Всем привет.

Мою историю, конечно, сложно назвать именно отзывом о родах ибо на них я в сознании не присутствовала)

Но для девушек которым предстоит кесарево, а, к сожалению, таких случаев сейчас чересчур много, хочу рассказать немного о моем опыте.

Поступили в 1 советскую в связи с плохим ктг, ничто не предвещало такого поворота, что вместо спокойной госпитализации в этот же день устроят нам Рождение )

Да, не спорю и страшно, и грустно, и полный набор. И вот весь период до операции все процедуры и т.д. мне помогали навыки, которые я получила на занятиях. Из дыханий для успокоения в первую очередь я перепробовала все), а уж про эмоциональные и психологические приемы тут целый арсенал), расскрашивала мысленно все что можно), аффирмации в космос посылала. В общем честно за время нахождения в род доме (учитывая болезненные ощущения после родов) употребляла все кроме самих потужных дыхание естественно. Поэтому спасибо Кате, я думаю, в будущем в любой трудной жизненной ситуации все нам поведанное очень пригодится.

Тема ГВ отдельная тема конечно ) Но работать над ним я начала на следующий день после операции. Не смотря ни на что, на боль, сонливость, старалась все делать по правильному, как обсуждали на занятии. И результат есть! Сужу по соседкам по палате, которые сцеживаются два раза в день, дети грудь не берут, удивляются, почему нет молока и ждут, что оно свалится с небес. Очень жаль, что в наше время так мало внимания уделяют этому вопросу ((((

Главное, несмотря даже на то, что первое время может что-то не получаться, просто взять себя в руки в прямом смысле и иметь позитивный настрой с мыслью о ребеночке, с которым вы скоро воссоединитесь! И главное! Когда все начинает получатся этот процесс воспринимаешь с удовольствием и ВСЮ свою любовь и заботу вкладываешь в это молоко.)

Еще несомненным плюсом (а об этом мало говорят) является то, что при выроботке молока процесс восстановления после родов значительно ускоряется. Поэтому не стоит себе отказывать в самом простом способе заживления всех своих ранок : душевных и физических)

Подводя итог… Всем, конечно, желаю мягких естественных родов, но если что-то пошло не так не отчаиваться, не воспринимать роддом как каторгу и верить в свои силы. А еще обращаться к Кате ) Именно наши занятия помогли мне справиться с этими нелегкими первыми днями )

Еще раз спасибо за все )

Светлана, октябрь 2015