

37106723-9	05/2013	ידיעות רמת גן	עמוד 32	2	26.78x16.81
שיבא בית חולי - 817					

חבלי לידה

היא הייתה רוצה שתהיה מיילדת לכל יולדת, מבהירה שלידה היא הדבר הטבעי ביותר, ומספרת שהאווירה הנינוחה אצלה הופכת את התהליך לנוח • איריס בדרק, אחראית מרכז לידה טבעית בשיבא, מסבירה איך זה בדיוק קורה

תנוחות. אפשר בעמידה או בכריעה או במים או מחוץ למים. אישה מרגישה בעצמה מה נכון בשבילה, וכשמאפשרים לה לעשות את זה ולא מקבעים אותה למיטה, זה הולך הכי טוב. אנחנו הולכים עם האישה איפה שיהיה לה הכי נוח. כל האפשרויות פרוסות בפניה ואיפה שנוח שם תהיה הלידה.

"מרכז הלידה הטבעית בנוי כמו בית. יש שני חדרים שבהם יש אמבטיה, מיטה זוגית ומטבחון. לא צריך הרבה מכשור. יש המצאה הולנדית של שרפרף לידה, שזה כיסא שרוי מה לאסלה שמאפשר לאישה ללדת בכריעה. אישה צריכה את הגרוויטציה שתסייע לה ללדת. אם תיתן לה לבחור, מעט מאוד נשים יבחרו לשכב במהלך הלידה."

● האם לידה טבעית ארוכה יותר? "לא. לידה טבעית לוקחת הרבה פחות זמן מלידה שיש בה התערבות רפואית. האווירה הנינוח מה מאפשרת ליולדת להפריש אנדרופינים שמאפשרים לה להתמודד ביתר קלות עם הלידה. אם אין לחץ ויש תחושה של ביטחון, הגוף זורם ומאפשר לידה מהירה.

"לדעתי אין צורך להתערב בלידה בכלל, אלא אם יש סיבה אמיתית לעשות זאת. בסך הכול צריך להתערב רפואית ב-10 אחוזים מכלל הלידות. אמנם יש התערבות, אבל לעיתים זה בגלל שהאישה מעוניינת בזה. הגוף יודע ללדת ואין צורך באווירה רפואית מסביב. זו לא מחלה. ילדו מיליוני שנים אחר רה וימשיכו ללדת עוד מיליוני שנים."



בדרק. "הגוף יודע ללדת ואין צורך באווירה רפואית מסביב" | צילום: תומי הרמז

הזדמנות ללדת בלי התערבות שלא לצורך. הגוף יודע לתת את הצירים בלי להתערב ולהפריע במהלך הלידה, אלא אם יש בעיה רפואית אצל האישה או העובר. המחלקה שלי נותנת ביטחון לאישה, כמו לפני מאה שנה, שהאישה הייתה יולדת בבית יחד עם האנשים שהיא מכירה הכי טוב והיה לה ביטחון כי היו נשים שהיו שם רק בשבילה."

● אילו אפשרויות לידה טבעית יש? "יש כמה אפשרויות ללידה טבעית ובכל מיני

● חלום מקצועי: "החלום הוא שלכל אישה שתגיע תהיה מיילדת לאורך כל ההיריון ושיקבלו ליווי איכותי לפני, במהלך ואחרי הלידה."

● עצה לחיים בריאים: "נשים בהיריון צריכות לדעת שהגוף שלהן יודע ללדת. הלידה זה דבר טבעי לחלוטין והגוף יודע את העבודה, אז אין צורך לפחד מהלידה. זו אחת החוויות החזקות בחיים וחשוב להשקיע בה."

● מהי לידה טבעית: "זה פשוט לתת לאישה

● שם: איריס בדרק
● גיל: 55
● מצב משפחתי: אימא לשלושה.
● מגורים: תל אביב.
● ותק: 30 שנה.
● לימודים: סיעוד בהדסה בירושלים.
● תפקיד נוכחי: אחראית מרכז לידה טבעית בשיבא.

● התמחות: מיילדות בתל השומר.
● למה דווקא סיעוד: אין סיבה קונקרטית. היה לי אינסטינקט ומכל האפשרויות זו נראתה לי הטובה ביותר.

● הדבר שאני הכי אוהבת במקצוע: "את הקשר עם הנשים והמשפחות. אנחנו מכירות אותן לפני הלידה, תוך כדי ולאחריה."

● הדבר שאני הכי שונאת במקצוע: "אני לא אוהבת שאין מספיק מיילדות לכל יולדת. כיום המצב הוא שיש מיילדת שמטפלת בשלוש יולדות במקביל. הלוואי שהמצב היה שונה. אצלנו במחלקה יש מיילדת צמודה. הלידה אמורה להיות חוויה אינטימית, ומגיע לכל אישה מיילדת צמודה בשביל להמתק את החוויה."

● מקרה שלא אשכח: "לשמחתי כל יום יש מקרה כזה. כל לידה וכל אישה זה אירוע שחקוק בזיכרון. זו לא קלישאה. יש נשים שחוו טראומות בלידה קודמת או נשים שחוו הטרדות מיניות, ואנחנו עוזרות להן לצאת מהטראומה ולהיות אישה אחרת. לצערי זה קורה לא מעט וחבל, אבל זו המציאות."



בריאיות

ארז ליבנה

erezl.yediot@gmail.com