

BIBIANA DRÁPALOVÁ PALIŠKOVÁ

➔ Porodní přání/plán



Jak chci, aby porod probíhal? Co vše si můžu přát?

➔ Co se děje s myslí a tělem během porodu



Co se děje s tělem i myslí ženy při porodu? Jak porod probíhá?

➔ Jak připravit muže na porod



Co vše potřebuje muž vědět o porodu.

➔ Relaxace, hypnoporod, orgasmický porod



Jak se uvolnit a prožít porod jinak.

➔ Jak (ne)rodí muži



Jak podporovat rodící ženu.

Bc. Bibiana Drápalová Pališková
+420 774 868 384
Bibiana.dp@jemnezrozeni.cz
Centrum podpory přirozeného porodu (CPPP)
Neředínská 7/48,
779 00 Olomouc
www.jemnezrozeni.cz



Bibiana je mámou dvou dětí, porodní asistentkou v porodnici Šternberk, porodní bábou, lektorkou Jemného zrození, specialistkou na zpracování placenty. Ráda naslouchá druhým lidem. Předává informace, které rodinám mohou změnit „směr cesty“ a následně je tou cestou doprovází. Je přítomna u spousty nádherných zázraků. V projektu Rodina v klidu je Bibiana lektorkou besed na téma porodu a předporodní přípravy.

Jaká je z Vašeho pohledu porodní asistentky role muže u porodu? Co byste mužům, kteří se na tuto událost chystají, doporučila? A je vůbec nyní v době koronaviru přítomnost muže u porodu běžná?

Žádný virus nezmění fakt, že v Česku je muž nedílnou součástí porodu. V Mexiku je nepostradatelnou součástí porodu babička. Každá národnost to má jinak. Pro ženu je tou nejbližší osobou muž, který svou ženu zná nejlépe. Je jedním z pilířů, který podporuje svou přítomností přirozený porod. Vyvolává v ženě hormon lásky - oxytocin. Žena mu důvěřuje. Jen on ji může nejlépe opečovat po její psychické, ale i fyzické stránce. Chce-li být muž dobře připravený ženu doprovodit ke zrození jejich dítěte, musí i on o porodu znát fakta. Jak probíhá fyziologický porod, jaké intervence ze strany zdravotníků za daných situací mohou přijít.

Jde nějak stručně shrnout, co se děje s myslí a tělem ženy během porodu? A co jí může pomoci, aby porod lépe prožila?

Mysl ženy se v aktivní fázi porodu dostává do „jiného stavu“ než je její běžné vnímání skutečností. Žena v tuto chvíli má používat jen svůj primitivní mozek a nezapojovat neocortex. Nemá být vyrušována dotazy a nemají být oslabovány její instinkty. Jede na vlně

hormonů a velkého množství emocí. Ty mohou být jak pozitivní, tak negativní. Pokud si umí odůvodnit příčinu a důvod svých pocitů, má vyhráno, protože dokáže bravurně pracovat s bolestí, která většinou ženu může překvapit a oslabit.

V rámci besed se objevila i témata jako hypnoporod a orgasmický porod. Mohla byste nám přiblížit, o co se jedná? A jaká je k tomu potřebná příprava?

Ať už techniky hypnoporodu, tak orgasmický porod má každá žena v sobě. Pokud chtějí ženy prožít jeden z těchto porodů, stačí si uvědomit, o čem porod je. O vědění, uvolnění, správném dechu, mít přání, věřit si a mít pozitivní smýšlení o porodním ději. Více věřit instinktivním vzorcům. Nebo si mohou nechat poradit jak na to prostřednictvím předporodních kurzů, např. Jemného zrození – Hypnoporod.

Zlepšují se v našich porodnicích podmínky u porodu? Z jakého posunu za poslední dobu máte v této oblasti radost?

Za sebe mohu mluvit o naší porodnici Šternberk. Byla vždy považována za porodnici „rodinného charakteru“. Menší, ale velmi kvalitní na poskytování služeb ženám. Je zde kladen důraz na přirozený porod. Vidím obrovský posun v individuální péči porodních asistentek. Více se s ženami správně komunikuje. Nabízejí se jim „babské“ postupy – bylinná napářka, masáže speciálně namíchanými oleji, blahodárné účinky vany, podporujeme intimitu porodu aj. Každá žena však netouží po přirozeném porodu bez medikace a na to bereme také ohled.

Já osobně mám největší radost ze svých kolegyně, které mají svou práci velmi rády a chtějí se posouvat dál ve vzdělání a možnostech, jak jinak ještě pečovat o těhotné ženy.

Děkujeme za odpovědi i zapojení do projektu.