

Ženske rojevajo v najboljšem času zgodovine

Česa si želijo moderne porodnice in ali jim porodnišnice to omogočajo

Klara Širovnik

V Sončni vili, kjer Izidora Vesenjaj Dinevski s sodelavkami izvaja jogo, predavanja in druge aktivnosti za nosečnice in njihove otroke, se oglašimo v deževnem in vlažnem dopoldnevu. Nekaj sto metrov od Mestnega parka stoji visoka rumena staromeščanska vila, ki jo preveva prijeten in nevsiljiv vonj po vosku in dišavnicah. Izidora z nosečnicami dela že zavidljivih 25 let. Ob čaju in suhem sadju sedeva v eno izmed dveh dvoran z visokimi stropi - tukaj se navadno srečuje do deset nosečnic. "Sklepajo se tudi prijateljstva, ki so pogosto dolgotrajna. Včasih gre do nekdanje nosečnice še po desetih letih skupaj na morje," v prijetnem pogovoru zadovoljno pripomni Izidora. Rojstvo je zagotovo prelomna točka v življenju (para) in tudi velik stres. "Nosečnice sem prihajajo same ali s partnerjem. Včasih jih v šali povprašam, ali so morale partnerje sem zelo vleči - ena delavnica vendarle traja cele tri ure," dodaja. Ženske imajo v tej sproščujoči oazi tudi veliko priložnosti za to, da izrazijo svoje pomisleke, strahove in skrbi glede poroda in poporodnega obdobja. Izidora ima tako celosten pregled nad tem, kakšne so njihove želje, in celo nad tem, kako so se v času spreminjale odločitve o mestu poroda. Zakaj se porodnice odločajo za točno določene porodnišnice in kaj pri tem pretehta?

Izidora je spremljevalka pri porodih že 12 let in v tem obdobju so se trendi spremenili. Včasih so porodnice morale iti v porodnišnico same, kar je zanje pomenilo precejšen stres, pove. Zelo pomembno je, da so začeli poleg njih prihajati partnerji, saj so pri porodu močan steber - porodnice so vajene njihovega glasu, vonja, dotika. "V času epidemije te možnosti nekaj mesecev ni bilo, kar je bilo težko sprejeti tudi zato, ker je rojstvo neponovljiv dogodek - oče je navsezadnje zamudil ta pomembni trenutek. Morda bo udeležen pri porodu naslednjega otroka, če ga bo imel, vseeno pa gre za veliko izgubo. Prisotne je bilo veliko negotovosti in strahu," pove in v isti sapi pripomni, da so porodnice ob enem poročale o veliki prilagodljivosti zdravstvenih delavcev, ki so jim še bolj prihajali naproti. "Babice so zanje delale posnetke pri porodu, partnerja pa sta bila povezana z videoklici in po telefonu. Ob enem je dejstvo, da ženske zdaj rojevajo v najboljšem času v zgodovini," pravi. Medicina je dosegla ogromne napredke, četudi porodnica tega v prvi vrsti morda ne vidi. Bolj pa občuti napredek v odnosu do nje. "Iz leta v leto sem presenečena nad vse lepšim odnosom. Ženska je vse bolj v ospredju kot porodnica in ne kot bolnica. Naklonjenost, ki jo izražajo babice in porodničarji, naredi to razliko. Ženske v Sloveniji lahko zaupamo temu sistemu," je prepričana Izidora.

Prvega sem rodila v torek, pri drugem je deževalo

Zdravstveni sistem v Sloveniji je že dlje časa v krizi, tudi kadrovske. A porodnišnice ohranja-



jo prijazne odnose temu navkljub. Še več: kot iz izkušenj pove Izidora, se pozitivna naravnost krepi. Kaj k temu prispeva? "Mislim, da je v ospredju zavedanje, da je porod za žensko eden izmed edinstvenih dogodkov. To misel gojijo tudi zdravstveni delavci," pravi in poudari, da slovenske ženske ne rojevajo zelo pogosto in da vtis poroda nosimo v sebi vse življenje. "Če boste danes 85-letno gospo vprašali, kako je rodila svojih pet otrok, bo povedala, da je prvega rodila na torek, da je ob rojstvu drugega deževalo ... spomnila se bo neverjetnih podrobnosti, ki se jih po toliko časa običajno ne bi," pojasni. Hkrati pa je današnjim porodnicam pomembno, da se jim porodnišnica približa pri individualnih potrebah. Tudi na podlagi tega se odločajo, kje roditi - pred leti so rodile tudi čez mejo, v Avstriji, česar je zdaj vse manj. Sogovornica je porode spremljala po različnih porodnišnicah v Sloveniji, nekaj tudi v sosednji Avstriji. Med porodnišnicami obstajajo razlike v tem, kaj porodnici lahko omogočijo. "Dobro je, da ženska razišče, kje ji lahko najbolj sledijo. Če si želi poroda v vodi, ker jo voda sprošča, bi to bila zanjo dobra opcija. Med porodom iti pod tuš pa omogočajo vse porodnišnice," opiše. Vsaka porodnišnica ima svoje posebnosti. Porodnišnica na Ptujju ima vsak mesec dan odprtih vrat in tam se lahko spoznajo z dr. Damijano Bosilj, z anesteziologi in babicami. Izidora nosečnicam pove tudi to. "Tudi Maribor v zadnjem mesecu uvaja individualni pristop s čudovito babico Eriko Marin, h kateri pride par na pogovor. Ključ je v tem, da greš in pogledaš. Ne se odločati na podlagi lepote prostora, temveč glede na pristop. Tako začutiš, ali ti porodnišnica lahko sledi bolj kot katera druga. Ob enem pa ne svetujem odločitev glede na bližino porodnišnice, kot je bilo v navadi včasih - Slovenija je tako majhna, da je blizu tudi, če se peljemo na Jesenice," je jasna sogovornica. Nosečnicam ne sugerira, za katero porodnišnico se odločiti. Odločitev je odvisna od njihovih osebnih preferenc in prioritet. Izidora ima dobre izkušnje tako z velikimi kot majhnimi porodnišnicami. Všeč ji je, da se vse bolj odpirajo in da si lahko nosečnice ogledajo tudi porodne sobe, saj je normalno, da nimajo predstave o njih.

"Idealno bi bilo, da bi Slovenija po vzoru nekaterih drugih držav imela porodni center. Zdaj porodnica gre v bolnišnico, v resnici pa ni bolna. V ženskah je treba vzbujati zaupanje. Seveda so primeri, ko ni šlo vse v redu - to se potem zelo na veliko razglasa in pribija na križ. Ko pa vidiš, koliko zdravstveni delavci dajo in kako zelo se trudijo, spoznaš, da je to krivično. Če babica reče, da bolečina 'še ni tako huda', želi porodnico s tem vzpodbuditi, čeprav ženska pripombo morda razume kot nekaj slabega. Da bi vse obvarovali pred vsem, pa žal ni mogoče," še dodaja sogovornica.

Kaj pa z bolečino?

Porodnice pred porodom intenzivno razmišljajo tudi o lažšanju porodne bolečine - nekatere si želijo ultiive ali epiduralne analgezije. Nekatere porodnišnice slednje omogočajo 24 ur na dan, druge v določenem terminu. "V tem smislu se razlikujejo. In če se ženska odloči za epiduralno analgezijo ali ultiivo, je smiselno, da gre v bolnišnico, ki to zagotavlja 24 ur. V tem smislu ženske malce kalkulirajo," pojasni Izidora. Kako pa je pri nas s carskim rezom na željo porodnice? Načeloma na ta način ni mogoče in Izidori se taka praksa zdi smiselna, saj gre za velik poseg, ki v primeru zapletov ali rizika rešuje življenje mame in otroka. "Trenutno prihaja k nam v Sončno vilo tudi nosečnica iz Kenije. Tam je carski rez zelo sprejemljiva opcija - zelo presenečena je bila, da si ga pri nas ne more izbrati. Ona in vsi njeni bratje so bili rojeni s carskim rezom," pripoveduje Izidora. Dodaja, da se tudi nam v Sloveniji carski rez morda zdi enostaven, ker je takšnih približno 20 odstotkov porodov. "Vidimo ženske, ki se po carskem rezu zelo dobro počutijo - na srečo je velikokrat tako. Na prvo žogo pa carskega reza

Izidora Vesenjaj Dinevski aktivno sodeluje z Medicinsko fakulteto Univerze v Mariboru in graško medicinsko fakulteto, ter obema slovenskima kliničnima centroma pri raziskavah na temo vpliva joge, sprostitvenih vaj in meditativnih vaj na zdravje nosečnice in potek poroda. Pri dveh mednarodnih znanstvenih člankih na to temo je soavtorica, v izdelavi pa sta dva doktorata znanosti na to temo, pri katerih sodeluje kot voditeljica naštetih vaj - ki imajo, tako kažejo raziskave, blagodejen vpliv na nosečnice.

Foto: Andrej Petelinšek

ne bi svetovala. Ni tako enostaven, kot se zdi. Bolj prisegam na to, da naravne sile podpirajo proces rojevanja in da ženska, ki je dala to skozi, porod zaznamuje za vse življenje. Iz tega dogodka črpa energijo še leta po porodu," pove. "Gospa iz Kenije je povedala, da pri njih vsaka ženska, ki zanosi, ve, da ni nujno, da bosta ona in njen otrok preživela. Tega vprašanja si slovenske ženske ne zastavljajo - zdravstveni sistem za nas dobro skrbi."

Koliko se na porod pripravljati? "Ko me moje punce na vadbi vprašajo o porodnem načrtu, jim svetujem, naj v njem predstavijo sebe in svoje želje," pravi. Do kakšnega šuma v komunikaciji in do negativne izkušnje med porodom namreč lahko pride tudi zato, ker ženske ne znajo izraziti, kaj si želijo. "Če gremo v porodno sobo s prepričanjem, da je 'še vsaka rodila, pa bom tudi jaz', in se v to nič ne poglobimo, večinoma izid ni dober," pravi sogovornica. Ženska namreč doživlja močno bolečino, in če ne razume, kakšen je njen pomen, bolečina postane njena sovražnica, ne pa prijazna znanka, brez katere ne more roditi. Nosečnice si pogosto ne predstavljajo, da so med porodom premori, da bolečina ni vedno prisotna in da je na vrhuncu zelo pomemben del porodnega procesa. Je edina smiselna bolečina v življenju. Normalno pa je, da pred dogodkom, ki ga še nismo doživele, vse občutimo strah. "Tudi jaz, ko spremljam porod - četudi sem jih že res veliko - grem tja s spoštovanjem, vznemirjena sem, v pričakovanju. Porod je nekaj, kar nas presega - presega kontrolo, ki jo ženske imamo rade nad sabo. Za moderno žensko je to zahtevno. Žensko telo zna roditi. Zaupati moramo svojem telesu in otroku, ki pri tem pomaga, pa tudi zdravstvenemu sistemu. To je najboljša kombinacija," zaključuje.