Моя история родов

Я рожала в роддоме #4 по договорённости с доктором Новичковым, с двумя докторами до этого у меня не сложилось. Дважды успела сходить к нему на осмотр, во второй раз он сделал какую-то манипуляцию руками, потому что "шейка сместилась от центра". За день до следующего осмотра, ровно в 39 недель случились роды. Помню, что у меня было очень двойственное отношение к ним в последние недели беременности - с одной стороны, поскорей бы это случилось, и прекратилось тягостное ожидание неизвестного (а меня оно действительно тяготило), а с другой - "только бы не сегодня" думала я, вставая по утрам. Тем не менее, за несколько дней у меня появилось явное предчувствие (может, оно, конечно, связано с манипуляцией доктора)), и я чётко расставив приоритеты успела закончить почти все дела. В ночь после последних запланированных гостей, почувствовав несильную, но пронзительную боль внизу живота, видя, что воды стали немного подтекать, я все же сомневалась: может, тренировочные? А может, просто выделения? Засекала длительность уже ощутимых и нарастающих схваток и промежутков между ними - и мне никак не удавалось выявить закономерность, что меня ещё больше вводило в растерянность. Муж, обо всем заранее предупрежденный и двадцать пять раз успокоенный, бегал по потолку, готовил гренки на завтрак "в такой торжественный день", пока я собирала оставшиеся вещи в пакеты)) Я медлила и хотела приехать в больницу насколько можно позже, как оказалось в моем случае, зря. В конце концов позвонила доктору, маме (партнёру в родах), и все мы направились в роддом.

По дороге голова на схватках подкруживалась, они по-прежнему были нерегулярные (т.е. я не понимала точно, что считать началом схватки и что концом; такая фигня у меня продлилась вплоть до потуг, когда мне было больно, я дышала протяжно, а Новичков смотрел на КТГ, и говорил, что схватка по идее-то кончилась).

Первый осмотр по приезду показал раскрытие 3-4 см, меня отправили оформляться и на клизму. Это было одно из самых неприятных впечатлений - когда у меня темнеет в глазах от боли, и дико хочется остаться с собой, сконцентрироваться, а меня спрашивают, отправляют за документами, приходится искать в телефоне мобильный номер мамы, ...

Потом мне сделали клизму, и эта процедура прошла как во сне, в какой-то момент мне действительно показалось, что я уснула, меня пришли поторопить (ненавижу, когда меня торопят, а ещё не слишком церемонная незнакомая медсестра), к нам присоединилась мама, мы поднялись в родовое отделение, по дороге меня стошнило. Мама засуетилась, на вопросы другой оформлявшей меня медсестры не могла вспомнить мой адрес и год моего рождения)) мне разговаривать к тому моменту уже совсем не хотелось, но приходилось, это удручало. Позже, посыпая голову пеплом, мама рассказывала, что растерялась, когда увидела меня бледнющую с зелёными кругами под глазами (может, преувеличивает, но было правда, несладко).  
Привели в палату, уложили на кровать под КТГ. Пришёл доктор, объявил, что все шикарно - раскрытие 7 см (это после 30-40 мин, как было 3-4), объяснил, что раскрытию способствует клизма. Спросил, чего я закатываю глаза, насколько мне больно, что сейчас последний момент, когда можно обезболиться, я согласилась на спазмалитики для лучшего расслабления родового канала, и преуменьшения боли. Ещё доктор меня предупредил, что скоро КТГ снимут, и надо будет походить, что он не любит, когда у него все время лежат, что первая фаза - это их работа, а вторая - моя, и мне надо будет собраться; а я такая, уже плохо соображая, но все равно думала, что конечно же, встану, буду ходить, вращать тазом, попрыгаю на мяче, я же все знаю... Ушел. Мы с мамой дышали и голосили вместе, хотя она продолжала суетиться, это все же немного поддерживало. А вообще, все там казалось таким странным, чужим, мама моих желаний не угадывала, боль приходила предсказуемо, и, конечно же, была по большому счёту терпимой, но чтобы с ней справиться, хотелось уйти в себя, закрыться ото всех, переждать в безопасном месте где-то внутри.

Пришла акушерка, посмотрела на нас... и как давай на меня ругаться! Поймала мой взгляд, и говорит:

- Ты чего делаешь? Ты зачем глаза закатываешь, мать пугаешь, она вон сама не своя! У вас тут праздник сегодня, день рожденья, ты радоваться должна! У тебя ребёнок собирается родится, ты ему нужна, а ты тут помирать собралась! А ну улыбнись! Улыбайся, я сказала! Давай, глубокий вдох и мееедленный выдох! Не надо тут стонать, просто выдыхай медленно.

И все. Боже, храни Елену Анатольевну! Наверное, напечатанные слова не передают общего её настроя, но она отчитывала меня с таким участием, с такой заботой на нас ругалась, что все сразу пришли в чувство:) С этого момента все уже было хорошо! Я встрепенулась, попросила маму считать вслух на схватку по моему вдоху, она взбодрилась, стала уверенно считать, мысль о том, что схватка закончится, очень помогала. Сам собой выбрался решетчатый квадратик на потолке и винтик на нем - это был мой портал)) я смотрела на него, расфокусировывала взгляд, и видела любимые иллюстрации из инстаграма - сценки из жизни мультяшных животных и их детей, само собой заголосилось, причём на самый неудобный до этого звук "у" - иногда я представляла себя большим китом, который ищет и зовёт маленького китёнка) и хотя боль была сильнее и сильнее, мне уже было кайфово) Елена Анатольевна сначала повозмущалась, что это я "как волки вою", мама ответила ей довольно бойко, что мне так легче, что нас так обучали на курсах, Е.А. ухмыльнулась и махнула рукой. Так я и прогудела в своё большое удовольствие до потуг. (А встать я так и не успела, потому что ни КТГ с меня не сняли, да и не хотелось мне.)

Во втором периоде самым сложным было не тужиться, когда для этого было рано, прям я не ожидала, что нужно будет прилагать усилия по сдерживанию, а не по усилению (и дышать надо было как раньше - протяжно, не собачкой).   
Дальше Елена Анатольевна и Денис Анатольевич меня подбадривали, давали чёткие инструкции, это очень помогало.

А самым удивительным оказалось то, что "огненное кольцо" на потуге - это зона, где помимо боли, явственно ощущается сексуальное удовольствие - такой приятный бонус)

Потом закричал сын), такой волосатый колобок весь в белой смазке) его положили на живот, он ворошился, а я отупело и застенчиво на него смотрела и гладила) Послед я родила прямо с ним на груди, но потом его все же забрали на стол рядом, потому что матка плохо сокращалась, и нужно было приложить холод, и акушерка давила на неё раз в 10 мин, в ходе этого из меня ещё много вышло, видимо, остатки пузыря.  
Мне наложили несколько внутренних саморассасывающихся швов на ссадины. Потом поехали в послеродовое (там нас ждали ещё приключения, но послеродовое отделение - это уже совсем другая история).

Всего в родовой палате я находилась чуть больше 2 часов. Вспоминала потом, как собирала массажное масло, аквамарис, мятные таблетки, горький шоколад, батончики мюслей, фитбол с насосом, плеер, массажёр, эспандер; как намеревалась рожать вертикально - жесть))) и куда пошли мои планы!

Для меня эта история про то, как бесполезно контролировать то, на что ты не можешь повлиять, про то, как важно смочь довериться, и как хорошо, когда для этого есть надёжный человек! Если бы можно было отмотать назад, я бы поторопилась договориться с доктором, чтобы успеть подольше с ним пообщаться и привыкнуть, я бы поехала в роддом пораньше, чтобы успеть освоить пространство и людей, которые будут со мной.

Если говорить о партнёрстве в родах - я довольна, что пригласила маму, и хотя я на неё обозлилась в процессе, все же её присутствие делало пространство более знакомым, я была спокойна, что есть рядом человек, который точно на моей стороне.

Асель. Октябрь, 2016 г