακή κατάσταση, το μορφωτικό επίπεδο και η εθνικότητα. Το δεύτερο μέρος αποτελείται από 28 ερωτήσεις, εκ των οποίων οι 19 ήταν κλειστού τύπου ερωτήσεις με διαβαθμισμένη επιλογή και οι 9 ερωτήσεις ανοιχτού τύπου το δείγμα έπρεπε να απαντήσει με βάση τις προσωπικές εμπειρίες. Οι ερωτήσεις του δεύτερου μέρους συντά-

Πίνακας 1. Κατανομή των λεχόνων ως προς την ηλικία τους.

Ηλικία	Σχετική συχνότητα
20-25 ετών	14%
26-30 ετών	27%
31-35 ετών	40%
36-39 ετών	19%
Σύνολο	100%

χθήκαν με τέτοιο τρόπο έτσι ώστε πρώτον να μελετηθεί η ποιότητα των σχέσεων που έχει η νέα μητέρα με το οικογενειακό (γονείς, αδέρφια) και κοινωνικό (φίλοι) της περιβάλλον και δεύτερον να αναδειχθούν οι αλλαγές που επέρχονται σε μια γυναίκα στο συναισθηματικό τομέα με την έλευση ενός παιδιού. Η εύρεση του δείγματος έγινε με τη συνεργασία του τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης και της Μαιευτικής Κλινικής «Έλενα Βενιζέλου».

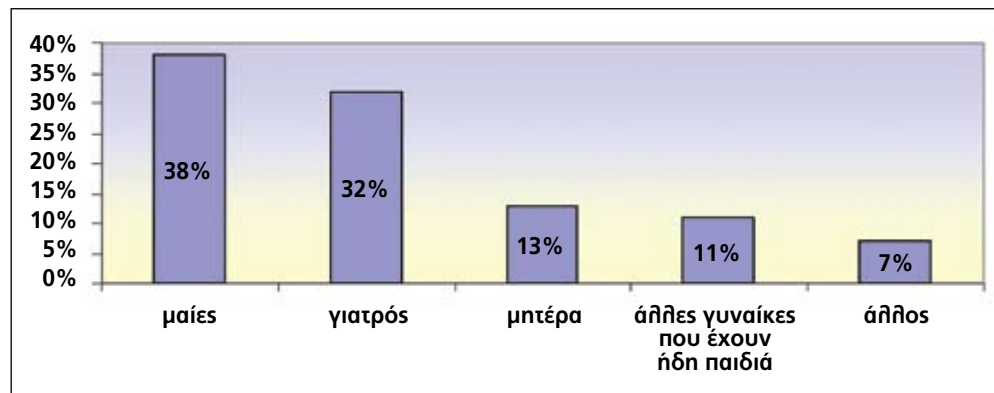
Το δείγμα αποτελούνταν από 119 νέες μητέρες που οι ηλικίες τους κυμαίνονταν από 21-39 ετών. Οι περισσότερες από τις λεχόνες ήταν Ελληνικής εθνικότητας (79%),

το 14% του δείγματος ήταν Αλβανικής και το 7% άλλης εθνικότητας. Σχετικά με το μορφωτικό επίπεδο των νέων μητέρων, αυτό διαμορφώνεται ως εξής: το 2% είναι απόφοιτες δημοτικού, το 9% απόφοιτες γυμνασίου, το 55% είναι απόφοιτες λυκείου και το 34% είναι απόφοιτες ανώτερης - ανώτατης σχολής.

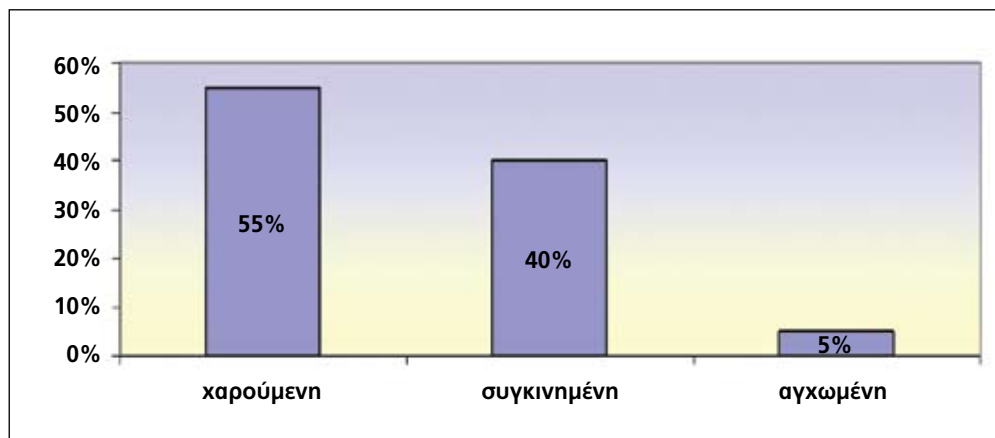
Η στατιστική επεξεργασία των δεδομένων του ερωτηματολογίου πραγματοποιήθηκε με τη μέθοδο της ποσοτικής ανάλυσης ερωτηματολογίου μέσω του Στατιστικού προγράμματος SPSS (17.0), καθώς και την ανάλυση των ανοιχτών ερωτήσεων με την τεχνική της ανάλυσης περιεχομένου. Η συγκεκριμένη τεχνική βοηθά «στο να προσφέρει γνώσεις, σημασίες, αναπαραστάσεις γεγονότων, όπου οι κατηγορίες (κατηγοριοποιήσεις) καθορίζονται με βάση τις υποθέσεις της έρευνας, τους αντικειμενικούς της σκοπούς, και τη δομή του περιεχομένου των στοιχείων της» (Ρήγα, 1999).

#### ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ

Αρχικά μελετήθηκαν οι σχέσεις της νέας μητέρας τόσο σε οικογενειακό επίπεδο όσο και σε κοινωνικό. Ειδικότερα, οι λεχόνες φαίνεται να έχουν σε μεγαλύτερο ποσοστό καλύτερες σχέσεις με τη μητέρα τους (66%), που είναι σημαντικός παράγοντας για τον τρόπο με τον οποίο θα σχηματίσουν το ρόλο τους ως μητέρες. Τα αντίστοιχα ποσοστά με τον πατέρα τους είναι 60%, και με το σύζυγο τους 88%. Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι οι νέες μητέρες δέχτηκαν τη μεγαλύτερη συμπαράσταση και είχαν την καλύτερη δυνατή σχέση με τους συζύγους τους, γεγονός που τις ικανοποιούσε ιδιαίτερα. Οι σύζυγοι ήταν πρόθυμοι να βοηθήσουν τις γυναίκες τους, πιο υπομονετικοί από άλλες φορές και έτοιμοι να αντιμετωπίσουν τις ανάγκες του νεογέννητου. Έχει αποδειχθεί ότι οι σύζυγοι εισπράττουν την ανησυχία και τη γενικότερη αναστάτωση της γυναίκας τους και αναλαμβάνουν έναν πολύ μεγάλο ρόλο, αυτό του μέλλοντα πατέρα, ο οποίος θα γίνει πρότυπο και θα κρατήσει την ισορροπία στην ανατροφή του παιδιού (Ρήγα, Βασιλείου, Κρικκούκη, 2007). Έρυνες έχουν επισημάνει το γεγονός ότι όσο αρμονικότερες είναι οι συζυγικές σχέσεις, τόσο λιγότερα τα μαιευτικά προβλήματα, μειωμένο το άγχος και η επιθετικότητα και αυξημένη η ηρεμία και η ζεστασιά προς το βρέφος. Επιπλέον, ο πατέρας, από την πιο μικρή ηλικία του μωρού, κατέχει έναν πάρα πολύ σημαντικό ρόλο στο να παρακινήσει το παιδί σε επαφές άλλες από αυτές με τη μητέρα του (Δραγώνα, 1991). Από το γεγονός ότι αυτή ενδιαφέρεται για εκείνον και δεν προσηλώνει την προσοχή της μόνο στο παιδί, του δημιουργούνται άλλες ανάγκες, αφενός για να επιζήσει συναισθηματικά και αφετέρου για να ξαναπλησιάσει τη μητέρα του. Αποτέλεσμα θα είναι να στραφεί στην πατρική σχέση, κι αργότερα, χάρη σ'



Γράφημα 1. Ποιά πιστεύετε ότι είναι τα κατάλληλα πρόσωπα για να συζητήσετε για την πρώτη φροντίδα του μωρού σας;

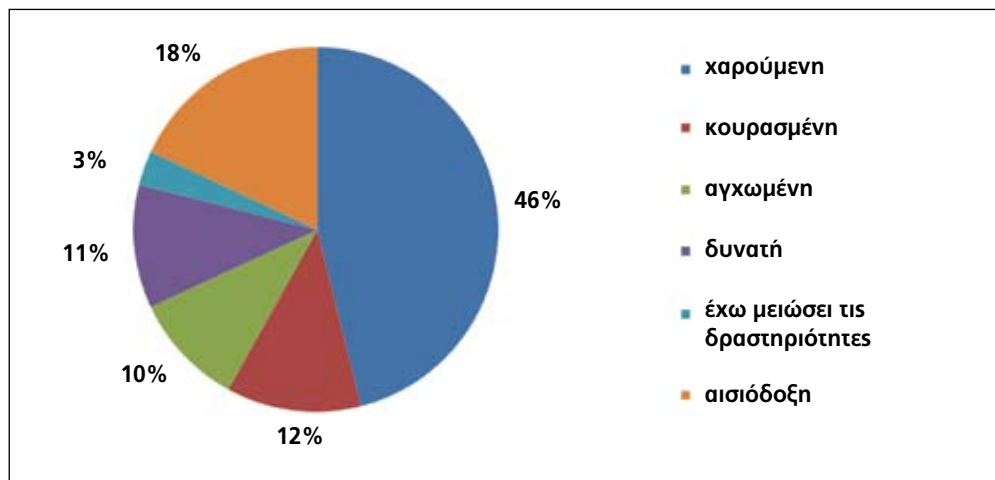


Γράφημα 2. Πώς αισθάνεστε βλέποντας την εικόνα μιας νέας μητέρας που θηλάζει το μωρό της;

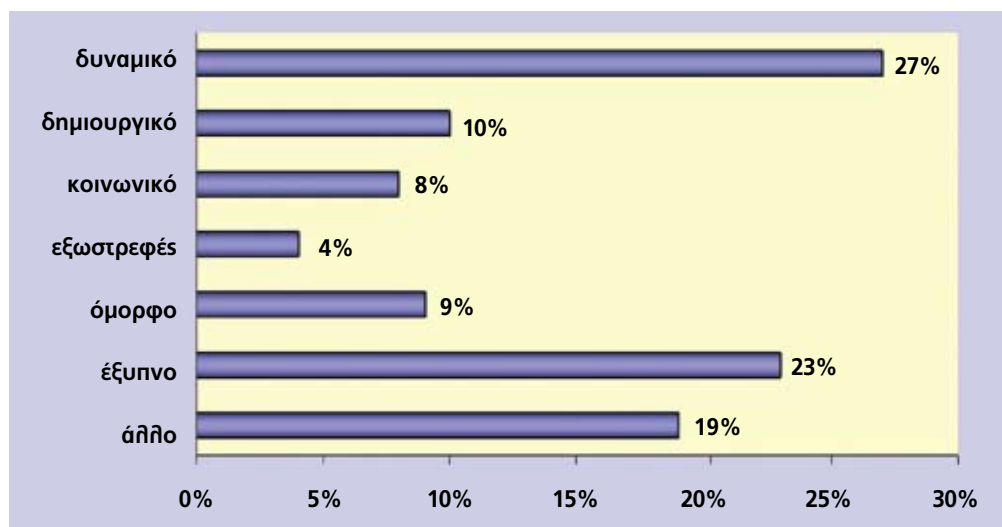
αυτήν, προς την κοινωνική σχέση (Ρήγα, 1991). Αναφορικά με το ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό, το 47% απάντησαν ότι είχαν πολύ καλές σχέσεις με τις μαίες, το 45% απάντησαν ότι είχαν καλές και το 7% ότι οι σχέσεις τους ήταν μέτριες, ενώ οι περισσότερες (76%) απάντησαν ότι οι σχέσεις με το γιατρό τους ήταν πολύ καλές, 21% είχαν καλές σχέσεις και 3% είχαν μέτριες. Ο θηλασμός στηρίζεται στις καλές σχέσεις των νέων μητέρων με τις μαίες κυρίως, αφού αυτές θα τους υποδείξουν τις τεχνικές και τα οφέλη του, θα τις βοηθήσουν και θα επιλύσουν τις δυσκολίες τους. Την ίδια άποψη φάνηκε να έχουν και οι λεχώνες, όπου το 38% απάντησε ότι οι μαίες είναι οι καταλληλότερες για να συζητήσουν για την πρώτη φροντίδα του μωρού τους, το 32% απάντησε ότι πιο κατάλληλο πρόσωπο είναι ο γιατρός, το 13% η μητέρα τους και το 7% άλλα πρόσωπα. Στο μαιευτήριο η δεκτική στάση του νοσηλευτικού προσωπικού απέναντι στο νεογνό και η έμπρακτη φροντίδα του βρέφους μπορούν να επηρεάσουν τη συναισθηματική στάση της αμφιθυμικής μητέρας του, εφόσον οι θετικές εικόνες μπορούν να της προσφέρουν νέους συνειδητούς τρόπους συμπεριφοράς (Ρήγα, 1991).

Επιπρόσθετα, το 81% των λεχώνων απάντησε ότι ο γιατρός και το νοσηλευτικό προσωπικό καθοδηγούν στο θέμα του θηλασμού και τις βοηθούν αρκετά, ενώ σε καμία περίπτωση σύμφωνα με το 93% του δείγματος δεν ενθαρρύνουν τη διακοπή του θηλασμού στην πρώτη δυσκολία, αλλά αντιθέτως, τις στηρίζουν και τις βοηθούν ώστε να ξεπεραστεί οποιοδήποτε εμπόδιο.

Αναπόσπαστο κομμάτι για την άμεση έναρξη του μητρικού θηλασμού αποτελεί σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και τη Unicef η εφαρμογή του συστήματος rooming-in, σύμφωνα με το οποίο το νεογέννητο μένει δίπλα στη μητέρα του από την πρώτη στιγμή. Το 90% των λεχώνων απάντησε ότι το μωρό τους έμεινε συνέχεια μαζί τους στο δωμάτιο, γεγονός που συνέβαλε στη γρηγορότερη ανάπτυξη του δεσμού τους με το βρέφος και την άμεση φροντίδα του. Επίσης, το 81% των νέων μητέρων είχε ενημερωθεί για το θηλασμό από το νοσηλευτικό προσωπικό,



Γράφημα 3. Πώς αισθάνεστε αυτήν την περίοδο;



παράγοντας που είναι θετικός και απαραίτητος για την έναρξη του μητρικού θηλασμού.

Οι νέες μητέρες (96%) πιστεύουν ότι με το θηλασμό αναπτύσσεται ένα δέσιμο και μια έντονη συναισθηματική επαφή μεταξύ του μωρού και της μητέρας. Πολλές έρευνες υποστηρίζουν ότι ο μητρικός θηλασμός βοηθάει τη μητέρα να αντιμετωπίσει καλύτερα το συναισθηματικό στρες, με το να συμμετέχει και η ίδια στη φροντίδα του νεογέννητου μωρού της (Kavanaugh, Meier, Zimmermann and Mead, 1997). Ο Freud περιέγραψε την πείνα ως πρωταρχική ενόρμηση του νεογνού και η μητέρα είναι το μόνο πρόσωπο που μπορεί να ικανοποιήσει αυτή την ενόρμηση προσφέροντάς του τροφή. Για αυτό και το τάισμα είναι τόσο καθοριστικό για το δεσμό μεταξύ μητέρας και βρέφους. Το 93% απάντησαν ότι θηλάζουν το μωρό τους, ενώ το 3% που δε θηλάζουν είναι διότι παρουσιάστηκαν κάποια προβλήματα που δεν επέτρεψαν στις μητέρες να θηλάσουν. Το 88% των λεχώνων δε φοβάται και δεν ενδιαφέρεται για το αν θα χαλάσει το στήθος τους από το θηλασμό, γεγονός που ενισχύει την έναρξή του αλλά και τη διατήρησή του. Η μητέρα με το να θηλάζει το μωρό της δεν ικανοποιεί μόνο την πείνα και δίψα του μωρού, αλλά βοηθάει ώστε να εδραιωθεί η ανάγκη του για ανθρώπινη επαφή (Δραγώνα, 1987).

Το μητρικό γάλα είναι ένα δυναμικό σωματικό υγρό το οποίο μεταβάλλεται προκειμένου να καλύψει τις διατροφικές ανάγκες του νεογέννητου, παρέχοντάς του προστασία από μολυσματικές ασθένειες, και προωθώντας το νευροαναπτυξιακά (American Academy of Pediatrics, 2005). Η πλειοψηφία των λεχώνων (99%) του δείγματος πιστεύουν ότι το μητρικό γάλα είναι πολύ σημαντικό για το νεογέννητο και το 94% θεωρούν ότι το γάλα σε σκόνη δεν έχει τελειοποιηθεί και δεν μπορεί να μιμηθεί το μητρικό ούτε να το αντικαταστήσει ακριβώς. Το μητρικό γάλα είναι πλούσιο σε αντισώματα και παρέχει στο μωρό ακριβώς ό,τι χρειάζεται, προστατεύοντάς το από μολυσματικές ασθένειες (Heird, 2001, Koletzko et al, 2001, Larque, Demmelmair & Koletzko, 2002). Υπάρχει κι ένα ποσοστό 6%, που θεωρούν ότι το γάλα σε σκόνη έχει τελειοποιηθεί και είναι εξίσου καλό με το μητρικό. Σχετικά με τις κοινωνικές αναπαραστάσεις που αφορούν τη μητρότητα και το θηλασμό, οι νέες μητέρες αισθάνονται στη συντριπτική πλειοψηφία τους χαρούμενες και συγκινημένες βλέποντας την εικόνα μιας νέας μητέρας που θηλάζει το μωρό της, ενώ ένα μικρό ποσοστό αναφέρει ότι νιώθει άγχος, όπως φαίνεται και στο γράφημα 2.

Τα αντιπροσωπευτικά επίθετα που χαρακτηρίζουν την περίοδο της μητρότητας και του θηλασμού όπως παρουσιάζεται στο γράφημα 3 είναι: 46% χαρούμενες, 18% αισιόδοξες, 12% κουρασμένες, 11% δυνατές, 10% αγχωμένες και μόλις 3% νιώθουν ότι έχουν μειώσει τις δραστηριότητές τους. Η χαρά τους οφείλεται στη γέννηση του παιδιού τους. Είναι τόσο χαρούμενες, που ξεπερνούν την κούρασή τους εξαιτίας της ταλαιπωρίας του τοκετού. Άλλες όμως νιώθουν ότι η κούραση αυτή υπερβολική, ενώ όσες είναι αγχωμένες επηρεάζονται από το γεγονός ότι το μωρό τους είναι στα πρόωρα, ή αντιμετωπίζει κάποιο πρόβλημα. Για τις νέες μητέρες, η φροντίδα, η κούραση, η αφοσίωση, η λησμονιά του εαυτού τους και η αγάπη που προσφέρουν απλόχερα στο παιδί τους αναγνωρίζονται από το σύντροφό τους, επιβεβαιώνοντας έτσι την αξία του ρόλου τους και προσφέροντάς τους συναισθηματική και ψυχολογική υποστήριξη (Ρήγα, 1991).

Σχετικά με τις αντιλήψεις της μητρότητας, δόθηκαν στις γυναίκες πέντε ορισμοί από τους οποίους θα επέλεγαν τον πιο αντιπροσωπευτικό για τις ίδιες. Οι περισσότερες γυναίκες του δείγματός μας, μας είπαν πως η μητρότητα

είναι ολοκλήρωση στη ζωή μιας γυναίκας (65%), αφού αισθάνονται πληρότητα με τον ερχομό του παιδιού τους. Το 20% πιστεύει ότι η μητρότητα είναι μια φυσιολογική πορεία της γυναίκας, ενώ μόλις το 1% παραδέχεται ότι είναι μια δύσκολη περίοδος που τις αγχώνει. Το 12% των νέων μητέρων αντιμετωπίζουν τη μητρότητα κάποιες φορές θετικά και άλλες αρνητικά, ενώ το 2% δεν απάντησε.

Η ερώτηση που αφορούσε την περιγραφή της προσωπικότητας του παιδιού τους όπως εκείνες τη φαντάζονταν διαμορφώθηκε ως εξής όπως φαίνεται και στο γράφημα 4: το 27% είπαν δυναμικό, το 23% έξυπνο, το 9% όμορφο, το 10% δημιουργικό, το 8% κοινωνικό, το 4% εξωστρεφές, και το 19% κάτι άλλο. Αυτό περιλαμβάνει απαντήσεις όπως «καλός άνθρωπος», «να έχει τη δική του προσωπικότητα», «όλα τα παραπάνω».

Στην ερώτηση «πιστεύετε ότι η δική σας καλή διάθεση επηρεάζει την ευημερία του παιδιού σας;» το 99% απάντησε ότι η καλή διάθεση της μητέρας επηρεάζει άμεσα και το μωρό, γιατί όταν εκείνη είναι χαρούμενη, αυτό το συναίσθημα μεταδίδεται και στο παιδί της, το οποίο δέχεται την καθημερινή της φροντίδα. Αυτή η αντίληψη φαίνεται να αποτελεί συνέχεια της προγεννητικής περιόδου, όπου τα ευρήματα είναι παραπλήσια (Ρήγα, Βασιλείου, Κριεκούκη, 2007) και διατηρείται και στη μεταγεννητική.

### ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Από την παρούσα έρευνα, προκύπτει το συμπέρασμα ότι οι νέες μητέρες λαμβάνουν αμέριστη συμπαράσταση από την οικογένειά τους και κυρίως από το σύζυγό τους, ενώ οι ίδιες είναι πολύ ευτυχιμένες κατά κύριο λόγο και με μεγάλη διάθεση να θηλάσουν το βρέφος τους, γνωρίζοντας τα πολύτιμα συστατικά του μητρικού γάλακτος. Το νοσηλευτικό προσωπικό ενισχύει αυτή την προσπάθεια, καθοδηγεί και βοηθάει τις λεχώνες ώστε να πραγματοποιείται ο θηλασμός όσο πιο έγκαιρα και με λιγότερες δυσκολίες γίνεται. Την καθημερινή φροντίδα του μωρού αναλαμβάνει η ίδια η μητέρα, αναπτύσσοντας πιο έντονο και άμεσο δεσμό με το νεογέννητο, σημαντικό παράγοντας για το μητρικό θηλασμό. Αξιοσημείωτη είναι η τριαδική σχέση ανάμεσα στη μητέρα, τον πατέρα και το παιδί, που επιτρέπει σε κάθε μέλος να ζήσει μια συναισθηματική ζωή πλούσια σε εξέλιξη και σε ένταση, εξαιτίας των διαφορετικών κατευθύνσεων και της πολυπλοκότητας των συνδυασμών που εμφανίζονται σε αυτή (Ρήγα, 1991). Χαρακτηριστικά, η Cleirens αναφέρει «... κάθε συναισθηματικότητα ή παρεξήγηση, κάθε τρυφερότητα ή φιλονικία ανάμεσα στη μητέρα και τον πατέρα που γίνονται αντιληπτές από το παιδί, επηρεάζουν τα χαρακτηριστικά της σχέσης που το παιδί συνάπτει με τη μητέρα του» (Cleirens, 1980).

Καταλήγοντας λοιπόν, μπορούμε να διαπιστώσουμε ότι η ύπαρξη καλών σχέσεων με την οικογένεια της νέας μητέρας και οι καλές σχέσεις με το προσωπικό της κλινικής, καθώς και η στήριξη, ενημέρωση και εκπαίδευση των τεχνικών θηλασμού από τις μαίες προς τις λεχώνες αποτελούν τις βασικές συνισταμένες για την έναρξη του μητρικού θηλασμού, ο οποίος είναι αναφαίρετο δικαίωμα των νεογνών, καθώς και ένας τρόπος για την προστασία της υγείας της μητέρας και του μωρού.

### SUMMARY

**Objective:** This study is an attempt to examine social representations of new breast-feeding mothers with regard to her genuine interest in breast-feeding and provision of information, advice and encouragement supplied by the hospital staff.

**Material and Method:** The data was collected using questionnaires given to a sample of 119 new breast-feeding mothers.

**Conclusions:** The protection, promotion and support of breast-feeding belong under the human rights protection area and they are an integral part of motherhood. New mothers do need the support of both their families and the health professionals, according to the results of our research.

*Key words: maternity, breast-feeding, relations, support.*

### ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Ρήγα ΑΒ. Η οικογένεια στην Ελλάδα σήμερα. Εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα, Αθήνα, 2008.
2. Bell, J. μτφ, επιμέλεια, ΑΒ Ρήγα. Μεθοδολογικός σχεδιασμός Παιδαγωγικής και Κοινωνικής έρευνας. Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα, 1999.
3. Ρήγα ΑΒ, Βασιλείου Β, Κριεκούκη Μ. Οι Κοινωνικές Αναπαραστάσεις για την Μητρότητα, Θέματα Μαιευτικής Γυναικολογίας, Τριμηνιαίο Περιοδικό της Ενώσεως Μαιευτήρων - Γυναικολόγων Ελλάδος, Δεκέμβριος 2007; 4:310-314.
4. Δραγώνα Θ. Οδεύοντας προς την πατρότητα: απόπειρες εξιχνίασης μιας παραγνωρισμένης πορείας. Στο Ελληνογαλλικό Συμπόσιο για το παιδί και τον έφηβο. Αθήνα, μη εκδοθέν, 1999.
5. Ρήγα, ΑΒ, Μαυρακτώνης Γ. Οικογένεια, Μητρότητα, Αναδοχή. Εκδόσεις Δ. Μανρωμάτη, Αθήνα, 1991.
6. Kavanaugh K, Meier P, Zimmermann B, Mead L. The Rewards Outweigh the Efforts: Breastfeeding Outcomes for Mothers of Preterm Infants. *Journal of Human Lactation*, 1997; 13:15-21.

7. Δραγώνα Θ. Γέννηση: η γυναίκα μπροστά σε μια καινούρια ζωή. Εκδόσεις Δωδώνη, Αθήνα, 1987.
8. American Academy of Pediatrics. Breastfeeding and the use of human milk. Policy statement. *Pediatrics*, 2005; 115:496-506.
9. Heird WC. The role of polyunsaturated fatty acids in term and preterm infants and breast-feeding mothers. *Pediatric Clinics of North America*, 2001; 48:173-188.
10. Koletzko B, Rodriguez-Palmero M, Demmelmair H, Fidler N, Jensen R, Sauerwald T. Physiologic aspects of human milk lipids. *Early Human Development*, 2001; 65:S3-S18.
11. Larque E, Demmelmair H, & Koletzko B. Perinatal supply and metabolism of long-chain polyunsaturated fatty acids. *Annals of the New York Academy of Science*, 2002; 967:299-310.
12. Cleirens-Marbeau B. *Les mères culibataires et l'inconscient*. Ed. Jean-Pierre Delarge, Paris, 1980.

Η έρευνα πραγματοποιήθηκε με τη συνεργασία του Μαιευτηρίου «Έλενα Βενιζέλου» και του Τμήματος Ψυχολογίας του Πανεπιστημίου Κρήτης.

Ευχαριστούμε θερμά τον κ. Φαρμακίδη (μαιευτήρα - γυναικολόγο, δ/ντή Στ' Γυναικολογικής Κλινικής «Έλενα Βενιζέλου») για την πολύτιμη βοήθεια και στήριξη που μας προσέφερε κατά τη διάρκεια της έρευνας.

---

<sup>1</sup>Τακ. Καθηγήτρια Κοινωνικής-Κλινικής Ψυχολογίας και Ποιοτικής μεθοδολογίας, Διευθύντρια Μεταπτυχιακού προγράμματος Σπουδών, τμήμα Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Κρήτης

<sup>2,3,4</sup>Έρευνήτριες, Απόφοιτες τμήματος Ψυχολογίας, Πανεπιστήμιο Κρήτης