

«ΕΓΡΗΓΟΡΣΗ». Μια όμορφη λέξη που χτυπάει κατευθείαν στην καρδιά. Απέναντι στα πάντα, απέναντι στη ζωή. Να νιώθεις την ανάπτυξη, τον θάνατο, την ομορφιά, τους ανθρώπους, τα λουλούδια, τα δέντρα. Άνοιξε το μυαλό σου και άρχισε να βλέπεις. Άρχισε να ζεις τα πράγματα και να μην ντρέπεσαι για αυτό. Άγγιξε, χάιδεψε όπως δεν το έκανες ποτέ. Συνέχισε να αναπτύσσεσαι. Συνέχισε να αναπτύσσεσαι σταθερά. Κάθε στιγμή που ζεις αλλάζεις. Άνοιξε το μυαλό σου, άνοιξε την καρδιά σου, άνοιξε την αγκαλιά σου, βάλε τα όλα μέσα. Μπορείς να παίρνεις και να παίρνεις ασταμάτητα, ποτέ δεν τελειώνει. Πάντα υπάρχει κι' άλλο. Όσο περισσότερα βλέπεις σ' ένα δέντρο, τόσο περισσότερα υπάρχουν. Ακούς μια σονάτα του Μπετόβεν και σε οδηγεί στο άπειρο. Διαλέγεις ένα βιβλίο με ποιήματα και ανοίγεις στην ομορφιά. Αγαπάς έναν άνθρωπο και φτάνει να αγαπάς χιλιάδες. Συνέχισε να αναπτύσσεσαι.  
ΛΕΟ ΜΠΟΥΣΚΑΛΙΑ.

Αυτό αποτελεί αδιαμφισβήτητο γεγονός. Οι Μαίες πρέπει πάντα να βρίσκονται σε εγρήγορση. Οι Μαίες οφείλουν να αναπτύσσονται με αφοσίωση, επιμονή και αυτοθυσία. Έχοντας πλήρη επίγνωση για το έργο τους αγωνίζονται ώστε κάθε φορά να το φέρνουν εις πέρας με τα δυνατότερα καλά αποτελέσματα. Προς αυτό το αποτέλεσμα επιστρατεύουν γνώσεις, στάσεις και δεξιότητες, διαδραματίζοντας σημαντικό ρόλο στην παροχή ποιοτικής μαιευτικής φροντίδας βασισμένης σε τεκμηριωμένα ερευνητικά δεδομένα ενώ παράλληλα έρχονται αντιμέτωπες με δεκάδες προκλήσεις όπως η ευτοκία, η ιατροκοποίηση του τοκετού, η διαπολιτισμική φροντίδα και άλλα.

Η Μαία σύμφωνα με την ελληνική μυθολογία ήταν μια από τις Πλειάδες, τις επτά κόρες του Άτλαντα και της Πλειόνης. Χαρακτηριστικό είναι το γεγονός ότι η Θεά Μαία ήταν η μεγαλύτερη ή ομορφότερη και η περισσότερο συνεσταλμένη από τις αδερφές της αλλά και ιδιαίτερα προικισμένη με αρετές. Γέννησε μόνη της σε μια σπηλιά στην Κυλλήνη το γιο του Δία, τον Ερμή. Το όνομα της σχετίζεται με την γέννηση, συμβολίζει την μητρότητα και την γονιμότητα της φύσης.

Στην σημερινή εποχή η Μαία ορίζεται ως το άτομο το οποίο έχει παρακολουθήσει εκπαιδευτικό πρόγραμμα στην Μαιευτική, αναγνωρισμένο από το κράτος στο οποίο βρίσκεται, έχει ολοκληρώσει με επιτυχία το καθορισμένο πρόγραμμα σπουδών και έχει αποκτήσει τις απαραίτητες ικανότητες ώστε να εξασκεί νόμιμα το επάγγελμα της Μαίας. Είναι παράλληλα ικανή να παρέχει την απαραίτητη φροντίδα, επίβλεψη και

συμβουλευτική στην γυναίκα πριν, κατά την διάρκειά της εγκυμοσύνης, στον τοκετό και στην λοχεία, να διεξάγει φυσιολογικούς τοκετούς και με δική της ευθύνη να φροντίζει το νεογέννητο.

Φυσικά η εκπαίδευση των μαιών δεν τελειώνει με την παρακολούθηση ενός προγράμματος άλλα είναι μια δια βίου διαδικασία. Παράλληλα και όπως ορθά πρεσβεύει ο Π.Ο.Υ, ή συνεχής εκπαίδευση των μαιών αναγνωρίζεται ως αδήριτη ανάγκη έτσι ώστε να αποκτούνται και διατηρούνται οι απαραίτητες γνώσεις στάσεις, δεξιότητες και ικανότητες που μέσα από αυτές να μπορούν να εξελίσσονται επαγγελματικά και να ενεργούν αποτελεσματικά. Οι νέες τάσεις και οι ραγδαίες εξελίξεις στον τομέα της υγείας, η πολυπλοκότητα της τεχνολογίας, η αυτονομία του μαιευτικού επαγγέλματος, η ανάγκη για ανθρωποκεντρική και συνάμα επαγγελματική προσέγγιση καθιστούν την δια βίου μάθηση απαραίτητη. Η επιμόρφωση και ανάπτυξη πρέπει να αποτελεί πρώτιστο μέλημα και αναζήτηση κάθε μαιίας η οποία ως αυτόνομος επαγγελματίας υγείας στοχεύει στην όσο το δυνατόν πληρέστερη αποτελεσματικότητα.

Η Μαία όμως σίγουρα είναι κάτι περισσότερο από έναν ορισμό. Σημαίνει «γυναίκα μαζί με την γυναίκα». Οι γυναίκες από καταβολής κόσμου, την ώρα του τοκετού στηρίζονταν η μία στην άλλη για βοήθεια. Με το πέρασμα του χρόνου αυτή η γυναίκα η οποία είχε τις περισσότερες δεξιότητες κατά τον τοκετό ονομάστηκε Μαία ή μαμή όπως την αποκαλούσαν στην Κύπρο παλιότερα και ήταν το άτομο το οποίο διαχρονικά βρισκόταν δίπλα στο πλευρό της γυναίκας ως σύμβουλος, συνήγορος και συμπαραστάτης. Σε πλήρη εγρήγορση, με υπομονή, αγάπη, ειλικρίνεια και τιμιότητα, χαρακτηριστικά που ενέπνεαν εμπιστοσύνη, αποτελούσαν το θεμέλιο λίθο στην προσέγγιση της εγκύου γυναίκας.

Ως ένδειξη τιμής στον πολύπλευρο και πολυσήμαντο ρόλο της Μαίας στην κοινωνία, καθιερώθηκε από το 1991 η 5<sup>η</sup> Μαΐου ως η Διεθνής ημέρα Μαιών. Απώτερος σκοπός είναι να αφυπνιστεί το πολιτικό και δημόσιο αίσθημα για τις καταστάσεις που σχετίζονται με την υγεία της γυναίκας, την εγκυμοσύνη, τον τοκετό και τη λοχεία, και παράλληλα να επισημάνει το ρόλο των Μαιών στη μείωση της μητρικής και νεογνικής θνησιμότητας και τη συμβολή τους στη δημιουργία υγιών οικογενειών. Για την πενταετία 2009-2015 το θέμα των εορτασμών απορρέει από το κάλεσμα του Παγκόσμιου οργανισμού Υγείας προς επίσπευση επίτευξης των στόχων της Χιλιετίας

4,5 και 6 (MDGs 4, 5 & 6), που αφορούν στην νεογνική και μητρική θνησιμότητα και νοσηρότητα, στην επάρκεια μαιών και στην προσβάσιμη μαιευτική φροντίδα.

Η έκθεση των Ηνωμένων Εθνών (2008) για τους αναπτυξιακούς στόχους της χιλιετίας τονίζει ότι πάνω από 60% των γυναικών των χωρών χαμηλού εισοδήματος δεν τυγχάνουν μαιευτικής φροντίδας κατά τον τοκετό. Οι Μαιές καθορίζονται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, τη UNICEF, και άλλους οργανισμούς ως οι επαγγελματίες υγείας **ΚΛΕΙΔΙ** στην επίτευξη του 5<sup>ου</sup> στόχου χιλιετίας που αφορά τη **«Βελτίωση της Μητρικής Υγείας»** και επισημαίνουν ότι η θνησιμότητα κατά την κύηση και τον τοκετό αποτελεί τη **«μεγαλύτερη ανισότητα στην υγεία παγκόσμια»**. Ως εκ τούτου, έχουν δεσμευτεί να εργαστούν με κυβερνήσεις και οργανώσεις για να τονίσουν την **«επείγουσα ανάγκη σε επαγγελματίες υγείας και ειδικά Μαιές»** (WHO/UNFPA/UNICEF/World Bank, 2008).

Οι Μαιές παράλληλα παρέχουν κατάλληλη νεογνική φροντίδα για αυτό χρειάζονται για την επίτευξη του 4<sup>ου</sup> στόχου που αφορά τη **«μείωση της νεογνικής θνησιμότητας»** (UN, 2000). Κάθε χρόνο περισσότερα από ένα εκατομμύριο νεογέννητα πεθαίνουν μέσα στις πρώτες 24 ώρες της ζωής τους λόγω έλλειψης επαρκών μαιευτικών υπηρεσιών. Η έκθεση των Ηνωμένων Εθνών το 2008 για τους αναπτυξιακούς στόχους της χιλιετίας τονίζει ότι ο ψηλός κίνδυνος θνησιμότητας κατά την εγκυμοσύνη και τη γέννηση συνεχίζει ακάθεκτος στη Υποσαχάρια Αφρική και Νότια Ασία αποτελώντας το 90% περίπου του συνολικού παγκόσμιου ποσοστού και γενικά ελάχιστη πρόοδος έχει σημειωθεί στη διάσωση των μητέρων και των νεογνών.

Όλοι οι στόχοι που έχει θεσπίσει ο Π.Ο.Υ και η Δ.Σ.Μ είναι αλληλένδετοι καθώς, η μείωση της φτώχειας και της πείνας, ο έλεγχος ασθενειών όπως το AIDS και η μαλάρια, η ισότητα μεταξύ ανδρών και γυναικών, η φοίτηση κάθε παιδιού σε σχολείο και η πρόσβαση όλων των γυναικών σε αναπαραγωγική φροντίδα υγείας, θα συμβάλουν στη μείωση των θανάτων μητέρων και παιδιών. Οι Μαιές σε όλο τον κόσμο υποστηρίζουν ότι η κάθε γυναίκα έχει δικαίωμα να γεννά σε ασφαλές και υποστηρικτικό περιβάλλον για την καλύτερη δυνατή υγεία της ίδιας και του παιδιού της. Ως συνήγοροι και συμπαραστάτες οι μαιές διαδραματίζουν καταλυτικό ρόλο τόσο στην ενημέρωση και καθοδήγηση όσο και στην ενδυνάμωση της γυναίκας. Στόχος δεν είναι μόνο ένας φυσιολογικός τοκετός αλλά και ένας ασφαλής τοκετός

τόσο για την μητέρα όσο και για το νεογνό. Παράλληλα κάθε Μαία είναι απαλλαγμένη από κάθε μορφής διάκριση όπως χρώμα, εθνικότητα, θρησκεία ή κοινωνική ή οικονομική τάξη. Οι Μαίες είναι οι επαγγελματίες υγείας που θα βοηθήσουν τη γυναίκα και το σύντροφο της να κάνουν μια σωστή αρχή στο γονεϊκό ρόλο. Η γέννα είναι μια φυσιολογική διαδικασία που οδηγεί τη κάθε γυναίκα σε προσωπικό θρίαμβο. Αποτελεί πυρήνα αυτοπεποίθησης και ψυχικής δύναμης για όλη την υπόλοιπη ζωή της.

Δεν έχει σχέση με πρόνοια και συναγωνισμό, ούτε με ήττα ή νίκη. Έχει μια προσωπική και συνάμα παγκόσμια εμβέλεια. Ο ερχομός ενός παιδιού είναι ένα σημαντικό κοινωνικό και συναισθηματικό γεγονός, όχι μόνο για τη μητέρα και την οικογένεια αλλά και για ολόκληρη την κοινωνία. Αποτελεί μια μοναδική ανθρώπινη εμπειρία, που κάθε γυναίκα πρέπει να έχει την ευκαιρία να ζήσει μαζί με την οικογένεια της σύμφωνα με τις δικές της ανάγκες στον τοκετό, με ασφάλεια, σεβασμό και αξιοπρέπεια.

Οι μαίες ως οι ειδικοί στο φυσιολογικό τοκετό είναι ταγμένες στο δικό τους πλευρό για να τους προσφέρουν την ευκαιρία να γεννήσουν φυσικά, αβίαστα, προσωπικά και με ασφάλεια. Κάθε γυναίκα έχει το δικαίωμα σε αυτή τη φροντίδα και κάθε μαία έχει την υποχρέωση να την παρέχει. Η μαία ενδυναμώνει τη γυναίκα ούτως ώστε η ίδια να νιώσει επαρκής και δυνατή να φροντίζει τον εαυτό της, το νεογνό της, το σύντροφο και την οικογένεια της ως μια επένδυση σε ένα υγιέστερο παρόν και μέλλον για τις ανθρώπινες κοινωνίες.

Ενώ οι μαίες είναι απαραίτητες στις χαμηλού εισοδήματος χώρες για μείωση της θνησιμότητας, στις ανεπτυγμένες χώρες που μαστίζει το φαινόμενο της ιατρικοποίησης της εγκυμοσύνης και της γέννησης είναι απαραίτητες για τη μείωση της αχρείαστης παρέμβασης και της ενδυνάμωσης της γυναίκας και του άνδρα για τη φυσική έλευση των παιδιών τους στο κόσμο και το γονεϊκό ρόλο. Δυστυχώς στις μέρες μας η φυσιολογική γέννηση τείνει να γίνει είδος προς εξαφάνιση. Στην πατρίδα μας τα ποσοστά Καισαρικών Τομών ολοένα και αυξάνονται κατατάσσοντας μας δεύτερη χώρα μετά τη Βραζιλία στις καισαρικές και γενικά στις πιο ψηλές βαθμίδες της κλίμακας της ιατρικοποίησης του τοκετού. Οι μαίες χρειάζονται τώρα όσο ποτέ γιατί όπου υπάρχουν σε αριθμητική επάρκεια και σε λειτουργικά συστήματα υγείας μειώνουν την ιατρικοποίηση, η μητέρα και ο πατέρας έχουν την

ευκαιρία να γίνουν οι πρωταγωνιστές της γέννησης του παιδιού τους και όχι θεατές ιατρικών πράξεων όπως της καισαρικής, φαρμακευτικής πρόκλησης του τοκετού και άλλων πρακτικών που **αποδυναμώνουν** αντί να ενδυναμώνουν τις οικογένειες. Με την ευκαιρία της Διεθνούς ημέρας Μαιών ευχόμαστε κάθε γυναίκα και οικογένεια να μπορεί να έχει πρόσβαση σε μαιευτικού μοντέλου φροντίδα ώστε ενδυναμωμένη και συνειδητοποιημένη να εμπιστεύεται την αρχέγονη ικανότητά της να γεννά τα παιδιά της, συμβάλλοντας στην υγεία του εαυτού της, της οικογένειάς της και της κοινωνίας.

Φέτος η Διεθνής Συνομοσπονδία Μαιών καλεί τις Μαιές σε συμβολική διαδρομή στη χώρα τους την 5<sup>η</sup> Μαΐου. Αυτή αποτελεί την αρχή ενός ταξιδιού που τελειώνει στο Durban της Νοτίου Αφρικής, στο Διεθνές Συνέδριο Μαιών, όπου περίπου 3000 Μαιές περπατώντας όλες μαζί θα προσπαθήσουν να δώσουν το μήνυμα ενότητας κατά της μητρικής και νεογνικής θνησιμότητας αλλά και την αποφασιστικότητα τους να βελτιωθεί η πρόσβαση στις μαιευτική φροντίδα.

- Απαραίτητη η αριθμητική επάρκεια Μαιών.
- 340,000 γυναίκες και πάνω από 5,000,000 βρέφη σε ολόκληρο τον κόσμο πεθαίνουν κάθε χρόνο ως αποτέλεσμα των επιπλοκών της κύησης και του τοκετού.
- Οι θέσεις και τα επίπεδα της μητρικής θνησιμότητας δείχνουν σοβαρή ανισότητα σε όλο τον αναπτυσσόμενο κόσμο.
- Ο δρόμος που ξεκινά την 5<sup>η</sup> Μαΐου καταλήγει συμβολικά στο Durban με σύνθημα: «μαίες στηρίζουν τις μαιές» και τα έθνη περπατούν μαζί στην προσπάθειά τους να κάνουν γνωστή την επείγουσα ανάγκη για παροχή καλύτερης μητρικής και νεογνικής υγείας σε όλο τον κόσμο αλλά ιδιαίτερα στις αναπτυσσόμενες χώρες όπως η Υποσαχάρια Αφρική.

Έτσι λοιπόν και εμείς οι Κύπριες Μαιές σαν συνοδοιπόροι, συνεργάτες και υποστηρικτές, ενισχύουμε τον φετινό αυτό στόχο, περπατώντας συμβολικά και διακηρύσσοντας με το χέρι στην καρδιά την δική μας δέσμευση στην αντιμετώπιση των παγκόσμιων ανισοτήτων που αφορούν στην μητρική και νεογνική θνησιμότητα. Σίγουρα όλοι μπορούμε με τον δικό μας τρόπο, με ευαισθησία και αγάπη, πλάι στις γυναίκες όλου του κόσμου.

ΤΟ απόσπασμα από το βιβλίο «Στις καρδιές φυτρώνουν τα χρώματα» αποτελεί πρόκληση και αφορμή για εσωτερική αναζήτηση και ανασκόπηση.

Εσείς όλοι μου δώσατε ψωμί να φάω, νερό να πλώ και ένα δροσερό μέρος για να στεγάσω την μοναξιά μου. Σας ευχαριστών για όλα αυτά. Και εγώ είχα πολλά να σας προσφέρω. Ήρθε η ώρα να φύγω από το μέρος αυτό. Είδα και άκουσα πολλά. Μπορεί τον κόσμο να μην τον γύρισα, όμως όλα όσα ήθελα να μάθω τα συνάντησα εδώ. Και τώρα που θα γυρίσω πίσω, στον τόπο όπου γεννήθηκα και μεγάλωσα, ξέρω πλέον τι θα πω στους νεότερους, που τώρα μαθαίνουν και στους μεγαλύτερους που πιστεύουν πως όλα τα ξέρουν. Θα τους πω και θα το βροντοφωνάξω πως ο κόσμος είναι ένας. Και όπου το εδώ συναντά το εκεί υπάρχει πάντα ο άνθρωπος. Χρόνια πολλά σε όλους.