А вот и я со своим рассказом про мои роды. Почему­то всю беременность думала, что роды будут намного раньше ПДР, да и все врачи меня к этому готовили, но наша "девушка" оказалась очень пунктуальной и решила появиться на свет ровно в ПДР 27 октября. Накануне 26 весь день тянуло живот как перед месячными и стала выделяться коричневая слизь ­ меня это не напугало, стало прям даже радостно, думаю ну наконец­то, пробка отходит ­ впереди роды, естественно инстинкт убрать всю квартиру, сходить в магазины и наготовить всего на неделю взял верх, поэтому, занимаясь этим, не заметила как пришел вечер.

С 21.00 начались слабые, но регулярные схватки, решила принять душ, включила счетчик схваток, выключила свет и легла. К 24.00 схватки участились, в 03.00 промежуток между ними уже был 4 минуты, лежать я уже не могла, ходила по комнате, дышала что­то вроде на свечу, только выдох не губами трубочкой, а раскрытым ртом в несколько выдохов, покаталась в разных позах на фитболе, помазала активные точки аромамаслом жасмина, растирала внизу живота, вообщем применяла все наши "штучки". Причем паники не было, было ощущение, что я просто планомерно выполняю какой­то ритуал, особо ответственный и важный. Конечно, было очень больно, в 06.00 разбудила мужа (паузы были около 2 минут) и мы поехали в роддом. В 6.30 мы были в ЖД роддоме ­ меня посмотрела врачи ...О УЖАС!!!!, то что я никак не могла ожидать ­ раскрытие 3 см!!! Как она пояснила из­за плоского пузыря шейка матки не раскрывалась, его надо вскрывать. У меня впервые за 10 часов родовой деятельности прям руки опустились. Ладно, пошла на клизму, потом в родовую, там принимала позы, дышала дыханием 5 на 5, приехала моя врач ­ раскрытие 4 см, сказала "если вскроем пузырь, схватки будут сильнее и больнее", сказала что можем сделать эпидуралку, тогда и боли не будет и шейка раскроется быстрее, я с радостью согласилась. Анестезия подействовала и я тысячу раз пожалела о своем решении ­ это, наверное, единственное, что я бы изменила сейчас прокручивая все события в голове. С анестезией мне переборщили ­ видимо неточно рассчитали, т.к. моментально перестала чувствовать не только схватки, но и ноги, живот, грудь и даже руки ­ было очень страшно, боялась что это состояние не пройдет никогда. Слава Богу, через час меня стало отпускать, стала чувствовать схватки и потуги, приободрилась и вспомнила слова Кати : "Если акушерка одевает халат ­ радуйтесь!" Ну я и рада стараться ­ сил правда было много, скомандовала, чтобы спину мне повыше подняли и в потугах показала им высший пилотаж мастерства от КБМ, врачи дыхание затаили, стоят, смотрят, нахваливают, один раз попросили собачкой продышать ­ сделала. Вообщем это самый прекрасный период родов, когда ты видишь как благодаря твоим усилиям твоя малышка стремится к тебе. За три потуги моё чудо появилось на свет ­ смешная такая, немного всклокоченная, рыженькая, МОЯ!!! Её уложили мне на живот, я чмокнула её в макушку, обняла всё тельце, неонатолог приложила её к одному и другому соску чисто "номинально", но это меня уже не могло расстроить. Затем врач принялась зашивать мне пару внутренних разрывов, которые я кстати не почувствовала, а малышку взвешивали и протирали. Вот он момент блаженства и удовлетворенности собой и всем тем, что с тобой происходило последние 12 часов!

Резюмирую: КБМ дал мне уверенность в собственных силах во время беременности, спокойствие действий в родах, подкованность в вопросах ГВ и ухода за малышкой впоследствии.

Девочки, обязательно готовьтесь к появлению на свет своих малышей ­ это правда очень важно! А я говорю СПАСИБО КБМ, лично Кате Костиной, всем девочкам группы сентября 2015 года (внутренне чувствовала вашу поддержку, ведь мы одна команда) и себе, за то, что сделала правильный выбор и прошла подготовку к родам именно в КБМ!

Всех целую, всем здоровья и мягких родов! Галина. Октябрь 2015 г