



# Π Ρ Ο Τ Υ Π Α

Π Ρ Ο Σ Μ Ι Μ Η Σ Η

ΕΤΟΣ 6<sup>ο</sup> \* ΤΕΥΧΟΣ 66 \* ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 2011

«Τύπος γίνου τῶν πιστῶν ἐν λόγῳ, ἐν ἀναστροφῇ, ἐν ἀγάπῃ,  
ἐν πνεύματι, ἐν πίστει, ἐν ἀγνεΐᾳ.» (Α΄ Τιμ. Δ΄ 12)

## *Κωνσταντίνα Φαλάρα – Κεφαλά... μία γυναίκα πού "θηλάζει" 35 βρέφη*

Ἡ φαρμακοποιός κυρία Κωνσταντίνα Φαλάρα – Κεφαλά δέν θηλάζει μόνο τὰ δίδυμα παιδιὰ της. Ἀπό τόν Φεβρουάριο μέχρι καί τόν Ἀπρίλιο «ταΐσει» μέ τό γάλα της 35 βρέφη πού νοσηλεύονταν στή Μονάδα Πρόωρων Νεογνῶν τοῦ Νοσοκομείου «Ἑλενα Βενιζέλου».

«Εἶμαι 50 ἐτῶν, ἐργάζομαι σκληρά, ἔκανα δύο παιδιὰ κι ὅμως τὰ θηλάζω κανονικά. Δέν καταλαβαίνω γιατί ὁ θηλασμός δέν μπορεῖ νά "λειτουργήσει" σέ μία γυναίκα νεότερη μέ ἓνα παιδί; Θεωρῶ ὅτι δέν ὑπάρχει τίποτε ὠραιότερο καί εὐκολότερο ἀπό τό θηλασμό γιά μία μάνα».

«Ἄρχισα νά "βγάζω" γάλα ἀπό τήν πρώτη στιγμή, διότι τὰ παιδιὰ μου γεννήθηκαν στούς ἑπτὰ μῆνες, ἐνάμισι κιλό τό καθένα, καί ἔπρεπε νά μείνουν στή μονάδα πρόωρων γιά ἓναν μήνα προκειμένου νά πάρουν βάρος. Ὄταν τὰ πήραμε στό σπίτι ἄρχισα νά τὰ θηλάζω. Συγχρόνως ἀντλοῦσα καί γάλα. Ἐπειδή ὅμως ἦταν δύο, εἶχα καί μία ἀνασφάλεια μήπως τό γάλα μου δέν θά εἶναι ἀρκετό».

«Ἐτσι, προμηθεύτηκα ἀπό τό φαρμακεῖο εἰδικά ἀποστειρωμένα βαζάκια καί σακουλάκια, στά ὁποῖα φύλαγα τό γάλα πού περίσσευε ἔπειτα ἀπό κάθε θηλασμό. Τά βαζάκια τὰ τοποθετοῦσα στό ψυγεῖο, διότι τὰ χρησιμοποιοῦσα ἄμεσα καί τὰ σακουλάκια στό καταψύκτη. Ἐκανα γιά ἀρκετό καιρό αὐτή τή διαδικασία, μέχρι πού κατάλαβα ὅτι δέν χρειάζεται νά διατηρῶ γάλα στόν καταψύκτη».

«Ἀπό τόν Αὐγουστο, πού γέννησα, μέχρι καί τόν Νοέμβριο εἶχα συγκεντρώσει στόν καταψύκτη 20 κιλά μητρικοῦ γάλατος. Ἀναγκάστηκα νά τό πετάξω καί αὐτό ἦταν κάτι τό ὁποῖο μέ στεναχώρησε πολύ. Τότε σκέφτηκα: "εἶναι κρίμα νά πηγαίνει χαμένο τόσο γάλα". Ἄρχισα νά ρωτᾶω ἂν μπορῶ νά τό στέλνω κάπου, πῶς μπορεῖ νά αξιοποιηθεῖ...».

Ἡ κυρία Φαλάρα – Κεφαλά ἔμαθε γιά τήν τράπεζα γάλακτος πού λειτουργεῖ στό Νοσοκομείο «Ἑλενα Βενιζέλου». «Ἄρχισα πάλι νά συγκεντρῶνω γάλα. Ἀμέσως μετά τίς γιορτές τῶν Χριστουγέννων ἔστειλα τήν πρώτη παρτίδα, περίπου 70 κιλά γάλα. Ἡ δεύτερη ἀποστολή ἔγινε στίς 10 Φεβρουαρίου, ὅποτε συμπλήρωσα τόν ἕκτο μήνα ἀπό τή γέννηση τῶν παιδιῶν. Ἄλλη ἀποστολή δέν μπορούσα νά κάνω διότι μετά τό ἐξάμηνο τό γάλα τῆς μάνας ἀλλάζει σύσταση καί δέν ἐνδείκνυται γιά πρόωρα νεογνά. Συνολικά

Ἡ διαδικασία πού ἀκολουθοῦσε ἡ κυρία Φαλάρα – Κεφαλά ἦταν ἡ ἀκόλουθη: Μὲ τὸ θήλαστρο ἀντλοῦσε γάλα ἀπὸ τὸ στήθος, τὸ ὁποῖο φύλαγε σὲ ἀποστειρωμένα σακουλάκια, εἰδικὰ γι' αὐτὸ τὸ σκοπὸ, πού πωλοῦν τὰ φαρμακεῖα. Σὲ κάθε σακουλάκι χωροῦν περί τὰ 200 γραμμάρια γάλακτος. Αὐτὰ τὰ ἀποθήκευε σὲ εἰδικὸ καταψύκτη, στοὺς μείον 20 βαθμούς. Ἐν συνεχείᾳ συνεννοήθηκε μὲ τὴ διοίκηση τοῦ «Ἑλενα Βενιζέλου» καί μὲ μεταφορεῖς κατεψυγμένων προϊόντων, οἱ ὁποῖοι τὰ μετέφεραν ἀφιλοκερδῶς στό Μαιευτήριον.

Μὲ τὴν πράξη τῆς αὐτῆς, ἡ κυρία Φαλάρα – Κεφαλά, στέλνει μήνυμα σὲ νέες μητέρες, νὰ θηλάζουν τὰ παιδιὰ τους καί νὰ βοηθοῦν, ὅπως ἐκείνες μποροῦν, τὰ μωρὰ πού γεννιοῦνται πρόωρα. «Ἀκόμη καί ἓνα σακουλάκι νὰ δώσουν ἀπ' αὐτὸ πού τοὺς περισσεύει, νὰ εἶναι σίγουρες ὅτι θὰ βοηθήσουν ἓνα μωρό πού ἔχει ἀνάγκη. Τὸ μητρικὸ γάλα εἶναι φάρμακο γιὰ ὅλα τὰ μωρὰ, πόσο μᾶλλον γι' αὐτὰ πού γεννιοῦνται πρόωρα!».

Σύμφωνα μὲ τὸν διοικητὴ τοῦ Νοσοκομείου «Ἑλενα Βενιζέλου» κ. Ν. Φαλδαμῆ, τὸ γάλα τῆς κυρίας Φαλάρα - Κεφαλά (στὶς 29.12.2010 ἔφθασε στό Νοσοκομεῖο 72,5 κιλά γάλα καί τὸν περασμένο Μάρτιο ἄλλα 25 κιλά) παστεριώθηκε καί τοποθετήθηκε σὲ εἰδικὸ καταψύκτη (στοὺς μείον 20 βαθμούς). Τὸ γάλα, τὸ ὁποῖο δόθηκε στὴ Μονάδα Πρόωρων Νεογνῶν τοῦ «Ἑλενα», κάλυψε τίς ἀνάγκες 35 βρεφῶν.

Ὅπως ἀναφέρει ὁ διοικητὴς, τὸ «Ἑλενα Βενιζέλου» δίνει μεγάλη σημασία στὸν μητρικὸ θηλασμό. Εἶναι μία παράδοση χρόνων πού συνεχίζεται. Διαθέτει Τράπεζα Μητρικοῦ Θηλασμοῦ ἀπὸ τὸ 1947, ἐνῶ τὸ 1985 δημιουργήθηκε, μεταξύ ἄλλων, ἡ Μονάδα Φυσιολογικῶν Νεογέννητων Προαγωγῆς Μητρικοῦ Θηλασμοῦ. Δύο φορές τὸ χρόνο, τὸν Μάιο καί τὸ Νοέμβριο, γίνονται εἰδικὰ σεμινάρια γιὰ τὸ Μητρικὸ Θηλασμό, πού ἀπευθύνονται σὲ ἐπαγγελματίες ὑγείας».

### **Ἀναντικατάστατο τὸ μητρικὸ γάλα**

Τὴν ἰδανικὴ τροφή γιὰ τὴν πνευματικὴ καί τὴ σωματικὴ ἀνάπτυξη τοῦ παιδιοῦ ἀποτελεῖ τὸ μητρικὸ γάλα, σύμφωνα μὲ τὴν παιδίατρο - νεογνολόγο, διευθύντρια τοῦ Νεογνολογικοῦ Τμήματος τοῦ «Ἑλενα Βενιζέλου» καί ὑπεύθυνη τοῦ Τμήματος Μητρικοῦ Θηλασμοῦ καί τῆς Τράπεζας Γάλατος κυρία Στέλλα Ἑγγλέζου.

«Τὸ μητρικὸ γάλα δὲν τελειώνει. Πάντα ὑπάρχει. Ἀκολουθεῖ τὸ νόμο τῆς προσφορᾶς καί τῆς ζήτησης», τονίζει ἡ κυρία Ἑγγλέζου, καί προσθέτει: «Τὸ μητρικὸ γάλα προστατεύει τὸ νεογέννητο ὄχι μόνο τὸν καιρὸ πού θηλάζει, ἀλλὰ σὲ ὀλόκληρη τὴ ζωὴ του. Μειώνει τὴ νοσηρότητα. Γι' αὐτὸ τὸ ἴδιο τὸ κράτος πρέπει νὰ συμβάλλει ὥστε νὰ αὐξηθοῦν τὰ ἐπίπεδα μητρικοῦ θηλασμοῦ, τὰ ὁποῖα στὴ χώρα μας εἶναι χαμηλά».

<http://www.tovima.gr>

Δημοσιεύτηκε 25 Μαΐου 2011

ΕΚΔΟΤΗΣ: ΕΝΟΡΙΑΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΓΙΟΥ ΝΙΚΟΛΑΟΥ  
ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ ΤΗΛ. 2465021472 ΦΑΞ 2465023133  
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ: ΙΕΡΕΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ