

Optymalne warunki narodzin



Emilia Lichtenberg-Kokoszka

Określenie optymalnych warunków narodzin wymaga uzyskania odpowiedzi na kilka pytań:

1. Dotyczących samego **dziecka**

Na jakim poziomie rozwojowym się znajduje?

W jakim stopniu dojrzałe są jego zmysły?

Czy i co czuje?

Jak przeżywa akt swoich narodzin?



Dopiero na tej podstawie możemy sformułować kolejne zapytania o to,

2. Jak powinny wyglądać **optymalne warunki narodzin**?

oraz o to,

Kto jest odpowiedzialny za ich stworzenie?

„Dojrzałość” rodzącego się dziecka.

Wrażliwość na ból

- to jedno z najbardziej dojrzałych doznań
- stopień nasilenia negatywnych doznań jest zależny od okoliczności ich zaistnienia =>
stworzenie optymalnych warunków narodzin zmniejsza negatywne doznania zarówno u rodzącej jak i u dziecka
- rodzące się dziecko wytwarza (podobnie jak rodząca) opiaty endogenne, takie jak beta-endorfina, w celu zminimalizowania cierpienia podczas narodzin
- ból jest wrażeniem wtórnym, częściowo opartym na uczeniu się docierające do niego bodźce mogą wywoływać u noworodka pozytywne lub negatywne odczucia



Ogólnie mówiąc możemy powiedzieć, że narodziny powodują pewien **dyskomfort**. Noworodkowi jest zimno, czuje się oślepiiony, ogłuszony dziwnymi piskami, w głowie mu huczy, a na dodatek rozciągają go, dotykają i przenoszą z miejsca na miejsce. Jeśli jednak nawet uznamy, że taki stan rzeczy powoduje **cierpienie**, to musimy mieć świadomość, że zapisywane jest ono raczej w podświadomości, nie w świadomości, co oczywiście niesie za sobą określone konsekwencje. Niemniej jednak względy humanitarne nakazują nam **minimalizowanie negatywnych doznań** docierających do **noworodka**, będącego przecież **istotą obdarzoną zdolnością odczuwania**.

Z tego wynika konieczność bliższego przeanalizowania czynników mogących pogłębiać negatywne doznania towarzyszące narodzinom.



Zmysły

To co powoduje bezmiar cierpień podczas narodzin to ogrom przeżyć, ich różnorodność, traumatyczne bogactwo. Noworodek bowiem czuje wszystko – całkowicie, bez wyboru, bez filtru, bez selekcji. Świeżość i ostrość zmysłów w połączeniu z tym, że doznania nie są jeszcze uporządkowane w spostrzeżenia powoduje, że stają się one silniejsze, gwałtowniejsze, nie do zniesienia.

Ponadto, rodząc się dziecko trafia w mało znany świat kontrastów, gdzie wszystko jest dobre lub złe, ciepłe lub zimne, przyjemne lub nieprzyjemne, suche lub mokre... Na domiar złego, wszystkie jego wrażenia ulegają przemieszaniu. „Czuje smak głosu swej matki, zapach dotyku jej ręki, czuje dotyk jej obrazu.”



- By oszczędzić mu nadmiaru doznań, trzeba noworodkowi odśłaniać świat stopniowo, powoli. Dostarczać tylko tyle nowych doznań, ile może „unieść”, zachowując jednocześnie więź z przeszłością

Wzrok

- noworodkowi prawie każdy rodzaj światła wydaje się nieprzyjemny – dlatego też w szpitalu rzadko można zobaczyć noworodka z otwartymi oczami, a sądząc po jego reakcji na blask latarki, nawet zamknięcie oczu nie zawsze eliminuje przykrość.

Słuch

- noworodek zmęczony hałasem wynikającym z fizjologii porodowej, przerażony jest raczej nie natężeniem dźwięków, ale ich odmiernością, nowością, obcością.

Powonienie

- pozostawienie dziecka bezpośrednio po narodzinach w nagich objęciach mamy oraz jak najszybsze przystawienie go do piersi pozwala noworodkowi poczuć się bezpiecznie w znanym, rozpoznawalnym otoczeniu smaków i zapachów

Dotyk

- ciało noworodka, dotychczas, zwinięte w kłębek w ciasnym pomieszczeniu – teraz na wolności, niczym nie ograniczone, jakby zawieszona w próżni, bez podparcia – to przerażająca pustka, traumatyczny brak poczucia bezpieczeństwa

Przyjazne bakterie

- Najprostszym sposobem skolonizowania dziecka właściwymi mikroorganizmami jest po prostu umieszczenie noworodka w nagich ramionach matki



Oddychanie = NARODZINY

- To poprzez oddech dziecko przekracza próg – z płodu staje się noworodkiem. Zanim w pełni, samodzielnie zacznie oddychać – jest w drodze – rodzi się. Tak jak kobieta rodzi dziecko poprzez wydalenie go ze swojego ciała na zewnątrz, tak **noworodek rodzi się podejmując „dorosłe” oddychanie – za pomocą płuc**. Kiedy kobieta cieszy się, że już po wszystkim, że urodziła, tak naprawdę dziecko dopiero zaczyna się rodzić
- Najlepiej urodzone dziecko, to dziecko urodzone naturalnie, bez ingerencji z zewnątrz, w jego własnym tempie. Nie popychajmy go, nie ponaglajmy. Pozwólmy urodzić się swoim rytmem.
- To trudne. Bardzo trudne. Boimy się, że jeżeli noworodek natychmiast nie zacznie oddychać, to umrze. Cierpliwe czekanie oznacza dla nas, dorosłych (zwłaszcza zawodowo przygotowanych lekarzy i położnych) –igranie ze śmiercią.



„W czasie życia płodowego rolę płuc dziecka sprawuje łożysko. Podczas niebezpiecznego przejścia, jakim są narodziny, natura podwójnie zabezpieczyła je przed groźnymi skutkami niedotlenienia. W chwili narodzin (czyli po wydostaniu się z ciała matki a zanim w pełni, samodzielnie podejmie oddychanie) zaopatrywane jest ono w tlen równocześnie przez łożysko i przez płuca.

- Dwa systemy pracują razem. Jeden „przejmuje pałeczkę” po drugim. Stary system – łożysko i pępowina – zaopatruje dziecko w tlen aż do chwili, kiedy nowy system – płuca – całkowicie przejmą zadanie. Krew ma czas na opuszczenie starej drogi i stopniowe podjęcie krążenia płucnego. Jednocześnie w sercu zamyka się otwór. Stary szlak zostaje ostatecznie zamknięty. Noworodek zaopatrywany w tlen z obu stron przechodzi z jednego świata do drugiego stopniowo, powoli.



A dziecko?

Dziecko rodzi się powoli, wg własnego rytmu. Bez krzyku. Jego klatka piersiowa, aż dotąd spłaszczona, rozpręża się nagle. Tworzy się próżnia. To **pierwszy wdech**, który jest aktem biernym. Płuca, jakby zranione, oparzone – odpowiadają wydechem. Dziecko „szaleńczo wyrzuca powietrze. To krzyk. I często wtedy wszystko się zatrzymuje. Dziecko, jak gdyby osłupiałe z tak wielkiego bólu, robi przerwę. Zdarza się, że przed tą przerwą krzyknie dwa lub trzy razy. W obliczu tej pauzy jesteśmy oszołomieni, przerażeni. (...) Ufając naturze i potężnym uderzeniom pępowiny – powstrzymujemy się od interwencji. I... widzimy jak oddech powraca samorzutnie. Najpierw niepewny, ostrożny, jeszcze z przerwami. Dziecko zaopatrywane w tlen przez pępowinę, odnajduje swój rytm. A <oparzenie> udaje się znieść... Malec zatrzymuje się znowu. Zaczyna po raz wtóry... Przyzwyczajają się, zaczyna oddychać głęboko. I wkrótce polubi to, co tak mocno go zraniło. Upływa trochę czasu – i mamy oddech pełny, szeroki, wolny i radosny. (...) Do tego oddechu dołączają się odgłosy wydawane przez dziecko wargami, nosem, gardłem.,,

- F. Leboyer: Narodziny bez przemocy



Cóż stanie się, jeśli przetniemy pępowinę bezpośrednio po wyłonieniu się dziecka z ciała matki?

- Mózg brutalnie pozbawiony tlenu, układ alarmowy wprawiony w stan ostrego pogotowia. reakcję całego ciała – mimika, gesty, krzyki – wyrażają ogrom paniki i wysiłków by przeżyć. Oddychanie włącza się jako odpowiedź na agresję, na stan zagrożenia życia. Oddychanie – to raniące płuca, powodujące nieopisany ból – to okropna ostateczność. „Dziecko dobija do naszego brzegu jak rozbitek z katastrofy. Budzi się na naszym świecie, jak się wychodzi z koszmaru”.



Podczas tych kilku minut noworodek jest zawieszony pomiędzy dwoma światami – rodzi się ze starego życia do nowego – następuje przeistoczenie gąsienicy w motyla. Motyl walczy by wydostać się z kokonu. Gdy rozetniemy kokon, by ułatwić motylowi wydostanie się – on umrze. I motyl i dziecko potrzebują więc czasu i... naszej cierpliwości, jakże trudnej do zrealizowania we współczesnym, zaganianym świecie.





Pozwólmy motylom dojrzewać w ich własnym tempie