

Novinka: i v Česku už si můžete sehnat pomocnici na dobu kolem porodu

Radka Wallerová

Měli jste někdy pocit, že v době, kdy se narodilo dítě, jste to tak docela nezvládali? Odborná péče byla v pořádku, ale cosi jako by chybělo? Případně vás porod teprve čeká a máte strach, jak to všechno ustojíte? Pak je tu řešení: dula.

Dula zní poněkud cizokrajně, ale není to nic složitého. „Jde o ženu, která pomáhá rodičce, a to nejen v době porodu, ale i před ním a po něm.“ vysvětluje Míla Kramná z České asociace dul. Právě tato organizace dula v Česku školí a zároveň je kontaktuje s budoucími rodiči. Jak to vypadá v praxi? Představte si typickou českou porodnici: na lůžku leží rodič žena, lékař je kdesi na lékařském pokoji, protože není třeba nic řešit, porodní asistentka průběžně kontroluje hned několik rodiček, budoucí otec je poněkud nervózní. Žena má bolesti, a už uprosířed lidí, cítí se trochu sama... Pokud s ní bude dula, bude tam celou dobu jen a jen pro ni. Vyslechne její přání, obavy, utěší ji či je sdělí personálu a tak dále.

Vliv na budoucí život

Úkolem dul není řešit zdravotní problémy, či dokonce vést porod, ale už v porodnici či doma. Mohou samozřejmě poradit, pokud je o to žena požádá, ale jejich hlavním zájmem je psychologická podpora. Proč je to tak důležité, když stále existuje nemalé žen, které tvrdí, že prvoroáde je pro ně ztrávi

Co je to dula?

- dula je starý řecký název, jde o speciálně vyškolenou ženu, jež poskytuje především psychologickou pomoc rodiči matce a celé rodině
- poskytuje emocionální podporu a potřebné informace během těhotenství, porodu a šestinedělí
- její hlavní úkol spočívá v psychologické i fyzické podpoře ženy během porodu, může ji mimo jiné dávat masáž, pomáhat při volbě polohy a dalších nefarmakologických prostředků během porodu
- neposkytuje zdravotnické služby, v zádném případě nezasahuje do práce porodních asistentek ani lékařů, spolupracuje s nimi, stejně jako s rodinou
- usnadňuje komunikaci mezi rodiči a zdravotníky
- může do rodiny chodit i po narození dítěte a pomáhat při kojení, předává zkušenosti s péčí o dítě
- poskytuje drobnou pomoc v domácnosti
- Kontakt: <http://www.ro-dinac.cz/duly>

to byl člověk, který vám takzvané „sedne“.

„Jako je jiná každá maminka, tak ani dully nejsou identické. Porod je intimní a velice křehká událost, kde záleží i na tom nejmenším detaile.“ uvádí na svém webu Katerina Minková z Litoměřic, jedna z českých dul.

Je proto důležité se dully vyptávat na vše, co vás okolo porodu

kterou může nahradit lékař či porodní asistentka.

Kde je najít?

Zatím dully nepůsobí ve všech městech, ale lze se s nimi kontaktovat právě přes zmíněnou asociaci. Pokud jste se rozhodla, že by dula pro vás byla to pravé, a je-li to možné, promluvte si hned s několika z nich, protože v tomto případě je velmi důležité, aby

dítěte a že to, jak se cítily během porodu, je vedlejší?

„Některým ženám přijde, že není dobré starat se jen o sebe a ne o dítě, ale tak to není, protože tože dobrý psychologický stav usnadňuje porod.“ vysvětluje Míla Kramná.

Zkušenosti žen, které rodily s dulam, lze přitom shrnout asi takto: jejich podporu velmi oceňují a šlo o jiný druh péče, než

zajímá, na její zkušenosti, na to, zda ve stejné době nepečuje o další matku, a nehrozi proto, že se k vašemu porodu nedostane, a v neposlední řadě i na cenu za její služby. Ta se pohybuje zhruba okolo dvou tisíc korun za celou péči v době před porodem, během něj i po něm. Také je třeba si ověřit, zda přítomnost dully u porodu umožňuje i vami vybraná porodnice.

MEEY