



MUŽI U PORODU

Bibiana Drápalová Pališková

Bc. Bibiana Drápalová Pališková je mámou dvou již velkých dětí, od roku 2000 porodní asistentkou v porodnici Šternberk, porodní bábou pečující o ženy v jejich různých životních situacích, lektorkou hypnoporodu u 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 lektorkou besed na téma porodu a předporodní přípravy.

Během posledních let se přítomnost muže u porodu stala téměř normou. Čím si to vysvětlujete?

Dříve muži méně vyjadřovali své emoce, nebyli součástí péče o děti, plnili povinnou vojenskou službu. Toto je doba minulá a nic z toho většina mužů již nepodporuje. Vždy však záleží samozřejmě i na konkrétní nátuře muže. Dříve striktně rozdělené mužské a ženské „povinnosti“ se v dnešní době potírají a i muži se nyní dokážou dokonale postarat o domácnost a pečovat o děti. Nedělá jim problém přebalit dítě, navařit. A tak se plynule stali i součástí porodních sálů a doprovázejí své ženy k porodu jejich dítěte. Chtějí být součástí nejenom plazení, ale i jejich rození. Přijímají svou přítomnost jako přirozenou věc. Touží být součástí prvního nadechnutí svého potomka. Jsou nápomocni své ženě u porodu a vytvářejí tak pro ženu bezpečné prostředí a oporu. Kolikrát se stávají takovou doulou své ženě. Osobou, která ji podpoří jak psychicky, tak dokonale opečuje i na těle.

Jaká je z pohledu porodní asistentky role muže u porodu?

Role má muž neskutečně mnoho. Nejpodstatnější je skutečnost, že právě muž může ovlivnit, jaké bude zrození jejich dítěte. Žena v jeho náručí cítí pocit bezpečí, právě on v ní může stimulovat hladinu oxytocinu, hormonu lásky, bez kterého by žena neměla stahy. Svou láskou, péčí, něžností může ovlivnit fungování těla své rodící ženy. Na vlastní oči jsem mnohokrát viděla, jakmile muž ví, jak s ženou pracovat, může si žena dovolit nerušeně rodit a vše jede na její hormony, bez potřeby pomáhat a zasahovat do porodu intervencemi a léky. Muž tvoří bezpečné a příjemné prostředí, může to být zajištění tlumeného světla, meditační hudby a příjemné vůně v místnosti. Sleduje a zajišťuje příjem tekutin a jídla. Pomáhá ženě hledat vhodné polohy pro porod, kolikrát je tou pevnou skálou, která ji musí podržet v pozici, kterou právě pro porod potřebuje. Muž komunikuje se zdravotníky a poskytuje jim aktuální informace o ženě. Stimuluje svým dotekem tělo ženy a dokáže ho





dokonale uvolnit pomocí masáží. Splyne s ženou a jejími potřebami a jsou potom jako jedno tělo.

Co byste doporučila mužům, kteří se chystají být u porodu? A co jejich partnerkám?

Miluji porody párů, kdy oba vědí, co porod obnáší a jaké má fáze. Miluji, když muž dokáže potlačit svůj testosteron, protože si uvědomí, že teď sem nepatří. Je tu teď pro svou ženu, která před ním stojí nahá a velmi zranitelná. Buď má muž tuto schopnost v sobě přirozeně, anebo se může k vědomému přístupu k porodu připravit na kurzech předporodní přípravy. Osobně vedu kurzy s hypnoporodními technikami a jak první hodinu jsou muži skeptičtí, tak následuje prolomení jejich nedůvěry a přichází spousta aha momentů, které právě vedou k jejich obrovské sebedůvěře ve svou roli muže u porodu. Ženám bych doporučila cíleně ale jemně zasvěcovat své muže do tajů porodu, ženského těla a mysli. Otevřeně mluvit o svých pocitech a přáních, co se týká péče v těhotenství a průběhu samotného porodu.

Může být za nějakých okolností přítomnost muže pro průběh porodu naopak komplikací? Jak tomu lze předejít?

Nahrává mi to na odpověď, že komplikací mohou být komplikovaní muži, sebestřední a lhostejní. Muži, kteří si myslí, že porod je jen ženská záležitost, nebo dokonce není porod pro ně důležitý. Hledí více na svou sexualitu, na své strachy. Mělo by být na ženě, jestli takovou oporu chce mít u porodu. Takovým mužům bych doporučila mužské kruhy, terapeuta, rozhovor třeba s porodní asistentkou, anebo kvalitní předporodní přípravu.

Můžete se s námi podělit o některý z porodních příběhů, který jste v poslední době zažila, kdy přítomnost muže výrazně ovlivnila průběh porodu?

Fascinují mě porody orgasmické, které je možné zažít i v porodnici. Tyto porody jsou o naprosté důvěře v samu sebe, o uvolnění ženy, o dokonalých dotecích muže. Jsou to porody, u kterých se minimálně mluví, jen se prožívá daný okamžik. Muži jsou ti, kteří tam vytvoří nádherné zázemí a atmosféru. Cítím se tam kolikrát nepatříčně, jen klopím zrak.

Nedávno jsem zažila velmi rychlý porod, který nakonec proběhl u ženy doma. Dala jsem muži do ruky rebozo šátek a požádala ho o pomoc s narotováním miminka do pánve ženy. Já v tu chvíli potřebovala mít ruce na ženě. Díky jeho dokonalé pomoci měla žena porod jednodušší a bez komplikací, které tam díky poloze miminka hrozily.

Obdivovala jsem muže, který po celou dobu první i druhé doby porodní s ženou nahlas dýchal a pomáhal jí s tempem dechu. Porod byl delší, muž nepolevoval ve svém odhodlání, co nejvíce své ženě pomoci. Bylo to dokonalé a ženě jeho dech velmi pomáhal.

Jsem vděčná za muže, kteří se v tématu porodu vzdělávají a vědí, že během porodu má žena transformační krizi, kdy si sáhne sama na smrt. Vědomí muži se nezaleknou v tuto chvíli a nežadají k utišení analgetika pro svou ženu, ale přesně vědí, jak jí s krizí pomoci. Převědou ji na „druhý břeh“ a ona je díky muži ještě silnější ženou, v tu chvíli cítí, že zvládne naprosto cokoli. Je to od mužů veliký dar, kterým mohou ženě změnit život.

Na porodu záleží, to by si měly uvědomit všechny těhotné páry.

