

Неочаквано добра комбинация

Модерната напоследък професия „дула“ е нещо средно между адвокат, психолог и личен масажист на бременната жена

Преди година появата на малкия Януш-Ноел от Габрово обърка модерните ни представи за раждане. Новината за бебето, което дойде на бял свят под звуците на Adagio на Томазо Албинони във ваната на родителите си, обиколи страниците на вестниците и препълни с коментари форумите на бъдещите майки. Острите реакции се нажежиха до червено през четирите дни, в които пълната връв и плацентата на Януш останаха накиснати в тава с морска сол. Историята приключи бързо и за щастие с щастлив край – на петия ден пълната връв изсъхна и падна сама пред смаяните погледи на социални служители, доктори и полиция, но остави след себе си отворен въпроса готово ли е обществото ни за модерните напоследък желания на жените да раждат в нестандартни пози, без медикаменти, докато над главата им бди някаква дула?

ЕЛИЦА ДИМОВА

Днес Януш-Ноел от Габрово е нормално здраво момче, което расте на село в компанията на две кучета, няколко кобилци, коза на име Фрида фон Боца, шест котки и други домашни животни. Заради натрупаните реакции около раждането му на жени като Олга Дукач редовно им се налага да дават обяснения, когато споделят гласно, че са професионални дули. „Крайности винаги има. Историята на Януш беше доста радикален отговор на всичко онова, което се случва в болниците. И днес заради подобни истории хората си представят дулите като шамани, които отричат медицината и израждат сами бебета вкъщи. Нищо подобно – те стоят някъде по средата. Лично аз не бих присъствала на подобно раждане, защото крие риск“, споделя единствената сертифицирана и

практикуваща дула у нас.

Професията ѝ се оказва неочаквано добра комбинация от уменията на психолог, личен масажист и адвокат на бременната. Според 29-годишната Оля дулата балансира между естествените желания на жената да роди детето си нормално и действията на медицинския екип в болницата. „Първото и основно правило е, че тя никога не се намесва в работата на докторите, а само успокоява и подкрепя родилката. Тя е нещо като адвокат на жената – „превежда“ на достъпен език всичко, което тя не разбира, и защитава желанията ѝ без излишни рискове за здравето“, допълва тя.

Новата глумичка, която от няколко месеца си проправя път у нас и

предизвиква смесени чувства

всъщност не е нова. Откакто свят све-



Приятелството между дулата и бременната не е задължително, но при Оля се случва винаги

тува, жени помагат при израждането на бебета, а в Щатите от почти 40 години професията на дулата се радва на особена почит. Според Оля значението на думата (doula от гръцки – помощница, б.а.) най-вярно обяснява нейната професия. „Съществува интересна тенденция – там, където обучението на акушерките е добро и личният контакт между тях и родилките е силен, дулите не са популярни. В Холандия например се практикува домашно раждане и именно акушерките изземват много от функциите ни. В Щатите пък, където раждането е по-медиализирано, дулите са нещо обичайно“, обяснява Дукач.

Най-често причината една жена да реши да стане дула е преживяното по време на собственото ѝ раждане. Това се случва и с Оля, която днес се радва на две момчета – 5-годишния Андрей и 3-годишния Александър, но не и на спомените от



© МИРА КОНСТАТИНОВ

родилната зала. Стриктната и изпълнителна финансистка почти като войник отишла в болницата за първото си раждане. „С ясното съзнание, че само трябва да слушам какво ми казват лекарите и всичко ще е наред. Но нещата не бяха точно така – раждането не е механизъм, който да задвижиш с няколко команди, а естествен процес, който изисква да си психически спокоен и подготвен. Аз не бях и затова получих не една и две груби забележки в родилната зала. Накрая стана така, че родих секию и след пет дни се прибрах вкъщи с бебето и с някаква странна емоционална празнота. За нещо, което трябваше да ми се случи, но което аз пропуснах“, спомня си Оля. Прочела за това чувство в книгата на известния френски акушер-гинеколог Мишел Оген - The cesarean, и темата за естественото раждане неусетно я завладяла. Опитала да приложи при втората си бременност

идеята да роди в поза, която сама си избере, без медикаменти, на фона на приятна релаксираща музика и с ясното съзнание, че

иска да преживее всяка секунда от раждането

на детето си. „Лекарите не приеха идеите ми възторжено и когато се оказа, че бебето пак е голямо, рухна психически... Може би тогава, ако до мен имаше някой, който да ме успокои, да ми вдъхне кураж и да ми обясни детайлите, всичко можеше да е различно“, добавя тя.

Второто раждане се оказва и повратната точка в живота на Олга. Тя решава да обърне гръб на финансите и създава сдружение „Естествено“, а по-късно се отделя в свой център за „Естествени идеи“ – място за бъдещи майки и татковци, които имат нужда от подкрепа, отговори на въпроси и от хора с опит.

Бъдещата гула започва усилено да чете книги за естественото раждане, кърменето, психологията, анатомията, води дискусии и споделя наученото. Става доброволен консултант по кърмене към националната асоциация „Подкрепа за кърмене“ и преди около година случайно открива в интернет информация за необичайната професия.

Оказало се, че няма училище, което да посещаваш, нито учител, който да те научи на този занаят. Няколко шатски организации провеждали онлайн курсове с продължителност година, две или три – зависи от желанието и бързината, с която усвояваш уроците. Оля избрала Childbirth International и започнала подготовката си. „Когато чуеш за онлайн урок, си казваш – о, нищо сериозно! Но курсът беше огромно изпитание – много четене по физиология, психология, задачи и разиграване на различни сценарии как ще постъпиш в определени ситуации. А накрая, за да получиш сертификата, трябва да присъстваш като гула на две раждания“, обяснява Оля.

Годината минала бързо и през ноември 2010 г. бъдещата помощница вече трябвало

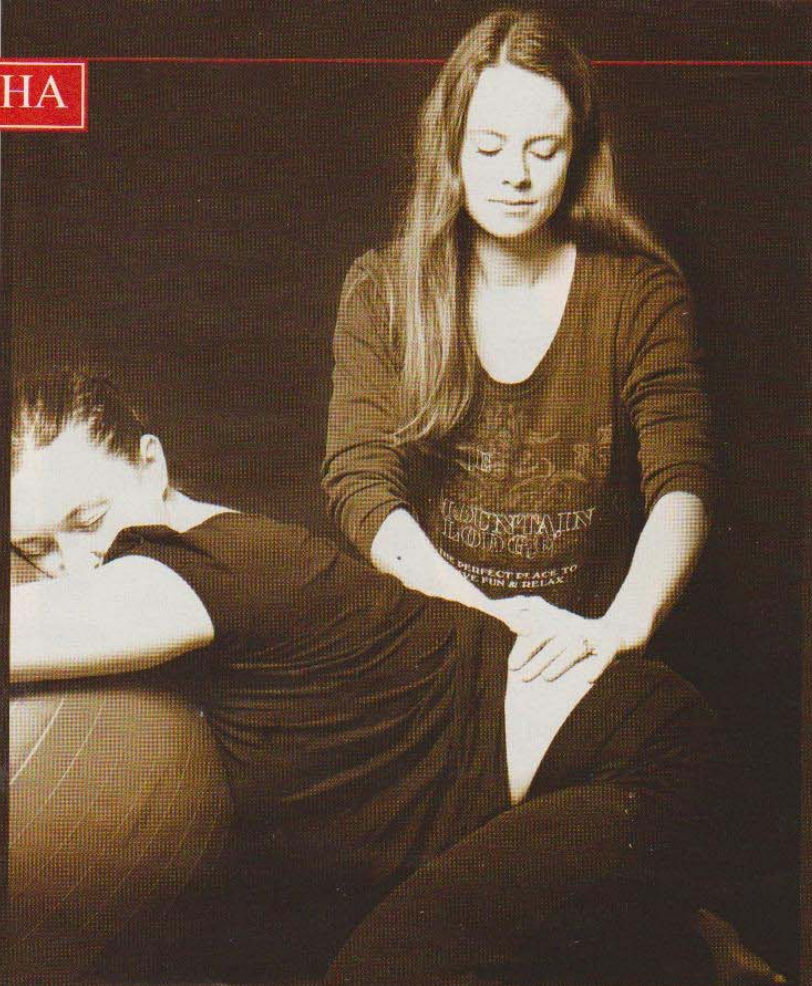
да намери доктори и жени, които да ѝ се доверят

За щастие родилките открила лесно на курсовете за бременни, които водела в своя център. Идеята да обясни на докторите с какво се занимава и че работата ѝ е да присъства в родилната зала, за да успокоява и да насърчава бременната, обаче ѝ се сторила доста плашеща. „За моя изненада специалистите в болниците приеха идеята за гулата добре. В Първа АГ болница, в клиниката на г-р Шерев и в „Св. Лазар“ се разбрахме това да стане практика. Оказа се, че докторите са доволни, защото и те искат спокойни родилки, които са подготвени и информирани“, обяснява Дукат. Двете раждания минали по абсолютното различен начин – първото потвърдило правилото за късмета на начинаещия и минало естествено, леко и красиво, а второто – изтощително, трудно и с продължителност над 20 часа. В клиника „Св. Лазар“ дори приели съветите ѝ и първата бременна родила клекнала, пуснали ѝ приятна музика, а по време на контракциите Оля ѝ правила релаксиращи масажи. Така дружно с таткото и екипа медици изродили бебето. „Имаше момент, в който

казах на г-р Николова: „Моля те, недей да ѝ викаш да напъва. Гадно е, тя знае кога!“ А тя ме погледна изненадано и ми отвърна: „Викам ли? Не се бях замисляла...“, спомня си Оля. Това е най-важният момент в работата ѝ. Често на докторите и акушерите им се налага да се грижат за няколко жени едновременно и невинаги имат възможност да обърнат индивидуално внимание на родилките. Всеки ден виждат раждащи жени и постепенно губят чувствителност към чуждата болка. „Тогава се случва да забравят колко интензивни и плашещи може да бъдат усещанията за жената, особено ако ражда за първи път. Това е нашата роля – да бъдем до нея в този момент“, пояснява тя.

Днес, когато все по-често у нас се говори за дулата като професия, изскочат логичните въпроси – какъв е работният ѝ ден, каква заплата получава и ще присъстват ли в бъдеще дули в държавните болници?

Единствената професионална помощница у нас твърди, че няма работно време. Към осмия, деветия месец се среща и говори с бременната, правят план на раждането, водят разговори с докторите, обсъждат вариантите и когато наближи терминът, Оля отлага всичките си по-далечни пътувания. Предупреждава семейството си, че чака обаждане – може да е и в 2 ч през нощта, и да продължи 20 часа, както ѝ се случило при второто раждане като дула. „Изтощително и отговорно е. И ако няма на кого да разчиташ – съпруг, който да поеме децата например, е много трудно“, допълва тя. Сега ѝ предстои да определи цена за услугата. В щатски сайт за наемане на дули – doulanetwork.com, са регистрирани 3637 помощници, а цените, на които предлагат услугите си, са между 200 и 500 долара. „В Европа цените са подобни, но 400-500 лв. за дула у нас звучи нереално. В много от държавните болници у нас, за да присъствам в залата, искат от бременната да плати 200 лв., което също е проблем. В „Майчин дом“ и „Шейново“ например няма ВИП зали и там няма как да работя...“, изрежда пречките пред новата професия Олга Дукам. Въпреки това първата българска дула се оказва особено търсена в последните месеци. Вече три бъдещи майки са я наели, за да бъде до тях в най-важния момент. ■



Трудова характеристика

✓ Всеки ли може да е дула?

Първата задача на дулата може да се изпълнява от всеки – от бъдещата баба, от най-добрата приятелка на бременната или дори от таткото. Тя се изразява в емоционална подкрепа, успокоение, окуражаване и грижа за жената.

Второто задължение на родилната помощница са прилагането на специално усвоените алтернативни методи за обезболяване по време на раждането, релаксиращи масажи, акупресура, топли и студени компреси и др. А третото – комуникация с медицинския персонал: от първоначалните разговори до деня на раждането и най-вече в моментите, в които жената не е в кондиция да взема сама решения. „Дулата трябва много добре да разбира процеса на раждането, медицинските интервенции – кое кога и защо се налага, и да го обсъди с майката. С това не всяка баба, приятелка или татко ще се справят“, убеждена е Олга.

✓ Само майки или може и мъже?

Днес по света има и мъже дули, но една вече родила жена със сигурност много по-добре разбира какво усеща и чувства родилката. „Така и най-лесно се става дула – след раждане, което ми

е донесло позитивно или не чак толкова позитивно изживяване. След това се появява желанието да се информираш и да помагаш на другите. Преди време бях в Щатите на семинар и тогава за първи път видях мъж дула, който правеше релаксиращи масажи. Беше малко смущаващо – един мъж сред стотина жени...“, спомня си Олга.

✓ Какво пута дулата?

„Разпитвала съм докторите за какво ли не – защо например карат жените да раждат легнали, защо толкова често правят вагинални прегледи, защо не дават на родилките да се хранят и да пият вода? Казвам им, че позата не трябва да е легнала, защото когато жената лежи, се притиска вена қава и майката и бебето получават по-малко кислород. А когато е клекнала, гравитацията помага и бебето се ражда по-лесно. Споделям им и че трябва да се хваща, защото матката има нужда от енергия и ако човек гледува, може да няма сили да се справи с това натоварване. За моя изненада и при гвете раждания, на които помагам, докторите не ми посочиха вратата, а уважиха мнението ми. Дори пуснахме релаксираща музика.“