

Η μαγική ΣΤΙΓΜΗ

...που το ζευγάρι γίνεται οικογένεια, όλα τα μέλη αξίζουν να είναι παρόντα!



ΟΤΑΝ ΚΑΠΟΙΟΣ ΑΚΟΥΕΙ ΤΙΣ ΛΕΞΕΙΣ «ΠΑΤΕΡΑΣ» και «τοκετός», η πρώτη εικόνα που του έρχεται στο μυαλό είναι μια αγχωμένη αντρική φιγούρα να περιμένει αγωνιωδώς στην αίθουσα αναμονής κάποιου μαιευτηρίου. Για πολλά χρόνια, στην ελληνική κοινωνία αυτός και μόνο ήταν ο ρόλος του πατέρα στη διαδικασία του τοκετού. Σήμερα, όλο και περισσότεροι άντρες επιθυμούν να συμμετέχουν ενεργά, πρακτικά και συναισθηματικά στην εμπειρία της γέννησης. Η τρυφερή αυτή διάσταση είναι ένα θετικό βήμα στη μεταβατική περίοδο όπου **η δυάδα μεταμορφώνεται σε τριάδα και γεννάται η οικογένεια.**

Το να γίνει κανείς πατέρας αποτελεί μια τεράστια αλλαγή στη ζωή ενός άντρα. Σύμφωνα με έρευνες, οι υποψήφιοι μπαμπάδες φαίνεται να επηρεάζονται εξίσου από την εγκυμοσύνη και να εμφανίζουν σωματικά και ψυχικά συμπτώματα. Η μετάβαση αυτή είναι σημαντικό να γίνει με ομαλό τρόπο, με την αντρική παρουσία δίπλα στη γυναίκα σε όλη την πορεία της κύησης. Ο κάθε υποψήφιος μπαμπάς, σε κάθε βήμα της πορείας προς τη γέννηση, είναι σημαντικό να συζητάει με τον Ιατρό και τη Μαία πιθανές απορίες και φοβίες, να ενημερωθεί έχοντας παρακολουθήσει ομάδες Προετοιμασίας για Γονεϊκότητα, καθώς και να ανταλλάξει

απόψεις ή να μοιραστεί εμπειρίες με άλλους μπαμπάδες που ήταν παρόντες στη γέννηση του παιδιού τους. Έχοντας **ενδυναμώσει το πατρικό του ένστικτο**, μπορεί να υπάρξει ένα πραγματικά αναντικατάστατο στήριγμα για τη σύντροφό του, αλλά και να δώσει την ευκαιρία στον ίδιο του τον εαυτό να ζήσει μια εμπειρία που όμοιά της δεν έχει ξαναζήσει!

Κατά τον τοκετό λοιπόν ο σύντροφος - πατέρας είναι εκείνος που θα υποστηρίξει λεκτικά τη σύντροφό του, θα εξασφαλίσει ένα κλίμα ηρεμίας στα διάφορα στάδια του τοκετού και θα γίνεται όπου χρειάζεται ο ενδιάμεσος κρίκος με το προσωπικό του μαιευτηρίου. Ο ρόλος του πατέρα μπορεί να γίνει ακόμα πιο ενεργός όταν, εκτός από τη λεκτική του ενθάρρυνση, λάβει μέρος σε πρακτικές διαδικασίες του τοκετού. Ο υποψήφιος μπαμπάς μπορεί να βοηθήσει τη σύντροφό του να κάνει ασκήσεις με τις ειδικές μπάλες τοκετού, να της κάνει μασάζ και να τη βοηθήσει να πάρει τις κατάλληλες θέσεις και στάσεις που την ανακουφίζουν.

Οι πρώτες στιγμές της γέννησης χρειάζεται να χρωματιστούν από επαφή και σύνδεση. Η κρίσιμη φάση της γέννησης βιώνεται από το ζευγάρι ως μοναδική και εξαιρετικά συγκινητική στιγμή. Η θετική και συναισθηματική στήριξη του πατέρα βοηθά την ψυχοσωματική κατάσταση της επιτόκου για να υποδεχτούν μαζί το παιδί τους, να το καλωσορίσουν με όμορφα λόγια αγάπης και χαμόγελα. **Ο νέος πατέρας έχει τη δυνατότητα να κόψει εκείνος τον ομφάλιο λώρο σαν μια έκφραση απελευθέρωσης στη μετάβαση από την ενδομήτρια στην εξωμήτρια ζωή.** Ό,τι είναι ο ομφάλιος λώρος για την ενδομήτρια ζωή είναι ο θηλασμός για την εξωμήτρια. Έτσι, υποστηρίζουμε, μέσω της

Συνδιαμονής, την παρουσία του πατέρα στην Αίθουσα Τοκετών, όπου δίνεται ο χρόνος και ο χώρος στο ζευγάρι να «γνωριστούν» με το νεογέννητό τους. Πατέρας και βρέφος, όπως μητέρα και βρέφος, αλληλοεπηρεάζονται αδιάκοπα.

Όσο απαραίτητη είναι η συμμετοχή του μπαμπά στο να έρθει στον κόσμο ένα παιδί, τόσο σημαντική είναι η συμμετοχή του και στην ανατροφή του. Κανείς από τους δύο γονείς δεν μπορεί να αναπληρώσει τα καθήκοντα του άλλου. Η πατρότητα είναι το ίδιο ευχάριστη και απαραίτητη στο παιδί με τη μητρότητα. Δώστε χώρο στην πατρότητα να ανθίσει και να ανοίξει το έδαφος για τη δημιουργία της οικογένειας. Οικογένεια σημαίνει μοίρασμα, το μοίρασμα μιας αγάπης. *Η αγάπη νικάει τα πάντα! Μοιράστε τη δίχως δισταγμό!*



INFO

ΝΙΚΟΣ ΠΕΤΡΟΓΙΑΝΝΗΣ

MD, PhD,

Αν. Δ/ντής Γυν/κής Κλινικής
Ναυτικού Νοσοκομείου Αθηνών
IVF Specialist

WEBSITE

www.npetrogiannis.GR

Αγγελική Μπέκα, Μαία,
Συντονίστρια Αίθουσας Τοκετών ΙΑΣΩ
Κέλυ Δάγλα, Μαία.