

Hypnoporodní techniky a jejich význam z pohledu zdravotníků

Maminek, které absolvovaly kurz hypnoporodu, přichází do mělnické nemocnice čím dál víc. Pro porodní asistentku je radost sledovat maminku, jak ve vhodný okamžik dokáže sama se sebou pracovat bez vnějších zásahů a své tělo uvolnit. Úkolem porodních asistentek pak povětšinou bývá jen mamince během porodu co nejvíce pomoci. Zajišťují příjemné prostředí a intimitu klidného průběhu porodu.



Zdroj: Shutterstock

„Pro maminky se v období těhotenství a v době porodu stáváme takovými průvodkyněmi, které se s příchodem dítěte navždy zapíší do jejich životního příběhu. Proto je i pro nás velmi důležité, aby porod proběhl co nejlépe. Pokud maminku můžeme podpořit vstřícností a znalostí hypnoporodních technik, celý smysl hypnoporodu a jeho význam se mnohokrát znásobí. Práce s dobře připravenou a optimisticky naladěnou maminkou je pro nás všechny splněným snem. Vždyť nejkrásnějším darem pro každou ženu je právě zázrak zrození. A právě tato myšlenka nás nedávno přivedla k oslovení organizace Jemné Zrození a uspořádání workshopu pro tým naší porodnice. Zúčastnili se ho jak porodní asistentky, tak i lékaři a zástupkyně oddělení neonatologie – to proto, abychom byli všichni připraveni na požadavky těchto maminek;“ vypráví Eva Minaříková, vedoucí porodních asistentek v Porodnici Mělník, kterou provozuje skupina VAMED MEDITERRA.

Na workshopu se tým z mělnické porodnice seznámil s kouzlem hypnoporodu a s kompletním konceptem Předporodní přípravy s Hypnoporodem. *„Uvědomili jsme si, že bychom chtěli, aby se hypnoporod stal součástí naší běžné praxe. Dnes ve spolupráci s lektorkami z Jemného Zrození připravujeme první kurzy v naší mělnické porodnici;“* dodává Eva Minaříková.

Co je to hypnoporod?

„Hypno“ ve slově „hypnoporod“ odkazuje na hypnoterapii, která se v programu využívá k uvolnění strachu a vyplavení endorfinů v některých chvílích během porodu. Za pomoci hypnoterapie může být porod miminka klidnější a pohodovější zážitek, který si maminka řídí sama podle svých pocitů a vnitřního hlasu – maminka zde není jen bezmocný pasažér. A to je jeden z faktorů, které mnohdy snižují nutnost vnějších zásahů během porodu. U hypnoporodu jde rovným dílem o filozofii a techniky. Když žena i její doprovod dokáží k porodu přistupovat beze strachu a s vědomostmi, dobrou oporou a potřebnými prostředky, potom může porod být pozitivní a obohacující zkušenost. Hlavním významem je pomoci ženám porodit své dítě dle svých přání, v klidu, uvolnění a napojení se na miminko a vlastní tělo. Hypnoporod maminkám pomůže ponořit se do stavu hluboké relaxace v průběhu porodu a porodit své dítě přirozeně, pokud možno bez léků a lékařských zásahů,“ uvádí Petra Bendlová, lektorka Jemného Zrození.

Víkendové kurzy hypnoporodu v Porodnici Mělník

Maminky, které se chystají přivést na svět své dítě v mělnické porodnici pomocí hypnoporodních technik, již nemusí s bříškem absolvovat, někdy i náročné, cesty do Prahy. Jemné Zrození a Porodnice Mělník společně připravily první kurzy hypnoporodu přímo v Porodnici Mělník, v prostorách tělocvičny určené pro předporodní kurzy. Setkají se zde s lektorkami hypnoporodu, ale i s našimi porodními asistentkami, které je přímo na místě provedou porodnicí a zodpoví maminkám a tatínkům otázky s porodem spojené. O termínech a kapacitě se maminky mohou informovat na FB stránce Porodnice Mělník a také na stránkách Jemného Zrození. Termíny budou na facebookovém profilu porodnice zveřejněny v předstihu. Kurzy jsou naplánované vždy na jeden víkend v měsíci a jsou určené pro páry i pro samotné nastávající maminky.