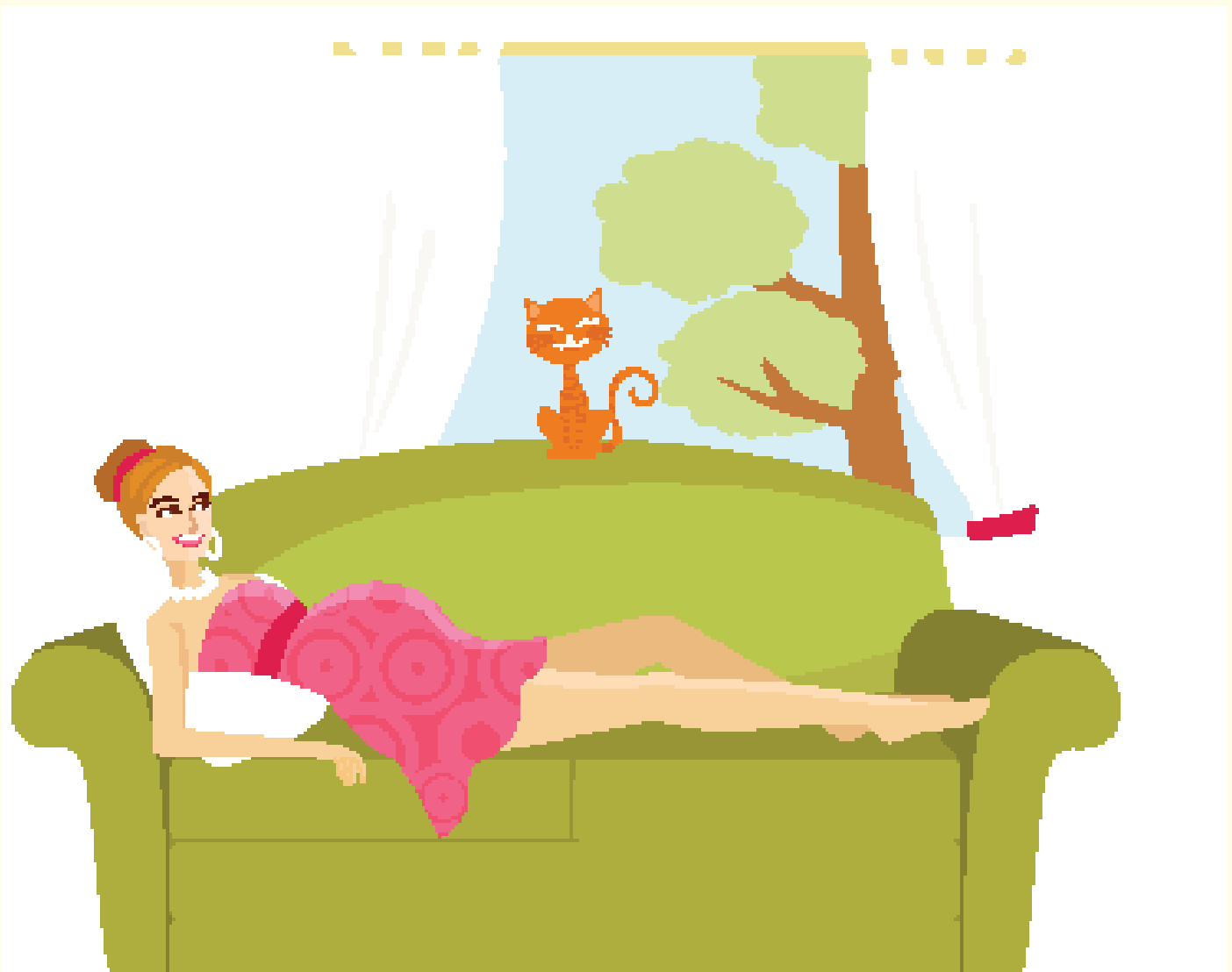


# Είμαι έγκυος, μπορώ να έχω γάτα;





Γιατί να πρέπει να επιλέξω ανάμεσα στο μωρό μου και στη γάτα μου;

**Π**ολλές γυναίκες όταν φτάνουν σε μια από τις πιο ευτυχισμένες περιόδους της ζωής τους, αυτήν της μητρότητας, έχουν να αντιμετωπίσουν ένα σημαντικό δίλημμα: Τι θα κάνουν τη γάτα τους; Η πίεση που δέχονται συχνά από την οικογένειά τους, αλλά και από φίλους και γνωστούς είναι μεγάλη: *“Οι γάτες φέρνουν στείρωση”, “Θα χάσεις το παιδί”, “Η γάτα θα κολλήσει το μωρό αρρώστιες”, “Η γάτα θα πνίξει το μωρό”*. Κάτω από την πίεση αυτή και καθώς στην Ελλάδα η παιδεία και η ενημέρωση σχετικά με τα κατοικίδια βρίσκεται ακόμη σε εμβρυακό στάδιο, κάποιες από τις μέλλουσες μητέρες αποφασίζουν να δώσουν τη γάτα τους ή σε κάποιες περιπτώσεις, ακόμα και να την εγκαταλείψουν στο δρόμο. Παρόλα αυτά, η σύγχρονη επιστήμη έχει αποδείξει ότι η γάτα δεν αποτελεί κίνδυνο ούτε για την έγκυο, ούτε για το παιδί και δεν υπάρχει κανένας λόγος να αποχωριστείτε την αγαπημένη σας γατούλα, αρκεί να ενημερωθείτε σωστά για το πώς μπορείτε μαζί να προσαρμοστείτε στη νέα αυτή περίοδο της ζωής σας.

#### Κατά την εγκυμοσύνη

Το μοναδικό θέμα που σχετίζεται με τη γάτα και μπορεί να επηρεάσει την εγκυμοσύνη είναι αυτό της τοξοπλάσμωσης. Το τοξόπλασμα (*Toxoplasma gondii*) είναι ένα παράσιτο που μπο-

ρεί να μολύνει τόσο τη γάτα, όσο και τον άνθρωπο. Παρόλο που τα συμπτώματα που προκαλεί στον άνθρωπο δεν είναι σοβαρά και θυμίζουν αυτά του κοινού κρυολογήματος, αν η έγκυος γυναίκα μολυνθεί κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης μπορεί να προκληθούν βλάβες στο έμβρυο από το παράσιτο. Το τοξόπλασμα βρίσκεται κατά κύριο λόγο στο χώμα και στο ωμό κρέας. Συνεπώς, η γάτα και ο άνθρωπος μπορεί να μολυνθούν από αυτό κατά την επαφή με μολυσμένο χώμα του κήπου ή μολυσμένο κρέας, αυγά ή λαχανικά. Η γάτα μπορεί να γίνει ξενιστής του παρασίτου για λίγες μέρες αφού μολυνθεί με αυτό και να το αποβάλει στο περιβάλλον με τα κόπρανά της. Όπως αναφέρει ο παρασιτολόγος καθηγητής Κτηνιατρικής Σχολής Θεσσαλονίκης Σ. Θ. Χαραλαμπίδης σε σχετικό άρθρο του:

*“Ανεξάρτητα από τον τρόπο που μολύνθηκε, η γάτα αποβάλλει άωρες ωκύστες *T. gondii* για 1-15 ημέρες, όταν μολύνεται για πρώτη φορά και για 1-5 ημέρες, όταν μολύνεται για δεύτερη φορά με το παράσιτο. Στη συνέχεια, όταν μολύνεται, δεν αποβάλλει άωρες ωκύστες του παρασίτου. Συνολικά, η γάτα αποβάλλει άωρες ωκύστες του *T. gondii* με τα κόπρανά της στο περιβάλλον, σε ολόκληρη τη ζωή της, μόνο για 2-20 ημέρες (συνήθως στην ηλικία των 6-12 μηνών που αρχίζει να συλλαμβάνει*

τρωκτικά, πτηνά κ.ά.). Είναι αυτονόητο ότι η γάτα που διατρέφεται μόνο με μαγειρεμένο φαγητό ή με τυποποιημένη τροφή (κονσέρβες κ.ά.), είναι δύσκολο να μολυνθεί με το παράσιτο”. Στην πραγματικότητα επομένως, ο κίνδυνος να μεταδώσει η γάτα το παράσιτο στον άνθρωπο απευθείας, είναι πολύ μικρός, καθώς θα πρέπει η έγκυος γυναίκα να έρθει σε επαφή απευθείας με τα κόπρανα της γάτας, την πολύ μικρή περίοδο που αυτή μπορεί να είναι ξενιστής του παρασίτου. Στις περισσότερες περιπτώσεις μόλυνσης εγκύων από το παράσιτο, η αιτία ήταν κάποια όχι πολύ καλά πλυμένα σαλάτα ή κάποιο μέτριο ψημένο κρέας. Είναι σημαντικό να γνωρίζουμε ότι αν έχουμε μολυνθεί με το παράσιτο 9-12 μήνες ή περισσότερο πριν την εγκυμοσύνη, τότε έχουμε αναπτύξει ανοσία σε αυτό και δεν κινδυνεύουμε να μολυνθούμε ξανά. Αν αυτό ισχύει στην περίπτωσή μας, μπορεί να διαπιστωθεί με μια αιματολογική εξέταση που μπορεί να συστήσει ο γυναικολόγος μας.

Υπάρχει αντίστοιχη αιματολογική εξέταση για να διαπιστωθεί αν η γατούλα μας είναι φορέας του παρασίτου. Αν δεν είναι, και φροντίσουμε να μην φάει ωμό κρέας και να μην βγει σε εξωτερικό χώρο (κήπο, αυλή, κ.λπ.) κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, τότε δεν κινδυνεύει να μολυνθεί από το τοξόπλασμα.

“**Λαμβάνοντας τις απαραίτητες προφυλάξεις κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, δεν κινδυνεύουμε από το τοξόπλασμα**”

#### Πώς μπορούμε να αποφύγουμε την τοξοπλάσμωση κατά την εγκυμοσύνη;

Δεν τρώμε ωμό ή όχι καλά μαγειρεμένο κρέας, ωμά αυγά, ούτε πίνουμε μη παστεριωμένο γάλα.

Αν χρειαστεί να χειριστούμε ωμό κρέας, φοράμε γάντια και στη συνέχεια απολυμαίνουμε τον πάγκο της κουζίνας.

Πλένουμε πάρα πολύ καλά τα λαχανικά και τα φρούτα που τρώμε.

Προσέχουμε να μην τρίβουμε τα μάτια μας όταν μαγειρεύουμε.

Φροντίζουμε για το συχνό καθάρισμα της αμμολεκάνης της γάτας.

Προσέχουμε να μην αφήνουμε εκτεθειμένα τα τρόφιμα σε μύγες ή άλλα έντομα.

Φοράμε πάντα γάντια αν χρειάζεται να δουλέψουμε με τα φυτά του κήπου ή της βεράντας μας.

Ζητάμε από κάποιο άλλο μέλος της οικογένειας να αλλάξει την άμμο της γάτας μας. Αν αυτό δεν είναι εφικτό, χρησιμοποιούμε γάντια και πλένουμε καλά τα χέρια μας μετά.

Δεν τσιίζουμε τη γάτα μας ωμό κρέας.

### Ο ερχομός του παιδιού στο σπίτι.

Στη γενική περίπτωση, η γατούλα μας δεν έχει κανένα λόγο να υποδεχθεί το μωρό αρνητικά και σε καμιά περίπτωση δεν έχει λόγο να το βλάψει. Παρόλα αυτά, για αυτήν το μωρό θα είναι ένας νέος άγνωστος συγκατοικος, ιδιαίτερα θορυβώδης, ο οποίος θα επιχειρήσει να "κλέψει" από αυτήν το χρόνο και την προσοχή της ιδιοκτήτριάς της. Είναι σημαντικό λοιπόν, έγκαιρα πριν από τον ερχομό του μωρού, να εξοικειώσουμε όσο το δυνατόν περισσότερο τη γάτα μας με τις αλλαγές που θα συμβούν στη ζωή της και να εξασφαλίσουμε ότι η αλλαγή στη ρουτίνα της δεν θα είναι απότομη και σοκαριστική. Μερικά από τα σημεία που πρέπει να προσέξουμε προς την κατεύθυνση αυτή είναι τα ακόλουθα:

#### • Σταθερό πρόγραμμα και ρουτίνα.

Καλό θα είναι να εξασφαλίσουμε ότι η γατούλα μας δεν θα βρεθεί ξαφνικά εντελώς παραμελημένη μετά τον ερχομό του παιδιού. Αυτό σημαίνει ότι θα πρέπει η ίδια η νέα μητέρα ή κάποιο άλλο μέλος της οικογένειας να αναλάβει να προσφέρει στη γατούλα κάποιο χρόνο προσοχής και παιχνιδιού αποκλειστικά δικό της. Ο χρόνος αυτός δεν θα πρέπει να είναι περισσότερος από ό,τι πριν τον ερχομό του παιδιού, αλλά όχι και σημαντικά λιγότερος.

#### • Εξοικείωση με:

**Τους ήχους.** Το μωράκι στο σπίτι θα φέρει σίγουρα αρκετό θόρυβο, κάτι που η γάτα μας δεν θα εκτιμήσει ιδιαίτερα. Ειδικά αν είναι λίγο δειλή από τη φύση της, το ξαφνικό κλάμα ενός μωρού μπορεί να την τρομάξει και να αρχίσει να φοβάται το μωρό. Για το σκοπό αυτό είναι καλό να εξοικειώσουμε τη γατούλα μας με τον ήχο του κλάματος του μωρού χρησιμοποιώντας, για παράδειγμα, ηχογραφήσεις μωρών.

**Τα μωρουδικά αντικείμενα και το παιδικό δωμάτιο.** Αντίστοιχα, είναι καλό να εξοικειώσουμε τη γατούλα μας με τα προϊόντα καθαρισμού, αλλά και το χώρο και τα αντικείμενα του παιδιού. Αν από νωρίς τη συμπε-

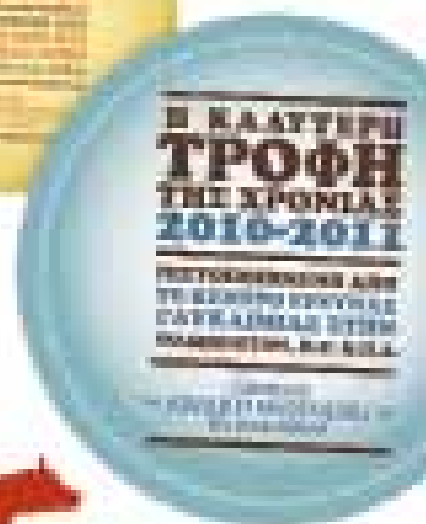
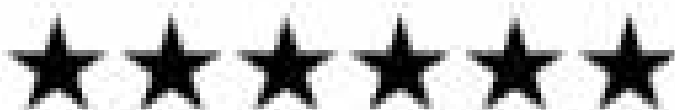
“ οι γάτες βρίσκονται κοντά στον άνθρωπο χιλιάδες χρόνια και δεν αποτέλεσαν ούτε αποτελούν απειλή ούτε για την έγκυο, ούτε για το μωρό. Με τη σωστή ενημέρωση και τους κατάλληλους χειρισμούς μπορούμε να κάνουμε τη συμβίωση της γατούλας μας και του μωρού μας ομαλή και ευχάριστη για

ριλάβουμε στις διαδικασίες διαμόρφωσης του παιδικού δωματίου, αλληλά και στην όψη των παιχνιδιών και των άλλων αντικειμένων, θα έχει την ευκαιρία να τα εξερευνήσει και να τα βαρεθεί πολύ πριν τον ερχομό του παιδιού. Καλό θα είναι επίσης, η γατούλα να μάθει από νωρίς ότι η κούνια του παιδιού είναι ένα σημείο στο οποίο δεν μπορεί να έχει πρόσβαση.

**Την εικόνα και την αίσθηση ενός παιδιού.** Μια ακόμα κίνηση που μπορεί να βοηθήσει τη γατούλα μας να δεχθεί πιο άνετα το μωρό, θα είναι να επιδιώξουμε την επίσκεψη φιλικών ή συγγενικών προσώπων με το δικό τους μωράκι. Θα δώσουμε έτσι την ευκαιρία στη γατούλα μας να το παρατηρήσει και να το ακούσει και να κατανοήσει ότι ένα παιδί δεν αποτελεί απειλή για αυτήν. Πάντα φυσικά, οι συναντήσεις αυτές θα πρέπει να πραγματοποιούνται με τη δικιά μας επίβλεψη, ώστε να μην υπάρξουν αρνητικές κινήσεις και εμπειρίες από καμιά από τις δύο πλευρές. 🐾



Εσείς πόσα αστέρια  
δίνετε στο κατοικίδιό σας:



# ACANA



Οι τροφές κατοικίδιων είναι βελτιστοποιημένες με υψηλά  
βάσει του [dogfoodanalysis.com](http://dogfoodanalysis.com)

[dogfoodanalysis.com](http://dogfoodanalysis.com)

Είτε αγαπάτε κάποιον βρέχοντα οι τροφές ORIJEN και ACANA  
ναυ δε βρείτε σε οποιοδήποτε εστιατόριο και pet shop  
σε τμήτ; επικοινωνήστε με τον/ές του/ών:



Oikos Pet Nutrition  
ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΚΑΤΑΓΕΓΗΜΕΝΗ

ΚΟΜΙΑ ΕΠΕ  
Τηλ. 0010-434-434

[www.acana.gr](http://www.acana.gr)  
[www.orijen.gr](http://www.orijen.gr)