

לידות בית וילדים

בתהליך הבחירה ללדת בבית עולות שאלות רבות .
כאשר ישנם כבר ילדים בבית, אחים בוגרים שמצפים ללידה, מתווספות שאלות שגם אתן יש צורך להתמודד. בחרתי להציג כאן כמה מהן, ואולי להעז ולהציע כמה דרכים והצעות לפתרון. אלה אינן אמירות מחייבות או רשמיות, אלא רק תובנות מניסיוני האישי) ...לאחר שלוש לידות בית)

1. האם לעסוק בהשוואה בין לידות בית ללידות בבית חולים?
בספרי "אימא יולדת בבית" בחרתי להימנע מכך ולהציג את לידת הבית כפי שהיא, ולא בהשוואה ללידות אחרות. אך העיסוק בכך עולה פעמים רבות באופן טבעי אצל הילדים (היות ועדיין מרבית הלידות אינן מתקיימות בבית).
לדעתי יש מקום לשוחח על ההבדלים בין לידת בית ללידה בבית חולים ועל המניע של ההורים ללדת בבית. חשוב להדגיש את משמעות הבחירה ללדת בבית, מתוך מה שמתאים לנו כהורים ולהסביר את אפשרות הבחירה העומדת בפני כל משפחה, תוך קבלת האחר והשונה כמו בכל תחום בחיינו. למיטב ידיעתי מרבית הזוגות הבוחרים ללדת בבית אינם מנסים לשכנע את היולדים בבית החולים לנהוג אחרת, וגם אינם בוחרים ללדת בבית כמחאה נגד בית החולים. הם עושים זאת משום שהם מרגישים טוב יותר ונכון יותר ללדת בבית, ולא כתשובת נגד למה שמקובל.

2. האם לעסוק בכאב הלידה ובשלבי הלידה? (או על נוכחות הילדים בלידה)
היות ולידת בית היא לידה טבעית עולה האפשרות לדבר גם על הכאב בלידה ועל שלבי הלידה, שהרי הילדים עשויים להיות חשופים אליהם.
ראשית - בספר ישנו אזכור לצירים ולכאב, אך אין התייחסות מפורטת לכאב ולשלבי הלידה. ככל שגיל הילדים עולה כך גדלות סקרנותם הטבעית ויכולת ההבנה שלהם לגבי נושאים אלו, ובמקרה זה יש מקום לפרט ולהסביר על תהליכי הלידה, על חוויית הכאב ומטרותיו ועל הדרכים להתמודדות אתו מצד האם היולדת ומצד האב התומך. (בנוסף לכך לא כול לידה מלווה בכאב, וכמגוון סוגי ודרגות הכאב, אם הוא קיים, כך מגוון הדרכים להתמודד עמו ולהתייחס אליו. ציר הוא הגדרה פיזית, אך כאב וסבל הם פרשנויות שלנו)....
שנית – לא כל ההורים בוחרים שהילדים יהיו נוכחים פיזית בחדר שבו מתרחשת הלידה, לעתים הילדים ישנים בחדר אחר, או נמצאים אצל השכנים וכדומה. לידת בית אין פירושה שהילדים חייבים להיות שותפים לכל מהלך הלידה והכאב הכרוך בה. בהתאם לבחירה בדבר נוכחות הילדים בלידה, כך ניתן לבחור את מידת הפירוט לגבי הכאב ולגבי שלבי הלידה.

3. כל תכנית כבסיס לשינויים...
אנחנו מתכננים לידת בית ומספרים על כך לילדינו. מכינים אותם ואת כל מכרינו, אבל לפעמים הדברים הולכים קצת אחרת ...
חשוב לשוחח גם על האפשרות הזו ולהכין את הילדים להתפתחויות שונות (בין אם אנחנו משנים את דעתנו ברגע האחרון, ובין אם המציאות מכריחה אותנו להתפנות לחדר לידה בשלב כלשהו).
חשוב לספר על המצבים השונים ולהכין את הילדים לתפקידם ולמקומם בכל אפשרות.

4. הרגע שאחרי...
בלידת בית הימים שאחרי הלידה שונים מאלו שלאחר לידה בחדר לידה ושהות האם בבית החולים.
יש מקום לדבר גם על כך, על צרכי האם והתינוק בימים ראשונים אלו ועל הציפיות שלנו כהורים מילדינו בזמן מיוחד זה (כמו כן חשוב להסביר זאת גם לכל מכרינו ושכנינו).

בברכת לידה טובה ומוצלחת...
ענת

על ענת הר לב וספרה :

"אימא יולדת בבית" / ענת הר-לב אור

בתי הבכורה נולדה בבית, ובהריוני השני כששוב התכוננתי ללדת בבית, חיפשתי ספר על לידת אח שני שיתאים לנו, ולא מצאתי. אז קניתי את הספרים הרגילים, וכשהקראנו אותם מרבית הזמן היינו עסוקים בהסברים למה אצלנו זה לא ככה... "לא,אימא לא תיסע לבית החולים ללדת", "לא,לא צריך יהיה לבקר את התינוק בבית החולים כי הוא כבר יהיה בבית" וכו'.

כך עלו בי המחשבות הראשונות על כתיבת ספר שיתאים לנו, אלו שבחרים בלידת בית ובלידה אחרת.

בהריוני השלישי כבר היה לי ברור שאכתוב ספר בנושא, וכך נולד לו הספר "אימא יולדת בבית" עוד בטרם ילדתי בבית בפעם השלישית.

הספר "אימא יולדת בבית" הנו ספר ילדים, המיועד למשפחות הבוחרות ללדת בבית או במרכז לידה. הספר כתוב בצורה פשוטה וברורה לכל גיל, ומלווה באיורים עדינים ויפים. הספר מציג בפני הילדים, האחים הבוגרים, את תהליך ההיריון והלידה בבית, מהודעת האם ואב לילדיהם על ההיריון, דרך בחירת המיילדת והדולה וליווים את המשפחה ועד הלידה עצמה ולאחריה.

כמו כן בספר יש דיון קצר בסוגיות הקשורות לתהליך זה עבור ההורים. הספר נכתב מניסיוני האישי לאחר שלוש לידות בית, ובעזרתן האדיבה של אילנה שמש וגילה רונאל, וכן אנשי מקצוע נוספים ומכרים שילדו בבית.

בתקופה זו הולך וגדל מספר המשפחות הבוחרות ללדת בבית או במרכז לידה שאינם בתי חולים. בתהליך זה יש חשיבות רבה לשיתוף הילדים הבוגרים במשפחה, היות ולידה מסוג זה הנה תהליך משפחתי, ואירוע מתמשך שהילדים שותפים לו. כל משפחה ומידת השותפות המתאימה לה, אך בכל אופן בחירה זו הנה שונה במהותה ומחייבת התייחסות והסברים. הספר "אימא יולדת בבית" מאפשר את השיח המשפחתי בצורה נעימה ופשוטה, מרגשת וחוויתית.