detkityumen.ru

Мои домашние роды в воду

История "Жемчужных родов"

ВНИМАНИЕ Впечатлительным не читать. Будут интимные подробности процесса рождения.

Пишу эту историю уже неделю. Да, кстати сегодня уже неделя моему малышу. Материнские хлопоты закрутили в круговорот. Итак...

Мы с мужем пришли к решению о том, что будем рожать дома, еще на острове Бали. Так как там я увидела множество примеров, когда женщины рожали сами дома с акушерками или в центре естественных родов полностью без вмешательств. Их примеры меня очень сильно вдохновили! Бали, это Бали, это же не Россия. Уже тогда вопрос встал о том, а возможно ли это осуществить в России

Я вспомнила, что у меня в Тюмени есть знакомая, которая занимается возрождением славянских традиций, и обратилась к ней, с надеждой, что она подскажет что делать. Оказалось, что в Тюмени можно родить дома с акушеркой! Благо есть у нас в Тюмени такой специалист, который принимает роды на дому, конечно же неофициально, потому что в России под запретом домашнее акушерство, хотя в Европе, США и много где еще по всему миру это уже давно официально разрешено и лицензировано! Ну Россия пока что отстает в этом плане...

Домашняя акушерка принимает роды не у всех, а только у тех пар, которые РЕАЛЬНО готовы к такому опыту, и готовы взять на себя 100% ответственность за ход родов, потому что роды зависят от многих многих факторов, в том числе от готовности роженицы - физической, моральной, духовной и пр., зависит от настроя будущего папы (бывали случаи, когда страх будущего отца сбивал весь процесс родов, роды просто не шли из за его страха и волнения), от настроя других родственников (бывало, что мама роженицы, то есть будущая бабушка малыша, сбивала весь нормальный ход родов своим беспокойством и недоверием), от того есть ли страхи у самой роженицы, есть ли у нее какие то блоки и зажимы эмоциональные, от того, есть ли у нее какие то родовые сценарии в роду (например, бабушка и мама рожали через кесарево, или с очень большими осложнениями и вмешательствами), да много от чего еще это зависит! В домашние роды нужно идти только со 100% уверенность в своих силах и силах своей семьи. Потому что если что-то пойдет не так, обвинять будет некого! Нужно будет принять всю ответственность на себя. Для этого должен быть мир в душе и полное доверие ко Вселенной, к Богу, к Миру, к Жизни, к себе и своему телу, к своим помощникам (ангелам, хранителям, предкам), к мужу, к ребеночку☺...

Были ли у меня сомнения и переживания? Конечно были, но я решила так - я готова пойти на домашние роды, потому что я не просто так узнала о таком опыте на Бали, я лично была знакома с этими женщинами, которые родили сами в радости и в любви! Мой ребенок вел меня этим путем и я решила довериться ему. Ребенок привел нас с мужем на Бали, он пришел к нам на Бали, показал, что такое естественные роды в Любви и привел нас обратно в Россию, чтобы мы прошли такой путь именно в России. Поэтому я начала изучать всевозможную литературу по этому поводу, искать примеры женщин родивших дома, общаться с ними, готовилась, как могла!Информационно, физически, духовно, морально, эмоционально - в общем как только возможно.

Почему история называется жемчужной□□? Это я для себя так назвала свои роды еще задолго до самих родов. Я представила себе, как бы я хотела, чтобы прошли роды в идеале. Я расписала всё вплоть до мелких деталей, где я рожаю, с кем, как, когда, в какой атмосфере. Я описывала прекрасные мягкие роды в воду в бассейн, рядом муж и акушерка, играют мантры и горят свечи. Для себя я назвала свои роды Жемчужными, и проплела их в виде бусинки в свое родовое древо Фравахар, чтобы сила рода помогала мне. Я часто перечитывала себе свой сценарий родов и визуализировала, как и что проходит, с эмоциями, ярко. Это еще один из моментов, который помог мне в итоге родить так, как я хочу. Помимо визуализаций я ежедневно готовилась к родам, делая множество действий! Если всё описывать - то выйдет целая книга! Поэтому об этом попозже - о том, а что же мне помогло родить так, как я хочу.

К моменту родов, я приняла такое решение - я доверяю Вселенной□□, конечно, я хочу родить дома, так как я задумала, мягкие роды в воду, но если вдруг что-то пойдет не так, то я готова поехать и в роддом, если понадобится... То есть я не привязывалась только к одному варианту событий, ведь роды - процесс непредсказуемый... □□и кажется вроде готова, а может вылезти какой то блок или установка, которая не позволит всему случиться так, как хотелось.

Я не считаю, что роды дома - это безрассудство, потому что дома можно так мягко прожить свои роды, без вмешательств, без насилия, которые часто встречаются в роддомах.. А так как у нас в России нет возможности рожать в домашних условиях, но в специализированных центрах (центр естественных родов) как на Бали, поэтому у женщин, которые хотят пройти этот путь сами и родить своего ребенка в атмосфере интимности и Любви, рядом только с самыми близкими, такой вариант возможен только дома□□□□□.

Да и вообще, у каждого свой путь... Кому то нужно пройти уроки родов в роддоме, а кому то дома. Я вообще считаю, что в жизни не должно быть места осуждению и порицанию. Все живут так, как считают нужным, и даже если что-то случается, значит это урок именно этого человека, и бессмысленно злорадствовать и говорить - "Я же говорила что рожать нужно только в роддоме!" например на ситуацию, когда малыш погибает в родах дома. Ведь никто не знает как бы пошло дело в роддоме. В роддомах тоже есть смертность, если вы не знали... И если такой урок есть у человека по судьбе, значит он случится в любом случае. А злорадство и отстаивание и доказывание своей правоты здесь ни к чему. Почему я об этом написала, потому что слышала, что по новостям по ТВ как то затравили мамочку у которой малыш погиб при родах дома. Мне вот интересно, а почему тогда не травят врачей в роддомах, из-за которых иногда погибают детки в роддомах□ Просто подумайте над этим.

Ладно... что то слишком большое предисловие□□. Перейдем к самим родам.

Всё началось в четверг 26 октября□□. В 15:00 я прилегла поспать и отдохнуть, спустя пол часа я услышала странный щелчок откуда то снизу, как будто косточка хрустнула... Я очень удивилась... подумала, может мне вообще это причудилось, или кошка свой коготь там отгрызла и им щелкнула (кошка лежала у меня рядом с тазом). Уже тогда интуиция мне подсказал - вот оно, началось□□! Но ум еще сопротивлялся, и говорил - подожди ты еще с выводами... □□

Примерно около 16:00 почувствовала странные ощущения в пояснице и внизу живота. Я продолжила лежать и отдыхать, наблюдая за ощущениями. Подумала, что, возможно, это предварительные схватки, что организм готовится. ПДР у меня было на 31 октября и до 7 ноября, а сама планировала я рожать 29 октября, потому что мне приснился сон насчет этой даты родов□□. Интуиция мне подсказывала, что это оно и есть, что это уже роды, что уже началось, но ум еще сопротивлялся и списывал все на тренировочные схватки.

Примерно в 6 вечера я сообщила мужу, что возможно у меня роды начинаются. В итоге мы решили не спешить и подождать, посмотреть, что же будет дальше□□. Муж в это время мастерил тренировочный трек для малыша, весь изранился ножом, порезал ногу, руку и засадил кучу заноз, еще до того, как я сообщила ему о моих подозрениях. Он как будто чувствовал и спешил его сделать☺.

На всякий случай решили позвонить нашей акушерке и предупредить ее, что, возможно, в ближайшие дни произойдут роды, возможно даже сегодня□. Акушерка была готова выехать, когда будет нужно.

Я решила просто дальше наблюдать за ощущениями. Пошла писать себе список женщин, которые родили сами дома, либо просто естественно, чтобы во время родов мысленно обращаться к ним за помощью и поддержкой□. Написала список, получилось 13 женщин, из них 4 родившие естественно на Бали, 5 родившие дома в России, 1 родившая естественно в роддоме в России без вмешательств вообще, и 3 доулы.

Затем решила как то себя еще отвлечь и начала смотреть интервью Олега Геннадьевича Торсунова на канале Валяевых. Давно его не слушала, вспомнила, что мой путь к женственности начался именно с его лекций. Такое чувство светлое меня охватило от его голоса, наполнение какое то... □□□□я вспомнила,что так же было и тогда, 2,5 года назад, чувство пробуждения - "я это уже знала все это, но забыла".

В 8 вечера посмотрела видео о том, как дышать в родах от доулы. В это время у меня схватки становились чувствительнее. В 20:30 схватки были каждые 6 минут по несколько секунд. Мне захотелось на свежий воздух и мы пошли с мужем прогуляться□. Пока гуляли, меня прихватило сильное желание в туалет по большому... Еле добежали обратно до дома.

Кишечник начал активно чиститься, за 3 часа я 5 раз сходила в туалет□□, а потом и вовсе начался понос, извините за подробности. По этому признаку и определила, что походу всё... рожаю□□. В итоге схватки я проживала в туалете вплоть до часу ночи. Но несмотря на то что кишечник чистился я в перерывах успевала кушать, мне хотелось чаю, фруктов и я ела и пила□□□□□.

Прочитала заговоры на легкие роды, помолилась, попросила предков моего рода помочь мне в родах□□. Попросила женщин предков своего рода помогать мне своим опытом, ведь все они, кроме бабушек и мам, рожали детей дома. Представьте□□! Сколько женщин до ваших бабушек и мам рожали сами дома!!! Благодаря им вы сейчас есть на этом свете. И не было тогда роддомов. Да и вообще миллионы лет их не было, а люди рождались, и все эти знания хранятся у нас в генетической памяти на самом деле... поэтому я и просила своих предков женщин, которые рожали сами дома, помогать мне□□.

Схватки считала по счетчику схваток, который уже раз 100 сказал ехать в роддом... нет уж□□... В час ночи схватки были периодичностью от 2-4 минут и длительность от 40 сек до 1,5 минуты. То есть не было конкретной закономерности в нарастании длительности и уменьшении периода, они как то скакали туда сюда, но интенсивность по ощущениям определенно нарастала!

Акушерку решила не звать до тех пор, пока мне совсем туго не станет... В 2:30 ночи отошла слизистая пробка, слегка коричневатая, очень мало так ее было. Меня начало трясти в ознобе на схватках, как будто от холода□. Зубы и челюсть стучали, я залазила под теплое одеяло, во рту все пересыхало. Вот только в этот период ощущения стали очень сильными.

Меня подташнивало, не хотелось ни есть ни пить... Я проживала схватки как могла, мне помогало пропевание гласных на выдохе□□, глубокий вдох и протяжное пение на низких нотах долго-долго как могу "О-о-о-о-о-о" или "А-а-а-а-а-а". Антон был рядом, спрашивал все время чем помочь, но мне ни чего не хотелось.

Меня начало даже тошнить от запаха на кухне, я ходила по всей квартире во время схваток, стараясь облегчить ощущения, ходила, шевелила тазом, крутила им, танцевала, на коленях становилась, двигала тазом, облокачивалась на диван, на стол, или сидела на унитазе, старалась глубоко дышать и пропевать□□.

Бросало то в холод, то в жар. Примерно к 3 ночи мне стало совсем туго и я попросила мужа вызвать акушерку. Муж предложил наполнить бассейн (надул он его заранее) и я согласилась, подумала, может быть это облегчит немного... хотя и не хотела залазить раньше времени, потому что знаю, что в воде может тело расслабится и может процесс родов замедлиться, хоть он и становится легче□□. Я хотела сначала дождаться акушерку, спросить у нее как там дела, какое раскрытие уже, и только потом, если раскрытие уже большое - залазить в воду. Но в итоге залезла в 3:30 в теплую воду бассейна и проживала схватки уже там, вертясь в разных позах и ползая по всему бассейну, облокачиваясь на бортики или просто плавая на спине.

Примерно в 4 утра приехала акушерка. К этому моменту для меня всё было как в тумане, я вроде бы все соображаю, но как будто и правда в другом мире. Акушерка посмотрела раскрытие и сказала, что почти полное раскрытие! Я была очень рада этому□□□□□□! Подумала, - "Ура! я смогла сама прожить до полного раскрытия, осталось немного совсем!".

Процесс шел дальше, я проживала схватки в воде в бассейне, то на коленях, то обвисши на край бассейна, то переворачивалась на спину и вытягивалась во весь рост в воде. Еще схватки были то с большим перерывом, то две подряд. Мне показалось как будто процесс замедлился, стоит на месте...

Спустя наверно час я спросила акушерку, есть ли продвижения. Она ответила что шейка еще не вся раскрылась, но почти... В общем все тоже самое что и час назад... Я подрасстроилась...□□□□ мне уже хотелось скорее родить... сыграло мое нетерпение. Тогда у меня возникла мысль в голове, что я понимаю женщин в роддомах, которые просят, чтоб им хоть как то помогли...

В таком куматозном состоянии хочется чтобы все скорее кончилось, и порой не важно что будет потом. Женщины в таком состоянии - перед потугами - готовы на все, чтобы облегчить ощущения, вот врачи и помогают как знают и умеют... Поэтому в последствии, я поняла, как важно чтобы рядом на родах был кто-то кто скажет - что всё идет нормально, своим чередом, что ты сможешь это прожить, что нужно думать о малыше, вместо того, чтобы жалеть себя□□□□.

Честно, мне было очень трудно думать о малыше, я жалела себя, ныла, что хочу скорее родить□□□□. Акушерка сохраняла спокойствие, периодически слушала сердцебиение малыша, говорила мне, чтобы я расслаблялась, дышала, доверяла процессу, что все идет нормально, чтобы я перестала себя жалеть и думала о малыше.

Так прошел еще час. Я попросила акушерку проверить еще раз, что там. Оказалось что шейка как то подвернута спереди, загнулась что ли, акушерка немного поправила ее руками, мне было легче просто от того, что кто то знающий помогал мне. Акушерка спросила меня может я боюсь чего то, почему процесс замедлился, схватки не такие частые. И правда наверно я боялась что это будет длиться долго, и просто сохраняла себе силы, не давая процессу нарастать и усиливаться□□.

Я спросила что насчет пузыря плодного, акушерка сказала что он очень плохо нащупывается, скорее всего он либо уже лопнул либо он очень плоский. Я слышала что если вскрывают пузырь то быстрее процесс идет, я была готова уже чтоб акушерка его вскрыла. Но она не хотела вмешиваться в процесс и сказала подождем еще час, а потом посмотрим.

После 6 меня начало уже слегка подтуживать на схватках, и я начала тужиться. И я бы не сказала, что потуги в родах, это как тужиться, когда хочется какать.. Это как то иначе, да тужится надо как будто какать хочется, но ощущения все равно другие.

Головка малыша еще не опустилась в таз, но я хотела чтобы процесс хоть как то сдвинулся с места. Я хотела чтоб пузырь лопнул и чтоб малыш уже опустился ниже. Я начала тужиться как только могу в конце схваток, у

меня вырывался утробный рык. Я рычала так громко как только могла, начиная с 6:30 утра примерно□□. Бедные соседи, что они там подумали□□□□.

Рычание реально помогало мне. В перерывах между схватками я хныкала...□□ живот болел от схваток очень сильно, он мне тогда показался таким огромным и тяжелым, особенно тяжело было когда схватки шли одна за одной, не давая мне отдохнуть. Где то через минут 40 схватко-потуг мне показалось что пузырь лопнул и воды отошли, мне показалось их было совсем немного, но мне как то полегчало.

Чтобы раскачать процесс (малыш все еще не опустился в таз) акушерка предложила мне выйти из бассейна и походить. Мне так не хотелось выходить из теплой воды... Все это время как я находилась в бассейне муж таскал туда сюда ведра воды□□, меняя холодную воду на теплую, чтобы температура была 36 градусов. Потом подготовил морскую соль для бассейна по распоряжению акушерки, чтобы я рожала в бассейн с солью.

Но в итоге я решилась выйти и начала ходить, проживая схватко-потуги стоя. Попыталась сходить в туалет по маленькому, но у меня ни чего не вышло, прожила несколько схваток на унитазе, тужась как следует...

Пришла обратно в комнату и тут походу уже начались реальные потуги, причем одна за одной, проживать их на суше было труднее, но эффективнее наверно... я стояла вертикально, слегка подсогнув колени, и тужилась что есть силы□□! Мне тогда было наплевать на то что может вылезти геморрой или еще что-то там, мне уже хотелось скорее родить..

Я реально тужилась так сильно, как только могла, рычание помогало. Начали подтекать воды, это означало, что малыш уже спускается, подтекали задние воды. Воды были чистыми. Я поняла, что процесс уже близок к завершению и начала тужиться еще сильнее, стоя вертикально.

Через какое то время я почувствовала головку в промежности. Это было что-то...Такое удивление и воодушевление - "Неужели□□□ Вот оно???" Мне не хотелось шевелиться, но акушерка и муж загнали меня обратно в бассейн□□. Пока я шла до бассейна головка скользнула обратно.

Залезла в бассейн встала на корточки и начала тужиться на потуге. Головка пошла вниз, и тут я почувствовала, что такое "огненное кольцо" и каково это□□□□□□. Я поняла, что промежность очень сильно натягивается, и возможно, я порвусь, но мне было плевать. Несмотря на "горение" в области промежности, я тужилась сильно.

Акушерка стояла сзади возле бассейна и уже готова была принимать ребенка. Головка прорезалась за три потуги примерно и я почувствовала очень большое облегчение, но там еще плечики шли. Малыш сам переворачивался, подгибая плечико чтобы протиснуться в промежности, и через пару потуг он вынырнул из меня в бассейн. Это было прекрасно□□□□! Такое чувство облегчения. Хотелось скорее увидеть малыша. Из меня торчала пуповина, я перекинула ногу и перевернулась на спину, чтобы увидеть малыша, мужа, акушерку.

Я перевернулась на спину и смотрела как акушерка дает малыша Антону на руки и ругает его, что он носик ребенку закрыл. Если честно я была в каком то другом мире в этот момент... Малыш не дышал, был фиолетовый весь, акушерка начала ему отсасывать слизь из носика и ротика маленькой грушей. Несмотря на то что малыш не дышал и муж беспокоился, я почему то откуда то знала, что все хорошо, и что с малышом все в порядке, просто он еще не понял что родился.

Через минуту наверно малыш закряхтел и начал попискивать□□. Акушерка положила мне его на грудь и сказала Антону чтобы он помог мне вылезти из бассейна и пойти лечь на кровать. Антон помог мне и меня уложили на кровать а сверху положили малыша☺☺☺. Малыш был на пуповине, которая еще была соединена с плацентой во мне. Мы лежали с малышом. Он такой маленький, попискивал, грудь маленько помуслякал но брать не стал.

Порозовел. Спустя минут 20 я родила плаценту в тазик. Малыш лежал на мне соединенный с плацентой. Плацента оказалась ровная, красивая, целая.

Акушерка осмотрела меня, сказала, что кровотечения нет, а в промежности всего 2 небольших разрывчика, которые не требуют зашивания.

Я спросила у мужа, как сына назовешь? У нас было 2 варианта. Первый - Мирослав, а второй - Радмир. Имя Мирослав нравилось всем, кроме нас, а имя Радмир, наоборот. Я больше склонялась к Радмиру и Антон тоже. В итоге папа посмотрел на малыша и решил что это Радмир☺☺☺.

Антон принес мне травяного кровоостанавливающего чаю из крапивы, тысячелистника и пастушьей сумки с медом и бананы□□□. Покормил и попоил меня. Малыш лежал все это время на мне. Акушерка спустя 1,5 часа предложила измерить и взвесить малыша, но мне как то не хотелось его тревожить и мы отказались. Пуповину тоже не стали перерезать, решили попробовать если не полное, то хотя бы частичное лотосовое рождение□□.

Антон начал вытаскивать воду из 500 литрового бассейна ведрами и прибирать все кругом. Все прибрал и повез акушерку домой, а я пока что лежала с малышом и отдыхала.

Мое резюме касательно родов.

□ Мысли поехать в роддом ни разу не возникло.

□ Но возникло понимание женщин, которые идут на анестезию и пр. родовспоможения в роддоме. Без правильного настроя, без правильной атмосферы, без правильного помощника трудно выстоять в таком состоянии перед напором системы, и ощущений, хоть и возможно.

□ Проживать сильные схватки было приятнее в теплой воде бассейна.

□ Продвинуть малыша вниз перед потугами мне помогла вертикальная поза стоя на ногах.

□ Смягчить само рождение и прорезывание головки помогли роды в воду.

□ На схватках мне помогали аффирмации - "шейка матки мягкая и легко раскрывается, выпускает моего малыша легко", а на потугах я говорила себе - "у меня огромная резиновая промежность, эластичная и большая". Как бы ни было смешно, но в итоге 2 маленьких разрывчика которые не требуют зашивания и совсем не длительные роды для первого раза - 12 часов примерно, если считать с начала нарастания закономерных схваток. Если считать с самых самых еле заметных схваток то получается - 16 часов.

□ Муж очень помогал тем что был рядом, что все организовал, подготовил, таскал воду, выполнял все просьбы и указания акушерки. Я не знаю как бы без него справилась... Но, конечно же, не каждый муж сможет так.

□ Очень важно чтобы был помощник в родах, особенно если это первые роды, и лучше, чтобы помощник был реально подготовлен и знал нюансы. Если это роды в роддоме - то профессиональная доула - то что нужно! Подруга тоже может подойти, но не каждая подруга знает нюансы, как помочь, чем помочь и пр.

□ Роды - это трудно, местами не приятно, и даже кажется что больше не могу... Но на самом деле всё вполне терпимо! У меня нет такой мысли, что роды - это ужасно, больше ни за что и никогда. Я уже готова второго рожать.

 Может на потугах дикое рычание и пугает, но оно просто реально облегчает процесс.

 А на схватках облегчает процесс пропевание гласных букв, смена поз, хождение, танцы, покачивания тазом.

 Лично мне не хотелось ни массажа, ни прикосновений. Мне хотелось проживать роды самостоятельно, но то, что рядом был муж, просто был рядом и поддерживал морально, помогал организовывать пространство, это очень значимо оказалось.

 Профессиональная акушерка очень помогла! Без ее экспертного мнения я бы наверно не выдержала сама, без ее слов о том, что "все хорошо идет, это нормально, так и должно быть", без ее слов ободрения и утешения.

Пишу эту историю уже неделю... Как то по настроению накидываю частички воспоминаний. Да и за малышом нужно смотреть, сейчас только учусь быт мамой, ухаживать. Уже чувствую себя гораздо лучше, первые три дня дико хотелось спать... на четвертый уже более менее силы появились. Начали скакать гормоны и по вечерам начала реветь, вроде бы как бы без причины, но все таки... хотя мне это вообще не свойственно, всегда как сухарик, эмоций мало, особенно слёз.

Мы сначала хотели снимать отрывками на видео, но когда муж включил камеру, она светила своим фонариком и очень меня отвлекала и даже раздражала, поэтому я попросила выключить ее. В итоге у нас только коротенький отрывок видео из родов когда я в бассейне, и фото нас уже с малышом на кровати через час после родов. ☺.

Вывод

Удивительно, что роды прошли именно так, как я и хотела мягко, быстро, естественно, хоть и не очень легко, хоть и не совсем безболезненно, но зато дома, в спокойной уютной обстановке, без всяких вмешательств, рядом с мужем, в воду, в бассейн, пуповинку не перерезали, плацента сама родилась, малыша никто не дергал не осматривал, в глаза не капал, не взвешивал, не мерил, малыш с самого рождения с мамой, на маме. Еще раз убеждаюсь, что мечты и желания сбываются, когда они перерастают в намерение. Я была намеренна родить сама, естественно и мягко, дома в воду, рядом с мужем, так и получилось. Да ощущения были сильнее, чем я ожидала, но это не было какой то дикой болью! Всё вполне терпимо! Особенно если не себя жалеть, а концентрироваться на процессе раскрытия, думать о малыше, читать позитивные аффирмации.

 Я очень благодарна Вселенной, Богу, себе, мужу, малышу, акушерке, своим помощникам и хранителям, своему роду!

Ухх... вроде всё... Хотя может и нет. Вспоминаю все частями, отрывками. Если у вас есть вопросы - задавайте

Авторская орфорфография и пунктуация сохранены

08.11.2017

anastasia-ivan

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/stories/3838/