

Как молодой отец принял участие в таинстве рождения ребенка

Когда Юрий и Лена готовились к рождению своего первенца, они решили встретить это счастливейшее в их жизни событие вместе. «Это наш общий ребенок, и мы хотели оба стать свидетелями его появления на свет», — говорит Юрий, с гордостью глядя на 11-месячного Данилку, который с довольным видом играет поблизости. Лена подтверждает слова мужа и добавляет: «Мы оба с самого начала решили, что будем рожать вдвоем... Нам казалось, что наша семья станет от этого крепче».

Однако когда будущие родители занялись поисками родильного дома, где можно было бы реализовать то, что они задумали, оказалось, что все не так просто. «Мы обошли множество медицинских учреждений Киева, но повсюду врачи пытались нас отговорить, убеждая, что мужчине не место в родильной палате, что он может упасть в обморок во время рождения ребенка, занести какую-нибудь инфекцию, опасную для матери и малыша, или, увидев, как женщина мучается во время родов, не захочет больше иметь детей», — вспоминает Лена, подробно перечисляя доводы врачей, пытавшихся отговорить их с Юрием от принятого решения.

Не только врачи скептически отнеслись к этой идее: друзья и родные тоже пытались переубедить молодых супругов. «Когда мы решали, как быть, мы разговаривали со многими людьми — нашими родителями, друзьями, другими родственниками, стараясь получить как можно больше информации. Я даже написал своему другу, живущему в США, и он рассказал, что там считается нормой, чтобы отец не просто присутствовал во время родов, но и играл в этом процессе активную роль», — рассказывает Юрий. Впрочем, уточняет Лена, друг Юрия был одним из немногих людей, которые одобрили и поддержали их решение. «Когда мы все-таки обнаружили родильные дома, где отцам позволялось присутствовать при родах, оказалось, что ни в одном из них им не разрешали принимать в родах активное участие. Сначала все были против, даже наши родители, но я была уверена, что не существует ни одного убедительного довода против того, чтобы Юрий мог быть рядом со мной в этот самый важный и чудесный момент нашей жизни — появления на свет нашего малыша».

Юрий и Лена продолжали поиски, пока



фото: Кристина Юрен.

Юрий и Лена с сыном Данилкой. Они были рядом, когда родился сын, и это навсегда останется для них одним из самых дорогих и незабываемых воспоминаний.

кто-то не посоветовал им обратиться в Киевский Центр здоровья женщин. Именно там они узнали о Школе молодых родителей, курсе обучения, где будущим родителям помогают подготовиться к семейным родам. «Мы впервые ждали ребенка, поэтому фактически эти занятия стали для нас чем-то вроде ознакомительного курса на тему беременности и родов», — признается Лена, вспоминая, что они с Юрием оба старались узнать как можно больше нового. Юрий подтверждает это и добавляет: «Надо сказать, что посмотрев несколько видеofilьмов, где были засняты настоящие роды, я убедился в том, что раньше представлял все совсем иначе. Но ни один из нас не передумал — мы по-прежнему хотели быть рядом во время родов. На самом деле эти занятия сыграли ключевую роль в нашем окончательном решении: они обеспечили нам как важнейшую психологическую подготовку, так и практические навыки».

По словам Лены, и подготовка, и навыки пригодились им во время родов. «Мне было гораздо спокойнее, оттого что Юрий был рядом. Было легче переносить боль, потому что я находила силы в его физическом присутствии и эмоциональной поддержке». Юрий объясняет, что он воспринимал роды, как их общее дело, и смеется: «Я все время вспоминал тех врачей, которые твердили, что я могу потерять сознание во время родов. Мне некогда было падать в обморок, я все время

Во многих Центрах здоровья женщин, организованных в рамках партнерств АМСЗ, действует программа «Партнерство в родах». Это программа подготовки будущих родителей к беременности и родам, в ходе которой они знакомятся с такими темами как правильное питание и физические упражнения в пре- и постродовом периоде, снятие болевых ощущений во время родов путем релаксации и ритмичного дыхания, грудное вскармливание, уход за новорожденными. Одна из важнейших особенностей программы «Партнерство в родах» заключается в содействии тому, чтобы в процессе родов принимали активное участие близкие люди будущей матери: муж или другие члены семьи (такая практика пока является абсолютно новой для ННГ и стран Центральной и Восточной Европы). Программа направлена на создание благоприятного эмоционального и психологического настроя у будущих родителей и персонала родильных домов. Еще одна цель: за счет повышения медицинской грамотности будущих родителей сделать процесс беременности и родов как можно более приятным и свободным от стресса и чувства растерянности. Мы предлагаем вам познакомиться с опытом одной супружеской пары, связанным с периодом появления на свет их первенца; рассказ об акушерке, которая помогла будущим родителям подготовиться к его рождению, приводится на обратной стороне.

был занят». Лена говорит, что именно Юрий первым взял на руки Данилку, когда тот появился на свет.

«На протяжении жизни мы испытываем множество эмоций и ощущений, но с этим ничто не может сравниться, — заключает Юрий. — Я считаю, что для меня было очень важно быть рядом с женой во время рождения Данилы, поддерживать ее и присутствовать при появлении сына на свет. Это были незабываемые минуты; они сделали нашу любовь и семью еще крепче».

Для получения дополнительной информации об АМСЗ обращайтесь на сайт www.aiha.com.



Как сделать беременность и роды делом всей семьи

Когда Лариса Чепрасова впервые побывала на занятиях по подготовке к беременности и родам для будущих родителей, зашла в родильные палаты и понаблюдала за тем, как принимают роды в больнице университета штата Пенсильвания в Филадельфии, она сразу же решила внедрить такую программу у себя дома. Именно в ходе поездки по обмену опытом в 1993 году в рамках партнерства АМСЗ Чепрасова, которая в 31 год уже успела десять лет проработать акушеркой в Киевском роддоме №6, познакомилась с идеей семейных родов: будущие отцы учатся оказывать помощь и моральную поддержку женам во время их беременности, а также принимать активное участие в процессе родов.

«Я — человек любопытный, а тут такая новая, интересная идея, — говорит Чепрасова. — Я знала, что в родильных домах Украины нет ничего подобного, и тут же начала расспрашивать персонал больницы в Филадельфии. Старалась собрать как можно больше информации, чтобы всему научиться и понять, каким образом эту программу можно адаптировать к киевским условиям и психологии местных жителей».

Вооружившись знаниями, уверенная в том, что такая программа может принести немало пользы как мамам, так и малышам, Чепрасова обсудила идею с коллегами по родильному дому, познакомила их с привезенными из поездки печатными и видеоматериалами. «Сначала я думала, что программа встретит возражения со стороны медицинского персонала — ведь она кардинально отличалась от всего, к чему мы привыкли, да и вообще в бывшем Советском Союзе ни о чем таком практически не слышали. Поэтому я была готова к решительному отказу», — признается Чепрасова. Однако пессимистические ожидания не подтвердились, и проект получил одобрение.

Несколько месяцев ушло на подготовку и обучение, а также на поездку в московские медицинские учреждения, участвующие в партнерствах АМСЗ, где к тому времени уже удалось внедрить подобные программы. В ноябре 1994 года Школа молодых родителей Киевского Центра здоровья женщин приняла первых учащихся. «Первый год прошел успешно, и после того, как несколько отцов приняли участие в родах, помогая женам справиться со схватками и рождением ребенка,

даже те, кто изначально был против внедрения программы, убедились в том, что она приносит пользу», — говорит Чепрасова. Она отмечает, что свидетельством достижений программы стали убедительные результаты ее работы, в частности, 13-процентное снижение перинатальной смертности в период между 1994 и 1995 годами.

В Школе проводятся три двухчасовых занятия в неделю, курс состоит либо из восьми



Лариса Чепрасова, акушерка Киевского родильного дома №6, ведет занятия в Школе молодых родителей Киевского Центра здоровья женщин, учащихся которой готовят к семейным родам.

занятий для женщин в первой и второй трети беременности, либо из четырех — в третьей части. В среднем в группе занимается 15 человек, большинство из которых составляют супружеские пары, но некоторые женщины приходят одни, другие — с родными или подругами. Занятия в Школе ведет Чепрасова.

«Эти курсы очень нужны женщинам, независимо от того, готовы ли их мужья принять участие в родах, — объясняет Чепрасова. — Женщины, которые посещали занятия, говорят, что после обучения рожать намного легче... Они не испытывают такого страха, который бывает у тех, кто проходит через это в одиночку. Присутствие мужа или другого близкого человека укрепляет веру женщины в свои силы, он помогает ей выполнять указания врача или акушерки».

Чепрасова отмечает, что теперь, когда ей удалось воплотить в жизнь свою идею, и она чувствует, что играет немаловажную роль в жизни столь многих молодых женщин и мужчин, она стала иначе относиться к своей профессии. «Я заметила, что за последние семь лет

Рождение ребенка часто становится одним из самых торжественных эпизодов в жизни людей. Возможность разделить с родным человеком радость этого события, чувствовать поддержку, способную облегчить боль и стресс, может превратить испытание страхом и одиночеством в светлое и радостное событие. Центры здоровья женщин, созданные в рамках партнерств АМСЗ, направляют свои усилия на то, чтобы беременность и роды протекали в безопасности и обстановке оптимизма. С этой целью разработана программа «Партнерство в родах», которая позволяет внедрить концепцию семейных родов в родильные дома ННГ и стран Центральной и Восточной Европы. В частности, в Киевском Центре здоровья женщин более 1800 супружеских пар приняли участие в занятиях по подготовке к беременности и родам, организованных Школой молодых родителей Центра. Здесь приводится рассказ об акушерке, причастной к разработке и внедрению этой программы; история мужа и жены, которые посещали занятия и вместе участвовали в рождении первенца, помещена на обратной стороне.

произошли большие изменения... Когда женщина много знает о беременности и родах, когда она спокойна и уверена в себе, ей обычно и рожать легче. Тогда и мы можем работать спокойно и без напряжения... Да и ребенку так легче, потому что роды происходят быстрее». Но главным профессиональным признанием для нее стал случай, когда врач, громче других критиковавший программу, посоветовал своим друзьям посещать ее занятия. «Увидев собственными глазами, как счастливы супруги, оттого что были вместе в момент рождения ребенка, он убедился в достоинствах программы. Такое свидетельство признания и поддержки со стороны бывшего оппонента — лучший аргумент, доказывающий, что я права». Есть лишь один аргумент, который может считаться еще более сильным, говорит она с улыбкой. Когда она смотрит, как ее «ученики» сообщают, помогают своему малышу родиться на свет.

Для получения дополнительной информации об АМСЗ обращайтесь на сайт www.aiha.com.

