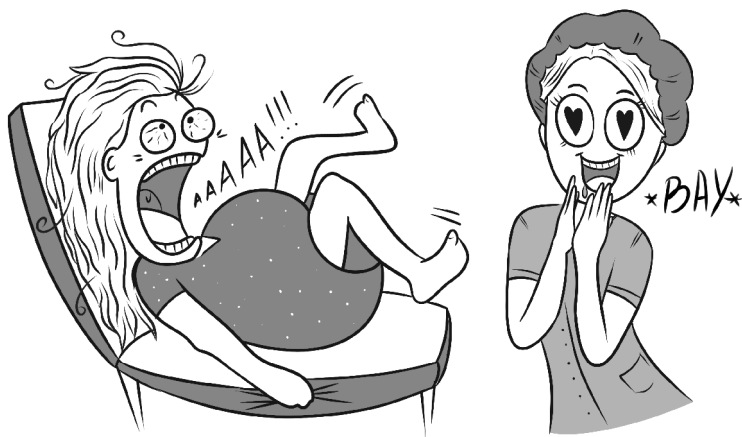


МОЯ СТЕЗЯ – ЭТО ГУМАНИЗМ

Я пришла к такому выводу, рефлексирюя на тему: «Что мое?» Я искренне люблю беременность, роды, новорожденных и все эти околوماتеринские темы. Роды для меня эффективны и волшебны. Несмотря на то, что я идеально знаю биомеханизмы родов... если это не чудо, то что?

Ребенок рождается вопреки, крутится, как буравчик, складывает свою головку, чтобы протиснуться через таз! А рожаящая женщина, на мой взгляд, прекрасна. Вот реально красива. Даже обессиленная, с сухими губами, в поту, с выделяющимся из нее ребенком (и не только). Что-то в этом есть.



Есть жизнь, какая-то очень терпкая ее ипостась. Есть негибкая сила и радикальное терпение. Безусловное, материнское. Есть животная самость и та самая животность. Такая сильная, такая смелая эта самка, рожаящая человеческого детеныша.

Я отказываюсь принимать реальность, в которой «женщины разучились рожать». Скорее, *мы разучились в них верить*.

Я смотрю и вижу эстетику и крышесносную мощь рожающей самки. Меня она покоряет, этот процесс вызывает у меня желание не мешать. Нужно увидеть это хоть раз. Нужно посмотреть под правильным углом.

А плацента? Ты ее видела? Такой круглый плоский орган. Человеческий орган. Он вызывает у меня необъяснимое благоговение. Я смотрю на нее и вижу дерево с ветвями-венами и пуповиной-стволом. Нужно увидеть это хоть раз. Нужно посмотреть под правильным углом.

Кормление грудью, несмотря на специфичность и сложность, — моя страсть. Женщина вырабатывает более 700 мл молока из своей плазмы крови в день. Просто берет и каждый божий день, много раз в день, из отростков на своей грудискармливает беспомощному детенышу до литра крови. Фундаментально, невероятно.

Это так по-человечески, так по-женски. Это натурально и просто, прямо как мир.

Нет, бабы не разучились кормить, мы разучились их поддерживать. Кроме всего физиологичного, медицинского, научного, есть нечто недосягаемое и неосязаемое. Это нельзя измерить тазомером, взвесить безменом, сцедить молокоотсосом. Это не обязано поддаваться логике, физике и помещаться в голову.

Я хочу, чтобы ты тоже это увидела. Посмотрела под правильным углом. Тогда ты *уже не сможешь развидеть*.

В детстве я мечтала, чтобы моя работа была полезной. Я хотела принимать участие в жизнях других людей и нести любовь.

Меня останавливало то, что мечта должна оставаться мечтой. Именно так работают установки в нашей голове, которых много, в том числе относительно родов.

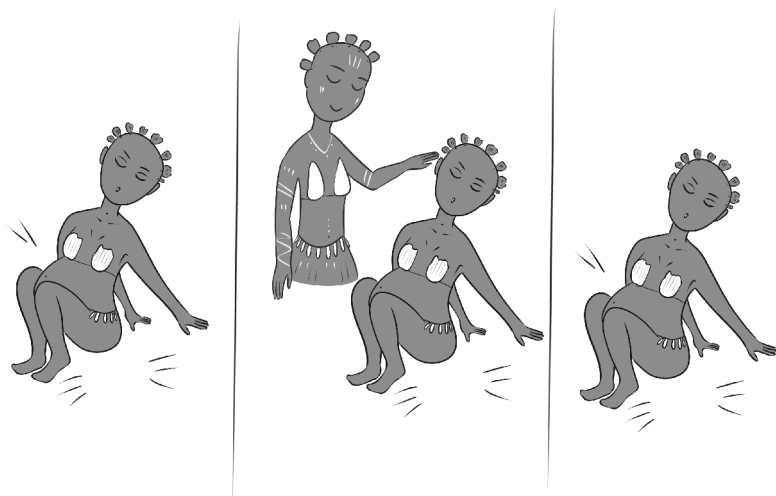
И все-таки я сделала это. Сегодня я горжусь, что стала той, на кого хотела быть похожа в детстве. Я выбрала профессию, которая является фундаментом и истоком. Почему? *Потому, что нет никаких причин, чтобы не делать мир чуточку лучше.*

Если это смогла я, значит сможешь и ты.

ЧТО ДЛЯ МЕНЯ АКУШЕРСТВО?

Для меня акушерство — это целая идеология.

Помню, во время своей первой беременности я посмотрела фильм про роды в Новой Гвинее — о том, как папуасы рожают. Вот женщина, пока что беременная, явно со схватками, сидит голой попой на земле. К ней подходит старшая соплеменница (мать или акушерка, не знаю), трогает живот, хлопает по голове и... уходит. Еще похлопала так, знаете: «Рожаешь? Ну-ну, рожай!». Больше в фильме она не появляется.



Женщина в какой-то момент рождает, вытирает новорожденного свежесорванными листьями, а диктор за кадром комментирует, что «она обращается с ребенком вполне буднично». Да не то слово!

Ну ладно, подумала 18-летняя я. И родила. Не в поле, конечно — с мужем в маленьком роддоме.

Потом я стала изучать литературу и ездить на профессиональные конференции. Подоспел мой любимый автор Мишель Оден с рассказами о клинике в Питивье и идеями, что хорошая акушерка умеет *не мешать рожать* и вообще «сидит на своих руках».

Как, подумала я? А зачем она тогда нужна? А как же все это профессиональное скандирование «давайдавайдавайтужсья»? У меня не сходилась дебет с кредитом: почему им можно рожать естественно, папуасам тоже можно, а нам, средне цивилизованным людям, — нет?

Я же не так много прошу, просто хочу родить, а не чтобы меня родоразрешали!



Не нужно быть семи пядей во лбу, чтобы сделать то, что делали женщины много тысяч лет до меня. Этот физиологический процесс оттачивался миллионы лет эволюции в конце концов.

А потом мне открылся чудесный мир Midwife с их уникальной чуткостью, индивидуальным, а не унифицированным подходом, а еще невероятно широким взглядом на понятие нормы. И меня засосало...

МЫ ПРИСТЕГНЕМ ТЕБЯ К БАТАРЕЕ, И ТЫ БУДЕШЬ ЖИТЬ С НАМИ

Обычно так мне говорят на консультации по грудному вскармливанию. А все потому, что я беру ребенка на руки, он засыпает. Я делаю массаж животика, и боль стихает. Более того, когда меня вызывают по запросу «не берет грудь», я иногда думаю о том, что я вот предложу ребенку свою — возьмет же. Но делать это я, конечно же, не буду.

Секретов тут нет. Просто руки опытной мамы и *уверенность*.

— Что я делаю не так?

— Вы все делаете правильно, уверенность придет вместе со сновкой.

Я на полном серьезе разговариваю с малышом. Иногда даже не маме рассказываю, а ребенку. Говорю, что надо сисю кушать, а он слушает внимательно, потом присасывается. И это тот самый малыш, который вначале грудь не брал.

— Вы уйдете, и все снова повторится!

— Если вы так будете думать, то повторится, конечно. Но даже если так, то вы сможете решить это.

Наша психика влияет на тело намного сильнее, чем мы думаем. Если ты говоришь, что ничего не выйдет, то так оно и будет. Ты даже не представляешь, **как тесно мать связана с ребенком** даже после рождения!

Человеческий младенец не может ползать за тем, что он увидел впервые (как утенок из эксперимента), однако первый контакт с родителями — уже упомянутый выше «импринтинг» — это жизненно важный для него момент.

Совсем недавно ребенок был частью тела матери. Стоит ли удивляться тому, что она интуитивно распознает его сигналы и понимает самочувствие? Твои эмоции, гормональный фон, пищеварение логично коррелируются.

Нужно **немного уверенности!** Выдох. *«Нежно, но строго»*. Все получится!

РАДИ ЧЕГО Я ЗДЕСЬ?

Я пришла в медицину ради родов, а если точнее — ради акушерства. Это моя любовь и страсть. Я правда не знаю в мире вещи прекраснее, чем **женщина, дающая жизнь**. Это мощь, это космос.

Я пришла в медицину в сознательном возрасте. Передо мной не стоял выбор акушерство или сестринское/фельдшерское. И уж тем более я не думала о том, какая профессия оплачивается лучше... Зря (шутка)!

Знаете, что такое икигай? Целая книга про это есть³. Если позволишь выразиться пафосно, то **акушерство — это мой**

³ Моги К. Икигай. Смысл жизни по-японски.

икигай. Я люблю все это: плаценты, грудное молоко, стоны и кучу биологических жидкостей, которые выделяются. Это прям мое.

Недавно вспомнила, **как я приняла это решение.** Мне приснился сон, очень яркий и запоминающийся. Я опускаю глаза и вижу на себе военную форму 40-х годов, стесанные руки и худые ноги. Я выполняю роль полевой медсестры. Я четко знаю, что я на самом деле акушерка, но нахожусь тут, потому что на фронте не хватает рук. Мы с моей подругой (Сонь, помнишь, я рассказывала?) штопаем раненых пленных немцев в блиндаже.

Я считаю, что это один из важных моментов, которые подсказали мне путь моего развития.

Честно, я боялась идти в медицину. Я опасалась потерять себя и стать слишком, как бы это... «омедикаментизированной». Я беспокоилась, что под грудой конспектов и патологий во мне умрут моя душа и любовь к естественным процессам.

Сейчас я с уверенностью могу сказать, что нет, я осталась собой. Стала лучшей и обновленной версией себя. Мой стержень не зарыть и не спрятать. Если нужно, я пронесу это и в следующую жизнь.

УЧУ РОЖАТЬ, ПОТОМУ ЧТО ОТЛИЧНО УМЕЮ

Я люблю отдаваться работе. Обожаю это ощущение потока, когда я читаю на курсах лекцию с горящими глазами, а беременные меня слушают с открытым ртом!

У меня есть шутка, в которой есть доля шутки: «У меня отлично получается рожать, поэтому я этому учу других жен-

щин». Я искренне влюблена в роды. Это настолько прекрасно, мощно, сакрально, что не описать словами. Я горю этим! Это, наверное, можно почувствовать только в тот самый момент моего «потока» на лекции.

Но одной моей любви к работе мало. Знаешь, что такое закон сохранения энергии? Когда что-то даешь, нужно получать равнозначное взамен. Тогда сохраняется баланс «брать-давать».

Лично мне обновляют этот ресурс счастливые истории о родах, отзывы и благодарности, которые я получаю. Меня так удивляет это: «Света, ты, наверное, меня не помнишь... Я ходила на курсы пару месяцев назад». Дорогие! Я всех помню и всех люблю! И всем всегда рада помочь.

Я СЛИШКОМ ХОРОШО ГОТОВЛЮ К РОДАМ

Однажды мне предъявили, что я слишком хорошо готовлю к родам.

Это была очень необычная группа на моем курсе для беременных: «костяк» девочек ходил из курса в курс на гимнастику и лекции уже по четвертому кругу. Одна беременная даже ходила с 20 недели по 42-ю. Они подхватывали беседы про Мишеля Одена и безводный период, а на вопрос про условия наступления родов хором скандировали про «темно-тихо-тепло». В итоге они родили с разницей в несколько недель своих девчонок.

Так образовалась их тусовка, и, конечно же, они решили замутить общее дело. Девушки получили клевый вдохновля-

ющий опыт родов, а потом пошли и сделали свои курсы для беременных.

Как мы уже выяснили, хорошо рожать — это талант. Девочки решили передавать эти знания, делиться опытом своих родов и организовали клуб для мам.

Помню, коллега мне сказала в шутку что-то в стиле: «Ты их породила, ты с ними и разбирайся». А мне так весело и радостно тогда было! Это же круто — найти свое призвание.

Я помню всех, кого готовила к родам на курсах и индивидуально, а это сотни человек! Мне даже сложно сосчитать, сколько пар я подготовила к родам: каждый месяц, двенадцать лет подряд, группы по семь-десять человек. Но эту группу я вспомню даже в глубокой деменции, настолько сроднилась с ними. Привет вам, девочки! Знаю, что вы читаете.

ПРОПАГАНДА ГВ – ЭТО КРЕДО

– Вы пропагандируете ГВ!

– Конечно. А что мне, по-вашему, пропагандировать? Смеси?

Я акушерка. Это моя работа. Я рассказываю, как рожать, кормить грудью, могу роды принять. Моя область – физиология. Лактировать и рожать естественно это физиологично. Это не хорошо и не плохо – это нормально! Это ноль, база, точка отсчета. Относительно этого мы рассматриваем остальное на предмет нормальности и приемлемости.

Что не физиология — то патология, стало быть. Я могу проконсультировать, как вернуть процесс в естественное русло по цене пары банок смеси.

Да, я за естественные роды. За физиологичные процессы я лягу грудью. Двумя. Раньше я вообще могла *молоком в глаз брызнуть*... Эх, было время!

Слово-то какое подобрали еще: пропагандировать. Прямо транспаранты с грудью развесила. В обменных картах беременных рекламу ГВ печатаю. Пробники грудного молока раздаю. О какой пропаганде нормы может идти речь?

ЧТО СПАСАЕТ МЕНЯ ОТ ВЫГОРАНИЯ?

Для меня каждая мамочка — это не просто очередное «пузо», нет.

Для меня это — мама Настя в ожидании малышки Алены. Аленка всю ночь отплясывала на маминых ребрах. А это — храбрая Катя, которая хочет родить после КС. Катю тошнит от мятных пряников, поэтому мы их выкинули. А это Алина, она носит двойню. Она решила не узнавать пол будущих малышей, чтобы сделать себе сюрприз.

Бесконечные переписки, экстренные консультации, ночные звонки... *И каждой хочется дать частичку тепла.* Иногда я даже не узнаю маму, но узнаю ребенка. **«Где-то я тебя видела».**

Я рада, что у меня есть время на то, чтобы всем уделить внимание, спросить, кого ждем — мальчика или девочку, узнать, что ела беременная, и выслушать ее тревожный сон.

Потому что это важно. Знать о моральном состоянии своей беременной так же важно, как уточнить ее анамнез, взвесить ее, измерить и дать ей рекомендации, какие витамины принимать.

Это так же важно, как померить давление и посмотреть анализы.

Я как-то села хотя бы примерно прикинуть, сколько было проведено курсов, консультаций, ведений беременности, сопровождений родов за двенадцать лет работы... Меня отвлекли на седьмой сотне. Сколько животиков «перещупано», сколько беременных мам проинструктировано, сколько... **Сколько еще не сделано!**

САМОЕ ПРЕКРАСНОЕ В МОЕЙ РАБОТЕ

Знаете, что я считаю самым прекрасным в своей работе? **Я вижу жизнь с самого начала.**

Часто женщины рассказывают мне о радости «двух полосок» даже раньше, чем будущему папе. Я храню эту тайну, пока все доказательства не будут «на лицо», точнее, на живот.

Беременные приходят на курсы с небольшими животиками, и я вижу, как меняются не только их формы, но и они сами. *Эдакая микроэволюция у меня на глазах!*

Сегодня меня просят: «Света, пощупай меня», и я определяю положение ребеночка в матке, слушаю его сердечко. А «завтра» (то есть после родов) встречаю мамочек, кормящих

грудью этих деток. Мне так и хочется сказать: *«Эй, малыши, да мы с тобой знакомы!»* А потом они приходят на лекцию по введению прикорма, где эти самые малыши бодро расползаются изучать мир.

В какой-то момент ребенок становится совсем взрослым и отлучается от груди. «Отлучились? Какие молодцы! Сколько вам? Уже полтора года?! Да ла-а-адно! Совсем недавно же беременная была!»

А потом через время: **«Свет... я беременна, только тссс!»**