

Dlouhá 3458/2A
400 01 Ústí n. Labem
tel.: 478 636 111
redul@mfdnes.cz

Předplatné
a distribuce: 225 555 522
Inzerce: 478 636 313

Severní Čechy

Lékaři na mě zprvu koukali jako na zjevení, říká mladá dula

Eliška Pláničková provázela porodem už desítky žen z celého kraje. Poskytuje jim psychickou a emocionální podporu, bojuje za jejich klid. Lékaři si na ni prý už zvykli.

Míchal Dvořák
redaktor MF DNES

LIBOCHOVANY Porod jako harmonický, či dokonce příjemný zážitek? Podle Elišky Pláničkové, která coby dula provází ženy nejdůležitějšími okamžiky jejich života, to není nemožné. „K harmonickému porodu potřebuje žena jen pocit klidu, bezpečí a podpory. Mnohé nemocnice to však stále nedokážou poskytnout,“ říká 33letá dula z Libochovan na Litoměřicku, která stála po boku už více než 50 rodičkám z celého kraje.

Dula je pro mnoho lidí neznámá profese. Co všechno obnáší?

To, co je samotným významem původně řeckého slova dula. Znamená to otrokyně. Zatímco porodní asistentky dohlíží na rodičku po fyzické stránce, dula se stará o psychickou a emocionální pohodu. Všechny ženy chtějí porodit, ale každá potřebuje něco jiného. Já se jim snažím v průběhu těhotenství a porodu porozumět, přizpůsobit a jejich přání vyplnit nebo jim ho pomoci prosadit.

O jaká přání jde?

Většinou ženy nechtějí být při porodu napíchané chemií, chtějí ho prožít přirozeně. Neustále se také praktikuje zakázaná Kristellerova exprese, kdy se naléhá na břicho. Ženy mají také obavu z preventivního nastřížení rodidel, což se často děje u prvoroďček. Nejčastějším přáním rodiček je pak takzvaný bonding, jde o prvotní navázání vztahu matky s dítětem. Miminko je hned po porodu položeno na břicho matky. Měření, vážení či oblékání dítěte, to vše může poškodit. Takové věci se snažím ohlídat a upozorňovat, že si to žena nepřála. Je velmi důležité, aby zdravotnický personál rodičku informoval o zamýšlených zákrocích a dal jí zároveň prostor se rozhodnout.

A daří se to naplňovat?

Daří. Předpokladem je, že ženy jsou informované, takže se s nimi lékaři snaží na všem domluvit a jednotlivé

kroky jim vysvětlit. A na druhé straně i lékaři kvitují, že ženy chodí připravené a vědí, co porod obnáší.

Jaká byla v nemocnicích situace v době, kdy jste k porodu doprovázela svou první klientku?

To bylo asi před šesti lety a lékaři na mě koukali jako na zjevení. Personál mě ignoroval, jako bych tam nebyla. Některé chvíle byly opravdu nepřijemné, ale v kurzech se dula učí, jak mají na takové situace reagovat. Teď už jsme se naučili spolupracovat. Porodních asistentek je málo, takže jsou i rády, že se starám o rodičku, když musí k dalším dvěma na příjem.

Takže si s porodními asistentkami nekonkurujete?

Kdepak, doplňujeme se. Dnes už většinou zdravotníci vědí, že dula mohou být přínosem. Ideálně jsme tým, jehož cílem je dobrý a zdravý porod. Dula k němu pomáhá tím, že vytváří bezpečný a klidný prostor. Právě v klidu se totiž uvolňuje hormon oxy-



Dnes už zdravotníci většinou vědí, že dula může být přínosem. Pomáhá tím, že vytváří bezpečný a klidný prostor. Když je nutný akutní zákrok, do práce se jim nevměšuje.

tocin, který je pro hladký porod zásadní. Jeho produkci v první fázi porodu naopak blokuje adrenalin, který se vyplavuje ve stresu, při změně prostředí nebo v přítomnosti mnoha lidí. V závěrečné fázi porodu je ale zase důležité jeho navýšení, aby miminko mohlo ven.

Co je podle vás největším nešvarem českého porodnictví?

Slabý respekt k ženě jako k samostatné myslícímu živému tvoru. Těhotná žena je bohužel ještě stále často považována za nesvéprávnou a hysterickou osobu a těhotenství a porod za jakýsi druh nemoci. Je to způsobené přetrvávajícím nevyváženým vztahem lékař - pacient. Rodička také někdy slyší věci, které by slyšet neměla, často ji přesouvají z místa na místo, chodí se na ni koukat neznámí lidé. Když se rodí slůně, tak se na dva dny zavře výběh, v porodnicích k vám ale



Šťastné chvíle Certifikovaná dula Eliška Pláničková (vpravo) dojíždí s rodičkami do nemocnic v Ústí nad Labem, Roudnici, Litoměřicích či Mělníku. Za svou pětiletou praxi doprovázela u porodu přes 50 žen, poskytuje jim i laktační poradenství. Je také místostarostkou Libochovan. Foto: archiv Elišky Pláničkové

klidně nakráčí několik cizích lidí, i když zrovna ležíte na koze s roztaženými nohama. Musím ale zmínit, že za mnoho problémů může nedostatek personálu. Lidé v nemocnicích jsou přetížení.

A také na nich leží velká zodpovědnost. Nastanou chvíle, kdy musíte rodiče vysvětlit, že nějaký zprvu odmítaný zákrok je pro její dobro?

I takové chvíle nastanou. Porod je dynamický proces a krizové situace k němu patří. Lékaři ale často hledají patologie tam, kde nejsou. Na medicínu se to tak učí. Přitom mnohdy stačí jen ponechat věcem a dějům víc času. Roli v tom hrají i peníze, protože každý výkon je hrazený, každé vyšetření je proplácené. U přirozeného a správně probíhajícího porodu přítomná žena potřebuje především klid, bezpečí a podporu. Ve chvílích, kdy je potřeba akutní odborný zákrok, se ale dula do práce zdravotníků nevměšuje.

Jste matkou tří dětí. Jak probíhaly porody u vás?

Poprvé jsem se odevzdala do rukou personálu porodnice a nedopadlo to nijak hezky. Začala jsem se pak do hloubky zajímat, zda by mohl porod probíhat i jinak. Došlo mi, že nejde o nic strašného a krvavého, jak máme často vsugerováno. Tak jsem na tom pracovala a podruhé už byl porod radostný okamžik. Potřetí jsem rodila

doma, měla jsem u sebe porodní asistentku, dula i muže a bez jakýchkoli rušivých podnětů jsem porodila velmi uvolněně.

Jste zastánkyní domácích porodů?

Jsem zastánkyní toho, že ženy mají mít možnost volby. Jde o to, jak je nastavená zdravotnická péče. Například v Nizozemsku rodí třetina žen doma a není s tím problém. Těhotnou ženu sleduje porodní asistentka, a když vybočí z normálu, tak přejde do péče gynekologa. Pokud se objeví komplikace, která by ženu nebo dítě mohla ohrozit, tak je domácí porod vyloučen. U nás možnost volby není a porodním asistentkám hrozí za porody doma milionová pokuta.

Zmínila jste, že jste se při porodu cítila krásně a uvolněně. Je vůbec porod bez bolesti možný?

Jako dula jsem byla zhruba u 50 porodů a zažila jsem několik žen, které necítily žádnou bolest, usmívaly se a porodily jemně a hladce. A byly to prvoroďčky. Přijde mi důležité, aby se ženy v porodnicích zbytečně nemrzaly, aby si neodnášely traumata, která se pak vepišou i do dítěte. Když se dnes lidé pídí po svých psychologických či fyzických obtížích, tak při terapiích často dojdou k tomu, že jejich porod stál za starou belu. Proto jsem také začala tuto práci dělat. Věřím, že díky harmonickým porodům může být svět o kousek lepší.

Primář: Pokud jsou duly rozumné, vítám je

ROUDNICE NAD LABEM Duly u porodu nejsou nic nového. Jejich funkci po staletí zastávaly porodní báby, které nastávající maminku na porod připravovaly a pomáhaly jí i po něm. Přesto nebyl příchod novodobých dul do moderních nemocnic bez komplikací a řada lékařů je dodnes vnímá jako rušivý element, ačkoli jsou pro svou práci speciálně vyškolené.

Jedním ze zdravotnických zařízení, která s dulaми naopak dlouhodobě spolupracují, je Podřípská nemocnice v Roudnici nad Labem. „Naše zkušenost s dulaми je velmi pozitivní. Jsou většinou kooperativní a rodičkám přinášejí morální podporu. Pokud nastane stresová situace, která by rodičku mohla zneklidnit, tak jí dodávají potřebnou odvalu i uklidnění,“ vyzdvihuje přirodnicke primář gynekologicko-porodnického oddělení Podřípské nemocnice.

Zároveň však upozorňuje, že pravomoci dul u porodu jsou minimální. „Dula nemá právně žádnou smlouvu s porodnicí, a tudíž nemá žádné právo určovat či ovlivňovat práci porodního asistenta. Dula je

od toho, aby rodičku vedla a podporovala po psychické stránce, ale na průběh porodu nemá vliv, protože to je jednoznačně v kompetenci porodního asistenta,“ připomíná Havlík.

Důležité proto podle něj je, aby si po příchodu do nemocnice rodička, dula i porodníci vyjasnili všechny náležitosti porodu. „Některé věci se rodičky snaží prosazovat, protože mají třeba zkrleslené představy. Ještě před začátkem samotného porodu proto vše objasňujeme a vysvětlujeme, abychom předešli konfliktům.“

Podle autorů knihy Porod s dulaми snižuje přítomnost vyškolené dula u porodu počet císařských řezů o 50 %, délku první doby porodní o 25 %, použití kleští o 40 %, žádosti o epidurální anestezii o 60 % a užívání léků proti bolestem o 30 %.

„Přestože duly nemohou nahradit standardní péči o těhotnou, která je v kompetenci porodníků, jejich přínos je nesporný. Tedy pokud jsou rozumné, nesnaží se vyvolávat konfliktní situace a chápou své postavení a zodpovědnost porodníků,“ dodává Jan Havlík. (dv)

Od výstav po filmy. Začíná festival Obnažení

CHOMUTOV Třináctka jako nešťastné číslo? Kdepak, zdroj inspirace. Při třináctém ročníku uměleckého festivalu Obnažení v Chomutově je hlavním tématem právě číslo 13.

„Třináctka je vnímána jako nešťastné číslo, evokuje třeba třináctou komnatu. Chomutov a lidé v něm mají takových třináctých komnat nespočet. Obnažení ale ukazuje, že Chomutov je také městem s pozitivní energií, která dokáže uchvátit nejen diváky, ale také umělce, kteří do Chomutova přijíždějí. Myslím, že přes Obnažení se dá zažít Chomutov hodně jinak než obvykle,“ říká spoluorganizátorka festivalu, výtvarnice Jana Nuslauerová. Diváci ode dneška až do příští soboty

uvidí desítky různých akcí, od výtvarných výstav přes koncerty a jógu pro děti až po premiéru filmu, který vzniká během jediného týdne.

Film bude výsledkem filmařské dílny, kterou inicioval Miroslav Koranda, jeden z pořadatelů. S dalšími členy týmu napsali scénář a teď se film připravuje.

„Jak bude vypadat, zatím nikdo neví. Téma je ale jasné: silnice číslo 13 protínající Chomutov,“ uvedl před začátkem natáčení Koranda.

O zahájení festivalu se postarají dnes v 10 hodin děti, pro které je připraven kurz jógy v domě Salvé. Prvním z vrcholů multizánrového festivalu je dnes v 18 hodin vernisáž výstavy Třináct, která probíhá ve Sklepe-

ních Osudu v restaurace U dvou rytířů. „Část výstavy je dílem našich členů podle jejich zaměření. Dan Černý ukazuje fotografie, Josef Šporgy své sochy, výtvarnice Jana Nuslauerová obrazy, Jan Chabr komiks. Přizvali i další autory, kteří se představí dvěma až třemi svými díly s tématem čísla 13,“ vysvětlila další z organizátorek Klára Alexová. Chomutovská rodačka působí jako výtvarnice v Amsterdamu, na festival Obnažení každý rok přiváží řadu umělců, s nimiž se během roku seznámila.

Výsledkem má být další zajímavý ročník festivalu, který ukazuje méně obvyklé formy umění a dává lidem možnost se přímo do tvorby zapojit - to je případ workshopů pro děti i do-

spělé. Připravený je i souboj místních výtvarníků v pondělí, literární večer v úterý či ukázky filmařů ve středu. „Festival vyvrcholí 15. srpna, kdy Klára Alexová a Fabian Holle vystoupí s vizuálně tanečním projektem,“ říká další z pořadatelů Miroslav Koranda. – **Tomáš Kassal**

INZERCE

Knihy a časopisy

Koupím i LP. T: 603469105

Koupím

Knihy, LP. T: 603469105



Sticker Hru o tom, jak moc se dva lidé milují, takže toho o sobě ví tolik, až se nenávidí, uvedou Jan Bárta a Halka Třešňáková. Foto: Divadlo Alfréd ve dvoře