

NÁSLEDUJME SVOU PŘIROZENOU INTUICI A SÍLU ŽENY

Seminární práce na téma kojení

autorka textu a ilustrace:

Irena Kupková a Kupka Gallery

Kojení je jistě pro valnou většinu žen – budoucí matky velmi důležité, těší se na něj a podvědomě cítí přirozenost a důležitost tohoto období ženy, dítěte, mateřství, aniž by si o tom musely mnohé studovat a těší se na naplnění spokojeného mateřství právě přes funkční aktivní kojení.

Na úrovni psychické či použijme výrazu „ životních hodnot“ nám všem ženám začínají myšlenky na kojení, o kojení, otázky o něm již často před otěhotněním, ale v průběhu těhotenství začíná mít kojení konkrétní podobu a naši skutečnou touhu vědět, umět, znát a použijí tady poprvé nadpisu: začíná zde působit fakty vědecky nevysvětlitelná, ale o to neméně důležitá role budoucí matky jako silné odhodlané ženy s intuicí, s jakýmsi pocitem vnitřním co chceme a co ne, který si možná mnohé z nás pamatujeme z raného dětství a znovu se v nás ozývá v těhotenství- stát si za intuicí a pocitem jak co chceme dělat jako těhotné a hlavně matky po porodu.

Přestože mám vystudovanou SZŠ obor farmacie, a tedy jsem zdravotnice, celý život se zabývám alternativní léčbou a terapiemi na podvědomé vzorce chování při prožitých traumatech, opakujících se pocit strachu o něco, ale i mnoho let masírování, mne dovedlo k těhotenským masážím, které jsou vyústěním zkušeností z masáží, psychologie, bylinkářství, aromaterapie, ale i silného příběhu porodu mého syna. Péče o těhotné, psycholog. poradna a přátelská setkání s nastávajícími maminkami mne dovedla až k přání vést předporodní kurzy zaměřené převážně na laktanční téma i dotazy těh. žen u nás ve studiu Doteky Harmonie, které jsem otevřela nejen pro těhotné, ale provozujeme i služby masérské, poradenství a wellness privátní aroma sauny.

Tady je můj příběh těhotné ženy, ženy přirozeně toužící kojít a ženy, která si během porodní doby a doby pobytu v porodnici sama našla cestu k důležitosti naslouchat vnitřní síle, vůli ženy matky, používat tu sílu v podobě následování své intuice, ke které, kromě předávání informací o kojení, vyzývám budoucí maminky.

Poprvé jsem byla těhotná a chystala se na porod před necelými 18lety, tedy to mnohé vypovídá, že je to příběh z dob nemocnic, kdy na porodnických odděleních dostávali dotace na tzv. programy “baby friendly“, ale sami často ještě nevěděli, jak uvést do praxe či jestli o tyto služby ze strany rodiček bude zájem. Ne vždy všechny vytvořené podmínky v těchto porodnicích s projektem podpory příjemnějšího, přátelštějšího prostředí porodu využívaly rodičky, a tak i já, v porodnici okres Olomouc Šternberku, jsem místnost pro klidnou první dobu porodní s žíněnkou, gym. balónem, aromalampou a cd přehrávačem využila mezi prvními.



Víla naděje

I. Kupková

Mé těhotenství bylo sociálně a partnersky velmi náročné, disharmonické, ale celý život od holčičky jsem se na něj velmi těšila, a tak už v těhotenství jsem se naučila čerpat ze síly vnitřní a domova, které Vám přes nepřízeň osudu nikdo nemůže vzít nebo pokazit, a to je vnitřní klid a pokoj v srdci. Relaxačně a meditační hudba pro miminko v bříšku až po zvuky velryb mne doprovázely i u porodu a dobu kojení.

Stejně tak jsem si začla intenzivně studovat můj oblíbený obor z dob studií a to aromaterapii, která mi taktéž jak při komplikovaném porodu a dobu kojení pomáhala.

O mém rozhodnutí kojit, ideálně aspoň co se v té době informovaly těh. ženy min.6 měs., jsem byla rozhodnuta a už v těhotenství jsem si začla s prsy v myšlenkách povídat, a hlavně jim děkovat, jak se aktivací hormonů a celým procesem změn připravují na kojení, a měla již potřebu je masírovat, uvolňovat tlak zvětšování objemu olejem v přírodní kvalitě s vonnými silicemi levandule, geránie.

Zásadní chvíli pro mé kojení měla video kazeta (snad v té době jediná nebo jedna z mála), kterou mi zapůjčila zdrav. sestra z gynekolog. ambulance.

Byla plná srozumitelných instruktážních videí a ukázek technik kojení. Krátkou poslední kapitolu s názvem“ technika kojení po císařském řezu“ jsem chtěla přeskočit, protože jsem neměla plánovaný porod císařským řezem. Má intuice mi, ale radila“ podívej se na to, nevíš teď, kdy se Ti to může hodit“, a tak jsem se na tuto kapitolu se zaujetím budoucí matky, ale i jako zdravotnice podívala.

Nakonec jsem prošla těžkým porodem již od doby prvního přijetí v porodnici, kdy jsem řekla porodníkovi, že nejsem „vystrašená prvorodička“, ale že vím (cítím), že budu rodit, a že se z porodnice nehnu, což mi po 3hod.prospání pana doktora pak potvrdil a byl překvapen, že se porod takto rozvine. Byl to těžký průběh, kdy syn se rodil v obrácené poloze, což zjistili porodníci ultrazvukem po 9hod procesu porodním. Prožila jsem pocit „odcházení z těla“, můj pocit, že“ bojuji se synem o náš život“ až po lumbální punkci, jako poslední jedinou možnost prožít, zažít a vidět syna se narodit na tento svět, aniž bych při tomto porodu musela být v celkové anestezii. Během porodu, a to nevím kde se v drobné 25leté mladé ženě vzalo tolik kuráže a odhodlání se s doktorem na všem domloutvat a často si i rázně stát (třeba že nebudu rodit na lůžku, ale v poloze“ na čtyřech, kterou jsem cítila jako dobře aktivní pro rození mého dítěte.) Tato rozhodnost ve mne zůstala jako životadárný motor i na dobu, kdy jsem rázně žádala opět o respektování mého přání mi dát synka hned na bříško, počkat na rozkojení, také respekt k přísné žádosti, aby přes všechny doporučení odpočinku po velmi vyčerpávajícím porodu mi nechali dítě o mne na soukr. pokoji, kdy jsem byla vyzývána ke spánku, a že syna budou krmit z láhve. Po mém výrazném zvýšeném hlasu při převozu



Náruč bezpečí

I. Kupková

na pokoj, mne již personál tak respektoval, že jsem dítě měla na pokoji, kojila si v polosedě dle instruktážního videa, kdy jsem byla šťastná, že jsme to zvládli zůstat spolu a zachovat si právo na přirozené kojení.

Prošla jsem i velmi bolestivými tlaky v ňadrech druhý den po porodu. Pomáhala mi sprcha a od tohoto tlaku a odstříkávání, které jsem také si sama vytvořila intuitivně a bylo to právě to, které jste nás učily na kurzu pro laktační asistentky. Patřila jsem mezi, možná, menšinu matek, kterým mechan. odstříkávání odsávačkou, natož elektrickou nevyhovovalo, a tak i v poradně radím, ať si půjčí odsávačku a zjistí, zda jim bude vyhovovat jako varianta k vytvoření zásob vlastního mléka nebo budou mechanicky prsty odsávat jako já.

Opravdu jsem i já zjistila, jak vše kolem porodu, kojení a péče o kojence i sebe – ženu v šestinedělí je individuální.

Nakonec jsem kojila 2 roky a 4 měsíce, na odstavování jsem také byla sama, kdy jsem si našla si cestu trpělivosti a postupného procesu, nevinila se, že to nejde hned a procítila si opět, jak je to loučící proces i pro mého synka, a že je potřeba postupně a s láskou, pochopením pro dítě se i odstavování věnovat.

Prožila jsem dobu dlouhého, krásného kojení a vztahu citově jistě hlubšího než na umělé výživě, a to nemluvě o plusech zdravotních. Neměla jsem v té době a na malém městě na Moravě žádnou možnost laktační poradkyně a o to víc jsem ráda, kolik jich dnes už je, a že se k nim mohu přidat a pomoci ženám získat nejen kvalitní informace, praktické ukázky, pomoc na předporodních laktačních kurzech u nás ve studiu, ale že jim tím zajistím i opomíjenou potřebu osobního setkávání, sdílení stejně těhotných žen před porodem na našich kurzech a velmi se těším na tuto příjemnou pracovně přátelskou aktivitu pro ženy.

V životě se mi často osvědčilo věřit a následovat své pocity. Doba kojení od radosti z něj, ale i přes technické problémy, bolesti bradavek ze začátku kojení, až po odstavování dítěte byl proces, kterým jsem prošla sama, posílilo mne to jako matku v rozhodování, samostatnosti, ale zároveň jsem velmi ráda a přeji dnešním ženám, které porodí, že mohou využít služeb zkušených žen odbornic na laktaci,

Jejich pomoc v odbornosti jak na začátku procesu kojení, tak nápravě chyb nebo povzbuzení, že vše jde zvládnout je pro mne velmi krásným a důležitým povoláním a službou.

2022



