Anna születése - egy tanulságos szép történet

Szülni jó! Az alábbi történetet egyik anyuka küldte el, aki részt vett a szülésfelkészítõ tanfolyamon és annyira lelkessé vált, hogy szülését tanulságos formában le is jegyezte. Nagyon szép történet az övék, fogadjátok szeretettel!

"A fájások a 39. héten csütörtökön (augusztus 19-én) hajnalban kezdõdtek. Nem tudtam, hogy ilyen is van, egész nap a menstruációs görcsökhöz hasonlóan fájt és keményedett a hasam alsó része, valamint jó erõs alsó deréktáji fájdalommal és fejfájással párosult. Gondoltuk is a párommal, hogy na, akkor este biztos indulás a kórházba. Másnap hajnali fél 6-kor volt azonban az utolsó kb. 40mp hosszú fájás, utána abbamaradt teljesen.

Azért a tûzijátékra nem mertünk elmenni, hátha akkor történik valami. Szombaton is hiába vártunk, vasárnap is, hát nem baj, hiszen hétfõre, 23-ára voltam kiírva. Azonban akkor sem történt semmi különös. Na, akkor majd kedden, hiszen hidegfrontot jósolt a meteorológia és telihold volt este 19. 05-kor. Sokat dolgoztunk aznap, hullafáradtak voltunk, de vacsorára voltunk hivatalosak (mert nekünk nem maradt energiánk a szalonnasütés lebonyolítására), utána viszont jobbnak tartottam, ha Pestre megyünk, és ott alszunk. CTG-re reggel kellett bemennem Pestre, ahol is rendszeres fájásokat mutatott a gép, én azonban a UH-s orvos legnagyobb megdöbbenésére nem éreztem ezekbõl semmit a deréktáji fájdalmon kívûl. Õ felküldött azonban az osztályra, ahol pont ott volt az orvosom és a választott szülésznõm is, akik engem megvizsgálván mondták, innentõl még bármi lehet, mert egyujjnyira vagyok tágulva, de ez már lehet így akár három hete is és szülhetünk akár még aznap, de akár egy hét múlva is, így hát hazamentem. Nem történt az éjszaka semmi különös, viszont felhívtam a doktornõt, mikor menjek UH-ra, hogy megnézzük, minden rendben-e Annával, jól érzi-e magát odabent? Miért akar még bentmaradni?

Szerda 11 órára kaptunk idõpontot, amikor is Matyi a szonográfus nagyon alaposan megvizsgálta Annát és megnyugtatott, hogy minden a legnagyobb rendben, azért nem akar kijönni, mert nagyon jó állapotú a méhlepény és a burok is, a flow is teljesen rendben, egyujjnyi a tágulás, akár még 1-2 hétig is bent maradhat, de akár aznap este is szülhetek. Hát jó. Attila idegei erre már nem nagyon tudtak mit mondani, hogy teljesen megmondhatatlan, mikor lesz a szülés.

Bent maradtam aznap este Pesten, Atis hazament, csütörtökön reggel aztán én is kimentem hozzá Felsõgödre, készülõ házunkba, hogy az utolsó simításokat elvégezzük. Egész nap mostam, fõztem, takarítottam, fel akartam tölteni a hûtõt, tisztán és rendben otthagyni a házat. Este nagyon el voltunk megint fáradva, 9-kor le is dõltünk, magam alá tettem azért nylont, törölközõt, aztán kimentem a WC-re és láttam kicsit véres lesz a papír. Nem tiszta, piros vér, hanem kicsit barnás, kocsonyás. Akkor ez csak a nyákdugó lehet, mondta a szülésznõ, akit gyorsan felhívtam.

Úgy döntöttünk indulunk Pestre, legyünk csak minél közelebb, hiszen fájások is voltak már. Mondtam, majd bent mérjük a gyakoriságukat, csak érjünk be és pihenjünk le. Így is történt, mértük és 10 percenként jöttek, de nem sûrûsödtek be. Sokat nem aludtunk, hajnalban próbálkoztam egy kádban ücsörgéssel, az nagyon jól esett. Utána lementem a boltba reggelit venni és közben nagyon gyorsan jöttek a fájások, reggeli után indultunk a kórházba, bár a szülésznõt nem tudtam elérni, így az õ ámenje nélkül.

Mikor beértünk megnézte a méhszájat, ami még mindig csak egyujjnyira volt nyitott, a CTG pedig rendszertelen fájásokat mutatott. Úgyhogy azt tanácsolta, hogy menjek haza, ha ott jobb, ne feküdjek be a vajúdó szobába, ahol senki hozzátartozó nem lehet velem. Így is tettünk. Atis megint kiindult Gödre, én pedig próbáltam otthon pihenni, aludni, elég sikertelenül, mert a 10 perces fájások folyamatosan jöttek. Délután átjött a nõvérem, segített mérni õket, aztán este 7 óra körül elment, akkor jött egy jó kis idõszak fájásokkal, amik egyre erõsebbek és intenzívebbek lettek.

Éjjel 11-kor felhívtam anyut és a nõvéremet, hogy jöjjenek át és segítsenek mérni a fájásokat és beültem megint egy kád vízbe a szülésznõ tanácsára, aki mondta, hogy legalább egy órát feküdjek még benne, mielõtt elindulunk a kórházba. Közben felhívtam a dúlát is, kérdezte, jöjjön-e, mondtam neki, hogy igen. Éjfélre már 3-4 perces és 40 mp-es fájásokat mértünk már egy órája és kiszállva a kádból, ami már nem esett jól, csak a labda volt kibírható és nagyon jó. Mindannyian összegyûltük, és elindultunk a kórházba taxival és kocsival. Kibírható volt a kocsiban is, bár 3 percenként jöttek a fájások, de mindenkinek csak a mély belégzést és lassú kilégzést ajánlom, és hogy ne a fájásra koncentráljon, így teljesen jól bírható.

Megint CTG-re kerültem, és mivel a méhszáj a szülésznõ szerint még mindig nem volt jobban nyitott, és a CTG is megint, ahogy fekvõ helyzetben voltam, hosszabb idõtávú és rendszertelen fájásokat mutatott, így úgy döntött az én megkérdezésemmel, hogy hazaküldi anyáékat és a dúlát, mert ki tudja, mennyit kellene még ott hajnali egytõl várni. Én pedig azt a tanácsot kaptam, pihenjek, próbáljak aludni, mert szükség lesz még az erõmre. Kényelmetlen volt az ágy, és nem is tudtam a fájásoktól aludni, nyekergett és a hányingerem egyre erõsebb lett. Már volt otthon is, de csak annyira, hogy nem kívántam enni-inni. Mostanra azonban jóval erõsebb lett, így egyszer csak kiszaladtam a WC-re és hánytam.

Erre bejött a szülésznõ, mert hányni a kismamák 3 ujjnyi tágulásnál szoktak, ha hánynak egyáltalán. És a méhszáj vizsgálatakor (itt jegyezném meg sokan írták amikor a szülésre készülve az internetet böngésztem, mennyire fáj ez a vizsgálat: hát enek is az a titka mint a fájdalmak elviselésének: el kell lazítani magad fõként odalennt és akkor nincs ellenállás, nincs fájdalom sem) eltûnt a keze akkorát tágultam és elrepedt a burok is, így mondta, irány gyorsan a szülõszoba. Senki nem szült rajtam kívül, szabad volt az IKEA szoba, azt választottam persze. Meggyújtott mécseseket, én küzdöttem közben a már egyre erõsebb fájásokkal. Felidéztem minden tanultakat : próbáljak ki testhelyzeteket. Hát jó, ok., elõször ismét a WC, mert erõs tolási inger volt. Jött még ki kaki is, és ott elég könnyû volt elviselni az erõs fájdalmat ezért egy darabig ott maradtam már csak azért is mert a szülésfelkészítõn is szó volt errõl hogy ott is ellazulsz mint kakilás közben és jó bátran ki kell engedni hangos sóhajjal a levegõt. Közben bejött a szülésznõ és kérdezte, kérek-e beöntést, de mondtam, szerintem semmi értelme, mert az elmúlt 24-48 órában mintegy 40-szer voltam WC-én, úgyhogy teljesen ki vagyok ürülve. Õ azt mondta, nem zavarja, ha kijön valami, így ebben maradtunk. Mondta, hogy szólt a dúlának, induljon vissza én pedig szóljak anyuéknak õk is jöhetnek, de erre már nem maradt erõm sem, idõm sem…. Miután magamra hagyott, annyi erõm volt, hogy kipróbáltam a bordásfalat, ami nagyon-nagyon jól esett, hisz semmi súly nem volt a medencén és a csípõn, így csak lógtam és elmúltak a fájások viszonylag gyorsan.

Még elõzõleg a tágulási fájásokra vonatkozóan: sokkal gyorsabb és könnyebb a tágulás, ha sikerül ellazítani a csípõt és a fart, nem könnyû, de gyakorolni kell és odakoncentrálni! Mikor kb. a harmadik tolási fájást éltem meg a bordásfalnál, éreztem, hogy a tolással történik valami és nyomni-nyomni kell! A szülésznõ beszaladt, hozott egy matracot, amit az ágy elé terített (ez nylonnal borított volt), láttam, hogy odakészít mindenféle dolgot és közben hívja folyamatosan a doktornõt, hogy jöjjön már, és mikor ér már oda. Én odatérdeltem az ágyhoz és a felsõtestemmel ráhajoltam egy párnára és így jöttek a kitolási fájások. Nagyon jó volt, hogy a szülésznõ masszírozta közben a deréktájamat ez nagyon sokat segített az ellentartásban és a fájdalmat is enyhítette igencsak! Már a másodiknál mondták, hogy érezni Anna fejét, odanyúlhatok, ha szeretném érezni, fogni, de nem volt erõm, vártam a következõ fájást. Jött is, és éreztem is, hogy Anna jön. Akkorra megérkezett a doktornõ és mondta, most ne fújjam már ki a levegõt, ezt mélyen beszívva bent kell tartani és úgy nyomni, hogy Anna ne húzódjon a tolást követõen vissza. Ez is sikerült! A következõ tolásnál pedig gyorsan mondták mindketten: most nem tolunk – pihegõ légzés – védeni kell a gátat, jön a fejecske! A következõnél viszont igen és erõsen! És akkor elõször kibukkant Anna feje megpihenhettem, a következõ tolásnál pedig Anna ki is csúszott, mint egy kis halacska, egy pillanat alatt! Ekkor 4 óra 7 perc volt!!! Elképesztõ, hogy meglepõdtem, hogy ez, ha nem is fájdalommentes, de ilyen gyorsan megy, ha odafigyelek,

koncentrálok és minden erõmet beleadom abba, amit csinálok! Higgyétek el, megéri, mert szerintem ennek köszönhetõ, hogy Anna ilyen gyorsan megszületett. A szülésznõ és az orvos egyöntetûen azt mondták, hogy úgy szültem, mintha a második vagy a harmadik gyermekemet szülném.

Szerintem számít sokat a szülésfelkészítõ, a jóga, a tornák és hiszek abban is, hogy a felkészítõ homeopátiás szerek: a pulsatilla, az arnica, a caulophyllum és a cimicifuga, valamint a málnalevél tea is hatással van arra, hogyan sikerül a szülés, mennyire van a méhszáj, illetve a gát felkészülve a szülésre. A gátmasszást olyan sokat nem csináltam, de a gyógynövények ereje ebben is biztos sokat számít.

Ahogy kipottyant Anna, hihetetlen megkönnyebbülést, és mint írtam csodálkozást éreztem, hogy ennyi volt és itt a kislányom. Gyorsan az ágyra segítetek ahol hanyatt feküdtem és azonnal a hasamra tették Annát egy takaróval betakarva, úgy hogy én kezeimet a takaró alá téve tudjam õt fogni, ölelni. Fel sem tudtam fogni, hogy itt van Õ, az én kislányom! Nagyon jó volt, amikor kibukkont felsírt, de utána csak csöndben feküdt, pihegett. Utána segített a dúla, hogy a cicihez elérjen és mindkét mellbõl sikerült is rögtön szopizni, hiszen ebben az elsõ, ún. ARANY órában a legerõsebb a szopási reflex ………. Elõször a két kezét bekapva szagmintát vesz a baba és utána bekapja a cicit! A kórházi rend szerint be kellett hívni a csecsemõs nõvért és szólni neki, hogy megszületett Anna, és nagyon rendes volt, kérdezte mikor jöjjön vissza, kértük legalább egy óra múlva, addig semmi ne történjen Annával, ne mossanak le róla semmit, ne fújjanak ki semmit sehonnan. Gyönyörû szép a magzatmáz és nagyon hasznos, attól ilyen gyönyörû az õ bõre is. Teljesen rendben volt a légzése is és a szopija is. Ilyenkor nincs szükség semmiféle leszívásra, a tüdõbõl kijön minden magától a szopival és légzéssel, ami kell.

Az idõ leteltével visszajött a csecsemõs, a dúla végigvette videóra a fürdetést, én pedig addig gyorsan lezuhanyoztam a rám száradt vért, a lábamról, magamról. Elõtte még megnézett a doktornõ és megállapította, hogy egy karcoláson kívül nincsen semmilyen sérülésem sem a hüvelynél, sem a gáton, így nincs tennivaló. Ez is óriási öröm és siker volt nekem-nekünk!

Aztán visszakaptam Annát megfürdetve, beöltöztetve és negyed 7-re vártuk Anyuékat, akik odajöttek a szülõszobához, hogy megpuszilhassák Annát. Megkaptam az ágyamat, Annát elvitték, hogy a gyermekorvos megvizsgálja. Születési súlya végül 3270 gr, hossza 55 cmlett a szerdán megjósolt 3,5 kg és 56 cm helyett. Akkor elvitték a csecsemõs szobába, hogy alaposan megvizsgálják, én pedig kicsit pihentem a szobában délig, amikor is érte mehettem és magam mellett tarthattam az ottartózkodás 3 napja alatt Annát.

Csak dícsérni tudok mindenkit a Szent Imre kórházban, a csecsemõsök kedvesek voltak, bár nekem volt fogadott csecsemõsöm így a többiekkel csak futólag beszéltem…. A felfogadott csecsemõs arra jó, hogy bejöhet a párod minden nap egy megbeszélt idõpontban, és a csecsemõs megmutatja a fürdetést, pelenkázást a helyes szopiztatást így együtt megtanulhattok mindent!! (Egyébként semmilyen hozzátartozó nem érintkezhet a babával a bentlét napjai alatt). Nagy nyugiban, és szerencsére a szülési hullámokat elkerülve 2 napig egyedül voltunk egy szobában, szép lassan szokva egymást! Anna rögtön jól szopizott, így elindította rendesen az elõtej (colostrum) után a normál tej termelését, az a második napon már keveredett is az elõtejjel. A mellem duzzadni kezdett, de nem volt semmiféle belövellés, ez is a megfelelõ szopi elõkészítésnek hála. Nem sárgult be, a kedd reggeli gyermekorvosi vizsgálat alapján mindene tökéletesen rendben volt. Kedden délben eljöhettünk a kórházból.

Azóta Anna már 1 hetes, nyugiban szokjuk az otthoni létet és nagyon boldogok vagyunk!!!!"

Mindenkinek nagyon szép szülést és várandósságot kívánok!

Anna & Enikõ