



Noriu
gimdyti...
Kur noriu

Gimdymas namuose šiuo metu Lietuvoje juodinamas ir prilyginamas kriminalinei veiklai. Tuo tarpu daugybė užsienyje gimdžusių moterų mini tendenciją – gydytojai vis labiau nusišalina nuo gimdymo ir palieka šią sritį akušerėms. Gimdymai iš didžiulių medicinos įstaigų grįžta į mažus, jaukius akušerijos centrus, o gimdymas namuose yra visiškai įprastas reiškinys.

Ne tik „nučiuožę menininkai“

Daug kartų rašėme, kokia yra medikų nuomonė dėl gimdymų namuose. Ji aiški – kol Lietuvoje nesukurta paslauga (akušerės pagalba gimdant namuose, medicinos automobilio budėjimas gimdymo metu, naujagimio gydytojo vizitas ir t.t.), gimdyti namuose rizikinga. Šį kartą išklauskime kitos pusės, kuri – patikėki-

VIKTORIJOS PATIRTIS

Patirtimi dalinasi vestuvių planuotoja **Viktorija Prokofjeva**. Abu vaikučius – **Aną** (2 m. ir 3 mėn.) ir **Balį** (2 mėn.) – ji gimdė namuose.

KODĖL TAIP NUSPRENDŽIAU.

Su vyru stengiamės kuo geriau pažinti savo kūną, gyventi sveikai, kad vėliau netektų gydytis, beveik nevartojame vaistų, gydome natūraliais metodais, nors dabar jau beveik ir nesergame. Nesu niekada gulėjusi ligoninėje ir visuomet juokaudavau, kad būsiu tokia sveika, kad į ligoninę važiuosiu nebent gimdyti. Niekada neturėjau tikslo gimdyti namuose, apie tai tiesiog nesusimąstydavau. Tol, kol nepastojau ir nepradėjau domėtis, kas gi yra tas gimdymas ir iš ko jis „susideda“. Štai tuomet ir supratau, kad gimdymas yra ypatinga, neįkainojama patirtis, kurią patirti norėčiau savo namuose, su sau artimais žmonėmis, su savo mintimis. Norėčiau sutikti savo vaikėlį, kurio taip laukėme, ramiai, jaukiai, atsipalaidavusi.

Niekas nebandė manęs atkalbinėti – juk tai tik mūsų reikalas! Žinojome, kad, kilus komplikacijoms, gali tekti važiuoti į ligoninę pagalbos, ir tai atrodė visai normalu (nors labai nesinorėjo, kad taip nutiktų). Nebuvome akylai užsibrėžę bet kokia kaina pagimdyti namuose.

KAIP RUOŠIAUSI. Daug domėjaisi, skaičiau apie gimdymo fizinę, dvasinę, psichologinę puses, hormonų veiklą, kūno sandarą,

te – nėra tik saujelė „nučiuožusių menininkų“. Gimdžiusios namuose šeimos buriasi į bendruomenes, turi interneto svetaines (*geragimti.lt* ir *gimimas.lt*), dalinasi patirtimi ir mėgina įrodyti, kad gimdymas namuose nėra kažkas paslaptingo ir baugaus. Kaip sako namuose gimdžiusi Ernesta: „Dalis moterų renkasi gimdyti namuose, kitos – ligoninėje, dar

kitos – natūralaus gimdymo centruose. Tačiau pasirinkimo priežastis viena: joms tai – saugiausia vieta vaikeliui gimti. Remiantis ilgametėmis daugelio šalių studijomis, tyrinėjusiomis gimdymus namuose, ligoninėse, gimdymo centruose, galima teigti, kad nė viena vieta nėra „bloga“ ar „netinkama“. Tiesiog toks moters pasirinkimas“.

gimdymo eigą. Skaičiau kitų moterų, gimdžiusių natūraliai, patirtį ir vis labiau laukiau savojo.

Kadangi abu nėštumai buvo idealūs, puikiai jaučiausi ir šiaip esu sveika, tai nė nekilo minties, kad kažkas gali būti blogai. Gyvename Senamiestyje, Vilniaus gimdymo namai netoli, už kelių minučių kelio, tad jaučiausi ramiai.

Pirmąjį nėštumą nemažai pernešiojau, gydytojai skatino gultis į ligoninę, bet jaučiau, kad viskas gerai, o ir savais metodais skaičiuodama žinojau, kad veikiausiai gimdysiu 2 savaitėmis vėliau, nei buvo paskaičiuota pagal standartinius metodus. Taip ir įvyko. 41 savaitę gimė idealiai išnešiota, sveika kaip ridikas dukrelė. Antras nėštumas irgi buvo idealus, sūnus gimė laiku ir be jokių netikėtumų...

KAIP GIMDŽIAU. Pirmąjį kartą gimdžiau be specialaus gimdymui skirto baseino, nors jį turėjau. Kažkodėl jo nesinorėjo, tad nė nesusikonstrovome. Antrą kartą norėjau išbandyti gimdymą vandenyje, taip ir įvyko.

Abu gimdymai visiškai skirtingi, abu įsimintini.

Pirmąjį kartą gimdymas truko 8 valandas. Sklandžiai, ramiai ir jaukiai. Kadangi gimdžiau naktį, buvo tylu, tamsu ir mistiška. Pirmą kartą patirti gimties džiaugsmą naktį buvo tikrai įspūdinga. Paryčiais mūsų namų svetainėje pasaulį išvydo naujas gyventojas. Sužinojome, kad tai mergaitė! (Abu kartus nežinojome vaiko lyties –

specialiai nežiūrėdavome, kad būtų staigmena.) Visi pavargę ir laimingiėjome miegoti, tik tą naktį savo didelėje šeimininėje lovoje jau buvome trise.

Kitą dieną išsikvietėme į namus gydytoją neonatologą, kuris apžiūrėjo dukrą, pasvėrė, pamatavo, pamokė, kaip stebėti dėl kūdikių geltos, davė dar keletą patarimų. Norint įregistruoti naminį gimdymą, reikia gydytojų komisijos, kurie apžiūri naujagimį ir gimdyvę. Tai galima padaryti vėliau, praėjus savaitei kitai po gimdymo.

Praėjus mėnesiui po gimdymo, jau žinojau, kad noriu dar vaikų, nes kasdien verkdavau iš laimės žiūrėdama į savo mažylę, kuri man atrodė kaip stebuklas. Kadangi norėjau žindyti bent iki 2 metų, pastoti pavyko gana greitai, kai Anai buvo 1 metai ir 4 mėnesiai. Ir toliau žindžiau būdama nėščia, laukėme visi, kas bus, – broliukas ar sesutė.

Sūnus gimė vieno vasaros sekmadienio pavakarę, labai greitai, vos per 1 valandą ir 40 minučių. Ruošėmės išeiti pasivaikščioti, bet prasidėjo sąrėmiai. Nepraėjo nė 2 valandos, ir ant rankų jau laikiau mūsų galiūną, svėrusį beveik 4400 g. Pasimylavome visi ir nuėjome miegoti. Savo lovoje, savo pataluose, savo namuose. Ryte vyras

pagamino skaniausius pusryčius, ir gyvenimas toliau tekėjo sava vaga, tik jau buvome keturi. Kadangi antras gimdymas buvo labai greitas, vos spėjau išsokti į baseiną, kurį susikonstrovome ir prisipylėme. Balys išsprūdo į vandenį, žiūriu – plaukioja, iš veido tikras vyrukas, stambus, didelis, vos iškėliau iš vandens – pamatėme, kad Anai gimė brolis.

pylė vonią, tiesa, nespėjo jos visos pripilti, nes vaikelis sparčiai yrėsi gimdos kanalais. Jaučiau, su kokia jėga jis ateis. Supratau, kad man teliks jį pagauti. Taip ir buvo. Įlipus į vandenį po 2 stangų išplaukė gražus bernulis. Iš karto jį prie savęs prisiglaudžiau. Jis buvo šiltas, jaukus, mažas, mano. Pastebėjau, kad jis turi labai daug plaukų. Buvo labai ramus. Dar dabar atsimečiu gimdymo kvapą: švelnų levandų kvapą.

Luko gimimas buvo labai greitas. Visas gimdymas užtruko tik valandą su puse. Nežinojau, kad gimdymas gali būti toks lengvas ir toks ramus (mat pirmąjį gimdžiau ligoninėje 12 valandų – lengva nebuvo). Buvo gera

iškart po gimdymo grįžti į savo lovą su naujagimiu rankose. Kai už lango žvarbu, smagu būti šalia mylimų žmonių.

Vyresnėlis atsikėlęs apsidžiaugė savo naujuoju broliuku. Man irgi džiaugėsi širdis, kad nereikėjo niekur važiuoti, mąstyti, kur palikti vyresnėlį, būti 3 paras atskirtai nuo šeimos.

Dažnai mintimis grįžtu į tą dieną, bandau vėl prisiminti tą gimdymo jausmą, jėgą, kvapą, blankias šviesas, žmones, buvusius šalia, kuriems esu be galo dėkinga.

Visos mamos galvoja apie saugų, kuo geriausią gimdymą savo vaikui. Mes pasirinkome gimdyti namuose dėl tos pačios minties, mąstydami, kad namai yra pati saugiausia vieta gimti mūsų sūnui. Nėra gero ar blogo pasirinkimo, kur gimdyti savo vaikus: ligoninėje, namuose ar gimdymo namuose. Manau, svarbu, kad galėtume laisvai rinktis, kur pasitikti savo mažylius.

Iniciatyva „Gimimas LT“

Svetainėse *geragimti.lt* ir *gimimas.lt* rasite daug straipsnių, statistikos, tyrimų, medikų pamąstymų apie gimdymus

GINTARĖS PATIRTIS

Pasakoja mama Gintarė Kukuraiienė, pirmą sūnų gimdžiusi ligoninėje, o antrojo susilaukusi namuose.

Tvirtai žinojau, kad gimdysime namie. Norėjau kuo daugiau ramybės, tylos, nenorėjau niekur važiuoti. Vyras šią mintį palaikė. Gimdymas prasidėjo vidurnaktį – 23.40.

Pajutau, kaip nutėka vandenys. Labai apsidžiaugiau, jog gimdymas prasidėjo naktį, – buvau rami, kad pagimdysiu tol, kol vyresnėlis miegos. Sąrėmiai buvo stiprūs ir dažni. Iš pradžių kas 5 minutes, po to – kas minutę.

Sąrėmius stengiausi iškvėpuoti, tačiau tai nelabai padėjo, tada prisiminiau per kursą mokytoją būdą sąrėmius išdainuoti žemu garsu „maa“. Tai buvo kaip išsigelbėjimas. Jaučiau, kaip tai padeda mano gimdos kakleliui atsiverti. Namus gaubė tyla ir tamsa, jokių ryškių šviesų.

Po kiekvieno sąrėmio jaučiau, kaip vis traukia arčiau prie žemės. Vyras buvo šalia – laikė už rankų, žvelgė giliai giliai į akis.

Gimdymo metu šalia buvo žmonės, kuriais be galo pasitikėjau. Nuo jų sklido ramybė ir šiluma. Žinojau, kad noriu gimdyti vandenyje, tad vyras pri-

Mes pasirinkome gimdyti namuose dėl tos pačios minties, mąstydami, kad namai yra pati saugiausia vieta gimti mūsų sūnui.



namuose, susipažinsite su neformalia šeimų bendruomene, kuri palaiko gimdymo ne stacionare idėją, siekia didesnio nėščiosios ir gimdyvės sveikatos priežiūros sistemos humanizavimo Lietuvoje. Šio judėjimo iniciatyvinė grupė siekia, kad gimdymų ne stacionare klausimas Lietuvoje būtų juridškai sureguliuotas. Kaip tai suprasti? Dabar susiklostė dviprasmiška situacija. Teoriškai Lietuvos Respublikos įstatymai nedraudžia gimdyti namuose – tai susiję su žmogaus galimybe apsispręsti bei jo teise į privatumą. Praktiškai yra kitaip – gimdantys namuose lieka už įstatymo ribų, nes jiems įstatymiškai negali būti suteikta kvalifikuota medikų pagalba, o tie medikai, kurie padeda gimdyti namuose, yra priversti pažeisti esamą teisinį reguliavimą.

Visų šeimų, kurios nori gimdyti namuose, svajonė – kad tai būtų apibrėžta įstatymais. Tada nereiktų akušerės, kuri priiminėja gimdymus namuose, kontaktų dalinti slapta, slėpti savo apsisprendimą nuo aplinkinių, ieškoti pažįstamo vaikų gydytojo, kuris ateitų įregistruoti vaikučio, ir t. t.

Gimdymų namuose istorija

„Senovėje nebuvo tokio supratimo kaip „gimdymas namuose“, nes visos moterys gimdė namuose. Mažai civilizacijos paliestose tautose iki šiol moterys taip gimdo.

Viduramžiais, vystantis miestams, daugėjo nesantuokinių, nelauktų vaikų, jais buvo stengiamasi atsikratyti. Ieškant išeities, pradėjo kurtis prieglaudose, kur tokios moterys galėjo gimdyti ir palikti savo vaikus vienuolėms prižiūrėti. Todėl prieglaudose buvo tikslinga turėti gydytoją, kuris padėtų gimdančioms moterims. Gydytojai, dalyvaujant gimdymuose prieglaudose, palaipsniui įgijo daugiau kvalifikacijos, todėl šiuos gydytojus pradėjo kviesti ir esant kompli-



Gintarės šeima

kuotiems gimdymams namuose.

Kadangi keitėsi požiūris į gimdymus prieglaudose, kur moterys galėjo gauti pagalbą, pradėjo kurtis specialūs gimdymų namai. Vėliau jie virto universitetų bazėmis, ten buvo ruošiami gydytojai.

Tuo metu atsirado naujas, niekam nesuprantamas reiškinys – gimdančiųjų moterų karštligė, dėl kurios mirdavo daug gimdyvių. Kadangi tai tęsėsi apie porą šimtų metų, į gimdymą pradėta žvelgti kaip į ligą, kuri dažnai baigiasi mirtimi. Tik XIX amžiaus viduryje buvo nustatyta gimdyvių karštligės

Dažnai mintimis grįžtu į tą dieną, bandau vėl prisiminti tą gimdymo jausmą, jėgą, kvapą, blankias šviesas, žmones buvusius šalia, kuriems esu be galo dėkinga.

priežastis. Nuo to laiko gimdymo namai tapo uždaro mis įstaigomis, turinčiomis ypatingą darbo režimą. Susidarė požiūris, kad gimdymas – ne natūrali organizmo funkcija, o liguistas procesas.

Gimdymo namus vertino kaip ligonines, kuriose buvo griežti sanitariniai reikalavimai. Palaipsniui tokia tvarka tapo įprasta visose civilizuotose valstybėse, kadangi jau buvo įveikta moterų gimdymo karštligė. Į gimdymus namuose pradėta žiūrėti kaip į atgyveną, žemos kultūros išraišką, – pasakoja akušeris-ginekologas Romualdas Šemeta.

Užsienio patirtis

Pasak R.Šemetos, daugelio ša-

lių patirtis (Olandijos, Vokietijos, Didžiosios Britanijos, JAV ir kt.), kur reglamentuotas namų akušerių darbas, liudija, kad gali būti dvi moterų gimdymų formos: ligoninėje ir namuose, teisiškai patvirtinus sąlygas.

Kai kuriose šalyse (Rusijoje, deja, ir Lietuvoje) gimdymas namuose kvalifikuojamas kaip nusikalstama veika. Tuos medikus, kurie teikia pagalbą gimdyvėms namuose, nežiūrint į tai, kad jie yra kvalifikuoti, pradeda persekioti teisėsauga.

Yra šalių, kur visuomeniniai moterų judėjimai iškovojo teisę gimdyti namuose. Pavyzdys gali būti Vokietijos patirtis. 1994 m. įstatymas įteisino teisę akušerėms prižiūrėti nėščias ir gimdančias namuose moteris. Be to, Sveikatos apsaugos ministerija ir viena iš pagrindinių medicinos draudimų kompanijų finansavo 1148 nėštumų ir gimdymų namuose tyrimą. Ypatingas dėmesys buvo skirtas akušerių kvalifikacijai: ar jos gerai įsisavinusios metodus, leidžiančius laiku išaiškinti rizikingus atvejus nėštumo ir gimdymo metu. Šio tyrimo išvados parodė, kad, jei tinkamai pasiruošta gimdymui namuose, kur kas rečiau tenka teikti skubią medicinos pagalbą, be to, tokie gimdymai reikalauja mažiau išlaidų. Draudimo kompanija, moteriai pageidaujant gimdyti namuose, apmoka jai pusę gimdymo sumos. Šiandien Vokietijoje yra apie 5 tūkstančiai nepriklausomų akušerių, o moterys turi pasirinkimo teisę.

Anglijoje gimdymų namuose istorija buvo panaši, tačiau ir ten moterys iškovojo pasirinkimo teisę. Akušerės kvalifikaciją kelia atlikdamos praktiką gimdymo namuose. Čia būtina reguliari akušerių atestacija, kuri patvirtina jų kvalifikaciją. Jei gimdymo metu atsiranda sutrikimų, akušerė su gimdyve vyksta į kliniką ir turi teisę ten padėti „savo“ gimdyvei pagimdyti ir toliau ją prižiūrėti po gimdymo.

Neila Ramoškienė