Девочки, начну свой рассказ с того, что ещё задолго до ПДР (12.04) у меня отошла пробка. Это случилось аж 16.03 я просто обратила внимание, что выделений стало несколько больше, а к вечеру вообще присоединились с прожилками коричневы... Накануне ещё и низ живота потягивал как при начале месячных... Короче, когда я стала понимать, что могу загреметь в больницу, у меня началась паника. После созвона с Катей я успокоилась: похоже было на отхождение пробки, причём можно ещё свободно дохаживать Б. ещё 2-3 недели. (С Катей мы договорились, что она будет доулой на моих родах) На следующий день поехала в 4 р/д к Новичкову (Слава Богу, к тому моменту уже определилась с выбором врача и это был уже второй приём у него). Денис Анатольевич посмотрел меня и подтвердил, что пробка отошла, но в стационар класть не будет, прописал но-шпу и свечи бускопан в качестве спазмолитика, чтобы спокойно доходить хотя бы до 38 недели. Ну что, велено расслабляться - будем расслабляться: никаких моральных и тем более физических нагрузок, релакс и ещё раз релакс. Спокойно отгуляв так недельку, препараты мне отменили, и с тех пор я уже была на старте, понимала, что все может случиться в любой день.

Я смотрела телевизор и ленилась, спала и ела легкие вкусняшки, вырабатывая окситоцин. Все это время у меня почему-то были проблемы с ЖКТ: изжога, тошнота по утрам и ощущение несварения желудка (мягко скажем - приятного мало).. И вот, к выходным 26.03 у меня все эти симптомы успокаиваются: нет никаких болевых ощущений, все просто прекрасно. 27.03 вечером, подготовилась на приём к врачу, мысленно отдавая себе отчёт, что может подготовка и к роддому, пошла спать. Ночь прошла спокойно. И вот, 28.03 утром я у Новичкова на приеме. Осмотрев меня, сказал: ну что, езжай за вещами, сегодня будем рожать, раскрытие 3 см... Каааак??? Уже???? Мужу сказал по дороге не гнать и объезжать кочки. Приехали домой, меня подзнабливает от самой мысли... Схваток нет, воды ещё не отошли... Что же делать в р/доме, зачем ехать? Опять звонок другу: Катя, что делаем? Выбор, конечно, за мной - остаёмся дома или едем и действуем по ходу событий. Я решила "поваляться" дома, отпустив мужа по срочным делам, минут на 30-40. Заварила себе чай с лимоном, и "растеклась как тесто" в уютном кресле, включила телек.. Расслабон попёр!! Какой тут роддом?!

Минут через 20 залетает муж и начинает нарезать круги по комнате, как тигр в клетке 🏼 мне стало смешно  Говорю ему, в роддом не едем, никаких ощущений нет. И после этих слов у меня начал побаливать низ живота... Потом повторилось... Потом повторилось с усилением... Поняла: понеслось! Звоню Кате - выезжаем.

По дороге включила приложение на телефоне «СХВАТКИ». К тому моменту, как мы взяли по дороге Катю, схватки были на протяжении 1 минуты, интервал примерно 3-4 минуты. Ощущения, так, ни о чем, сравнимы на небольшие боли при месячных. Детский лепет))) Приехали в р/д около 14:00. При оформлении документов, почувствовала щелчок внутри себя... Не поняла, что это... Через 10 секунд потекли воды... Говорю персоналу, который неторопливо меня оформляет, что у меня отошли воды и я со схватками, они несколько ускорились, отправив меня на клизму, потом повозмущались по поводу моих объемных пакетов, заставили собрать только один и по утверждённому списку. Вздохнув, начинаю собирать. Хорошо рядом Катя))) основной акцент взяла на себя, помогла разобраться во всем этом хаосе. Схватки после отхождения вод усилились так, что начала их продыхивать ещё в приёмке, интуитивно «на свечу». Ещё несколько минут, и нас на лифте поднимают на 5 этаж в родильное отделение. Там, с улыбкой, и с широкими объятиями, нас встречает спокойный Д.А., провожает в родилку, и говорит: на Света, это твоё вечернее платье на сегодня, протягивает мне сорочку  Меня это развеселило.

Пришла акушерка, кладет меня на КТГ. (Время примерно 14:30) О Боже, только не на спину, пожалуйста!!!! Она внимает моей просьбе! Плиз, переворачивайся на бок. Ну и понеслась схватка за схваткой. Дыхание в схватку ОЧЕНЬ помогало. Между схватками ловила невероятный кайф, расслабляла челюсть и представляла распускающуюся розу (ролик из ютюба нам Катя выкладывала в закрытой группе) Кстати, очень помогает расслабить промежность!!! Опять схватка - дыхание - в промежутке опять превращаюсь в тесто  и отдаюсь наслаждению! Рядом Катя!!! Мне уютно и комфортно.. Она переводит мне, то, что недопонято мной или не услышано мной во время схватки. Рядом Новичков - спокойный и уверенный! Я начинаю впадать в своё измерение, отдалась и доверилась команде профессионалов. Была где-то внутри себя, на своей волне. Д.А. смотрит раскрытие - полное. Поехали!

Потуги по команде начались примерно в 15:20. Это был самый хаотичный и трудный момент.. . В теории и на нашей «практике» мы все это отрабатывали, но в родилке тело отказывалось слушать команды врачей, я их не слышала и тужилась впустую, пропуская схватки. Акушерка говорит: «Света теряешь схватки - не хорошо!» Катя помогает советами и наработанными навыками. Д.А. кладет мне руку на живот, говорит: «выталкивай мою руку»; акушерка: «какай на меня» (пардон за мой французский ) Опять я все проворонила... Мне не хватает воздуха, чувствую на второй задержке дыхания, что вырубаюсь, но тужусь, и неправильно... В таком духе несколько раз... И тут что-то срабатывает внутри меня. Я вспоминаю, как долго я шла к этой беременности, вспомнила момент, когда узнала, что беременна, вспомнила свою радость и восторг! Вспомнила, что дочка уже вот-вот появится, а я почему-то не могу собраться... И тут я таааааак разозлилась на себя  и начала с мощью вытуживать. И услышала от команды да-да-да, всё правильно, давай-давай-давай!!!! Поняла, нашла те самые мышцы! Появились силы!!! Появилась воля к победе!!! И через несколько минут пищащий комочек счастья положили мне живот!!!!!!!!! Слов не было!!!!!!! Были эмоции!!! И ощущения: что это все во сне!!!! Доча родилась в 16:15 рост 52 см, вес 3280. Я рада, что со мной были люди, чьё призвание от Бога! Это Новичков, Катя и остальные члены команды!!!! Благодарна им безмерно, что встретила их на своём пути!!!!

 Светлана, группа января 2016 года