Nelly Niculina Stancescu

Mesaj din sacul amniotic

Ediție A4 pentru tipărire

Ediția reunește textul disponibil în cele trei documente Word. Reperele «Pagina» și «Paginile» urmează numerotarea din surse. Numerele din subsol aparţin acestei ediţii A4.

Numerotarea consemnată în surse are următoarele intervale şi numere fără reper explicit: 1–4, 14–20, 24, 27–28, 31, 33, 40–44, 52–54, 64, 67, 70, 75, 81, 83, 87, 89, 93, 97, 104–105, 110–112, 118–120, 128–131, 143, 151, 153, 156, 165, 167, 195–198, 211, 213–216.

Introducere (asta nu este in carte dar mi se pare foarte frumos formulat)

😊

Înainte ca cerul să aibă nume, au fost tăceri care au învățat lumina să coboare. În pragul nașterii, moașa nu ține doar mâini: ține o promisiune. De aceea, această carte se deschide cu un gând de trezire a inimii - căci fiecare naștere are un sens mai adânc decât ce se măsoară, iar fiecare persoană adusă pe lume poartă o chemare care nu se epuizează.

Lumea numește nașterea „moment". Credința o numește „început". Iar moașa, în liniștea ei plină de rost - îi răspunde cu respect, ca unei promisiuni care începe din nou în fiecare copil.

Autoarea

Nelly Niculina Stancescu s-a născut la 31 martie 1949 în Babadag, România. A crescut într-o familie cu patru frați. La 18 ani s-a mutat la București, unde a început inițial să studieze farmacia. Curând însă, și-a îndreptat pașii către alt drum: a urmat o formare pentru a deveni moașă/în îngrijiri active la naștere in Portul Ru și, în paralel, timp de doi ani, a studiat pentru a profesa ca asistentă medicală specializată în medicină la naștere și ginecologie.

Încă din copilărie, Nelly Niculina Stancescu și-a dorit să ajute oamenii. Alegerea profesiei de moașă a fost, pentru ea, o consecință firească. După o primă experiență importantă în sala de nașteri din România, în Germania și-a putut pune în practică și aprofunda cunoștințele dobândite.

Are doi copii și un nepot. Locuiește in München, iar activitatea și viața ei au legături și cu România și Italia. Acesta este prima ei carte, în care privește cu recunoștință și claritate înapoi asupra întregii sale munci și a experienței adunate de-a lungul anilor.

Pagina 5

Scriu această carte ca pe o moștenire pentru copiii copiilor noștri, pentru mamele și tații care mă întreabă mereu: „Cine îi va însoți pe nepoții noștri în venirea lor pe lume?" Răspunsuri la această întrebare, precum și informații suplimentare, veți găsi, dragi cititoare și dragi cititori, pe parcursul întregii cărți. Vă invit să porniți în această călătorie fascinantă.

Dorința mea este ca, prin intermediul acestei cărți, filosofia mea, pe care mi-am dorit dintotdeauna să o transmit mai departe să fie citită și ascultată.

Paginile 6–7

A naște nu înseamnă a ști, nici a înțelege; a naște înseamnă a avea încredere.

Când am întâlnit-o pentru prima dată pe Nelly, eram plină de speranțe și așteptări. Totul trebuia să fie altfel decât la nașterea îndelungată și dificilă a fiului meu. Îmi doream ca noua mea moașă, aleasă de mine sa fie: puternică, competentă și, mai presus de toate, să mă ia în serios, calități ,care îi lipsiseră primei mele „moașe întâlnite întâmplător".

Pentru mine nu a fost ușor să ajung, pe parcursul sarcinii, să capăt cu adevărat încredere în Nelly, deoarece, pe de o parte, aveam temeri mari, iar pe de altă parte sunt o persoană care vrea să meargă până la capătul lucrurilor și să le înțeleagă în profunzime. Am nevoie

întotdeauna de o explicaţie plauzibilă, însă în activitatea lui Nelly aceasta nu există întotdeauna, deoarece cunoştinţele ei practice nu se bazează pe statistici, ci pe mâinile ei pricepute şi pe ochii ei vigilenţi, care au văzut deja atât de multe.

Mă gândesc la ceea ce este special la această femeie extraordinară şi, încercând să o descriu pe Nelly, recunosc felul ei cu totul aparte de a avea grijă de mame şi de copii. Rareori am întâlnit pe cineva care să se potrivească mai bine locului pe care îl are în lume decât Nelly.

Deoarece ea însăşi nu se consideră doar o femeie cu experienţă în profesia sa, ci şi o femeie care se încrede în Dumnezeu, comparaţia cu darul divin de a netezi calea vieţii mi se pare, după părerea mea, potrivită. Inteligenţa ei, grija faţă de ceilalţi şi faptul că a crescut într-o familie numeroasă, în România anilor ’50 şi ’60, au transformat-o pe Nelly într-o femeie cu o mare forţă interioară, cu o deosebită competenţă socială şi cu curajul de a se încrede în vocea ei interioară, în priceperea sa şi în înţelepciunea vieţii.

Există multe momente în biografia lui Nelly care ar fi făcut-o, o fire mai slabă, putea să dispere şi să se răzvrătească: propria ei naştere dramatică, faptul că, pe când era foarte mică, a fost pe punctul de a se îneca, moartea mult prea timpurie, din cauza cancerului, a iubitei sale mame. Nelly însă a crescut prin încercările pe care viaţa i le-a aşezat în cale. Viaţa a modelat-o într-o femeie de o sensibilitate profundă, cu forte uriase in momentul potrivit si care cu numeroasele ei talente a ajuns la maturitate deplină în profesia de moaşă, într-un mod cu adevărat minunat. În preajma ei, şi viitoarele mame se simt puternice şi pregătite. Numai Dumnezeu ştie cum reuşeşte Nelly acest lucru.

Nelly este o instituţie, o moaşă cu o experienţă incomparabilă şi, în acelaşi timp, un om neînfricat, care nu face compromisuri.

Când şi trupul meu mi-a transmis semnale pe care nu le puteam explica şi mi-a arătat că sosise timpul să-mi aduc fiica pe lume, Nelly mi-a fost alături în această situaţie, în ciuda unor dificultăţi şi a temerilor mele, doar atunci am putut să mă abandonez cu adevărat şi să am încredere.

Din acel moment, mi-am încredinţat fericirea în mâinile ei şi nu am regretat nicio clipă. Pentru mine, a doua mea naştere a fost, în acelaşi timp, vindecătoare, dureroasă şi plină de învăţăminte. Micile consecinţe nedorite provocate de medici pălesc tot mai mult. Ele sunt copleşite de bucuria profundă pe care ne-o aduce fiica noastră sănătoasă şi perfectă şi de sentimentul că, în împrejurările dificile prin care am trecut, datorită lui Nelly, am avut parte de cea mai bună naştere posibilă.

Activitatea lui Nelly, care se întinde pe mai bine de jumătate de secol de experienţă profesională, nu poate fi rezumată în grafice clare, statistici relevante, broşuri concise sau studii medicale detaliate. Fiecare copil pe care l-a însoţit pe lume şi fiecare familie pe care a luat-o de mână pentru o parte din drumul ei, reprezintă adevăratele mărturii ale activităţii sale. Dacă i-am aduna pe toţi într-o singură încăpere, pentru ca ei să-şi transforme cuvintele într-o istorie orală colectivă, condensată într-un uriaş şi pozitiv val de experienţe, trăiri şi emoţii, poate că astfel i-am face cu adevărat dreptate. Poate că această carte va contribui la surprinderea operei de-o viaţă a unei persoane extraordinare şi a unei protectoare a vieţii şi a trupului.

Dr. Susi Nagele

Pagina 8

În mod ideal, atât sarcina, cât şi naşterea sunt evenimente pline de bucurie, care, de regulă, decurg fără probleme.

Ştim însă că, în timpul naşterii sau după naştere, pot apărea situaţii dificile. Şi în astfel de cazuri, moaşa Nelly, datorită experienţei sale temeinice, a fost alegerea potrivită: o îndrumătoare orientată cu adevărat către paciente.

Sub îngrijirea ei, pacientele, chiar şi cele care priveau naşterea cu un respect profund şi cu teamă firească, s-au simţit întotdeauna în siguranţă şi bine însoţite. Iar noi, medicii, am beneficiat adesea de sfaturile ei bune. Nelly şi-a ales, fără îndoială, profesia potrivită. Le-a fost pacientelor de mare ajutor atât în planificarea naşterii, cât şi în timpul naşterii propriu-zise, şi a fost înzestrată cu un anumit simţ al umorului.

Dr. Lazlo Csiky-Strauss

Pagina 9

Pornind de la cuvintele socrului meu de odinioară, fac acum legătura cu prezentul pentru a-i aduce un omagiu lui Nelly! O femeie minunată şi o moaşă cu totul deosebită.

Am cunoscut-o pe Nelly prin intermediul socrului meu. El era deja încântat de ea, iar eu nu doar că am ajuns să o apreciez, ci am şi îndrăgit-o. Ea se dedică într-un mod exemplar şi de încredere binelui pacientelor sale, într-o manieră unică printre colegele ei. Pentru mine este o bucurie să am privilegiul de a colabora atât de bine cu Nelly de mai bine de zece ani. Fie ca această perioadă minunată să nu se încheie niciodată.

Am admirat atât de mult felul în care Nelly lucrează cu pacientele, încât a devenit un model pentru mine. Din colaborarea noastră s-a născut o prietenie strânsă, pentru care îi sunt profund recunoscătoare.

Dragă Nelly, îţi doresc ca această carte, asemenea întregii tale activităţi, să se bucure de un succes deplin. Îţi mulţumesc din inimă că am avut privilegiul de a te cunoaşte.

Cu recunoştinţă şi prietenie pentru totdeauna.

Dr. Stephan Gastroph

Paginile 10–11

Sunt nespus de fericită că m-am născut în România şi că am avut posibilitatea de a-mi învăţa meseria cu propriile MÂINI. Pentru aceasta le mulţumesc tuturor celor care, într-un fel sau altul, au contribuit la transmiterea acestui meşteşug, de care am avut nevoie pentru a-mi putea trăi viaţa ca moaşă. Îi mulţumesc Dr. Caraian Decebal, medic obstetrician-ginecolog la Spitalul Constanţa / România. De asemenea, îi mulţumesc moaşei Rodica Ionescu, care a fost pentru mine cel mai important model, precum şi Ileanei Sari.

În primul rând îi mulţumesc familiei mele, soţului meu, copiilor mei şi nepotului meu Vincent. Toţi m-au sprijinit necondiţionat. Când eram încă tineri, soţul meu a renunţat la tot pentru a-mi permite să-mi găsesc împlinirea şi fericirea în profesia mea. El şi-a dat seama că eu nu pot trăi fără profesia mea.

Le mulţumesc tuturor medicilor din Germania care mi-au oferit libertatea de a- mi folosi

cunoştinţele şi abilităţile şi care m-au sprijinit întotdeauna în activitatea mea. Mulţi dintre ei au devenit parteneri profesionali de încredere, iar pe unii îi consider chiar prieteni. În mod deosebit îi mulţumesc domnului Prof. Brosius, domnului Dr. Horst Krause, domnului Dr. Anton Klaus, domnului Dr. Jörg Hecker, domnului Dr. Peter Koch şi domnului Dr. Manfred Groß, cu care am lucrat mulţi ani în prima mea clinică. El a fost partenerul meu profesional la naşteri pentru cea mai lungă perioadă, iar împreună, între anii 1983 şi 1993, am asistat la aproximativ 2.000 de naşteri.

De asemenea, îi mulţumesc domnului Dr. Michael Boruth senior şi familiei sale, domnului Prof. Dr. Karl-Eugen Ruckhäbele, domnului Dr. Martin Schmidt, doamnei Dr. Ulrike Scharf, domnului Dr. Laszlo Csiky-Strauss, domnului Dr. Stephan Gastroph, domnului Dr. Otto Kabdebo şi domnului Walter Schönwetter. Ei sunt cei care m-au sprijinit întotdeauna şi mi-au apreciat meşteşugul. În plus, îi mulţumesc pediatrului Dr. Kirk Lampe, anesteziştilor mei, Dr. Geißler, Dr. Wolfgang Linke şi Dr. Hirtz, precum şi întregii echipe de anestezie şi secţiei de pediatrie.

Mulţumirile mele cele mai profunde se îndreaptă către cei peste 10.000 de copii pe care i-am ajutat să vină pe lume şi care, împreună cu părinţii lor, mi-au acordat încrederea lor. De asemenea, le mulţumesc mamelor care s-au dedicat întru totul procesului naşterii şi taţilor alături de care am avut privilegiul de a petrece momente foarte frumoase în sala de naşteri. În acest context, le mulţumesc şi tuturor bunicilor, respectiv mamelor viitoarelor mame, care mi-au transmis prin scrisori foarte personale recunoştinţa lor sinceră. Mulţumiri din suflet se îndreaptă către fosta mea colegă moaşă şi prietenă Iris Abichou, pe care am cunoscut-o în anul 1993. De asemenea, îi mulţumesc lui Diane Morhauer, o moaşă cu care sunt şi astăzi în legătură, şi nu în ultimul rând Lydiei Beese, asistentă medicală pediatrică, care, de-a lungul deceniilor, a devenit din pacientă prietenă. Am colaborat foarte intens cu ea atât în cabinet, cât şi în spital.

Călugăriţei Gabriela de la Mănăstirea Celic-Dere îi datorez mulţumiri deosebite. Prin felul ei cu totul aparte, ea a fost cea care m-a inspirat să-mi îndeplinesc dorinţele. Mulţumiri din inimă se îndreaptă şi către stareţa Fevronia şi către maica Mihaela, care au grijă de mănăstirea mea.

Îi mulţumesc doamnei Dr. Annette Hirmer, precum şi Evei şi lui Carsten Albert, ai căror copii i-am ajutat să vină pe lume şi care m-au încurajat să-mi scriu cartea şi mi-au deschis drumul către editură.

Mulţumesc din suflet editurii Pflaum-Verlag pentru disponibilitatea de a publica povestea mea. Mulţumiri speciale îi adresez domnului Christian Wittmann, care s-a ocupat în permanenţă în mod excelent de cartea mea în cadrul editurii, precum şi autoarei mele din umbră, doamna Susanne Wiedl, pentru sprijinul acordat în realizarea acestei cărţi.

De asemenea, le mulţumesc lui Annegret Schneider, Kathrin şi Alexander Schulz, Marianne Buchmann, Lydia şi Iris, care au sădit în mine, încă de acum zece ani, ideea acestei cărţi.

Nelly Niculina Stancescu

Paginile 12–13

Aceasta este o carte despre bucurie. Despre bucuria naşterii şi despre tot ceea ce este legat de aceasta. Despre miracolul pe care natura îl săvârşeşte de mii şi mii de ani. Despre naşterea

omului, despre drumul său spre propria personalitate şi despre unicitatea sa. În această carte nu veţi găsi sfaturi care trebuie aplicate de la A la Z. În schimb, veţi putea pătrunde puţin în activitatea mea de moaşă, în meseria căreia i-am dedicat întreaga viaţă. Pentru mine este o mare dorinţă să transmit mai departe cunoştinţele acumulate în peste cinci decenii de experienţă în sala de naşteri şi, prin acestea, să fac lumină asupra unor lucruri sau altora. Vreau să le înlătur femeilor teama de sarcină. Vreau să le înlătur femeilor însărcinate teama de naştere. Vreau să le înlătur părinţilor teama de a avea grijă de nou-născutul lor. O naştere este ceva minunat, atâta timp cât i se permite să se desfăşoare în mod firesc de ambele părţi. Nu doar femeia trebuie să-şi aducă contribuţia, ci mai ales moaşa este cea căreia i se cere întreaga sa experienţă în acordarea AJUTORULUI LA NAŞTERE.

Informarea este, în zilele noastre, mai importantă ca niciodată. Cu toate acestea, femeile însărcinate ajung tot mai des să fie lăsate singure cu informaţiile despre naştere pe care le-au găsit pe internet. Moaşele abia dacă mai parcurg acest drum împreună cu femeia însărcinată. Ele sunt prezente, dar adesea nu mai sunt active. Un ajutor activ la naştere necesită însă foarte mult, fiecare naştere este diferită. Nicio naştere nu poate fi comparată cu alta şi nici nu poate fi tratată după o schemă prestabilită. De aceea, îngrijirea individuală a femeii însărcinate şi a copilului este atât de importantă. Procedurile standardizate, atât în pregătirea pentru naştere, cât şi în timpul naşterii propriu-zise, sunt sortite eşecului şi pot duce rareori la complicaţii. Aşa cum fiecare om este unic, la fel de unică este şi fiecare naştere. Din acest motiv, consider că este nepotrivit să se ofere sfaturi care sunt prezentate ca fiind singurele corecte. Omul nu este o maşină şi, de aceea, nu poate fi tratat ca atare. Nici femeia însărcinată şi nici copilul din pântecele mamei.

Marea mea dorinţă este ca, prin această carte, să vă ofer o perspectivă asupra diferitelor etape ale vieţii mele ca moaşă. În ultimii cincizeci de ani am ajutat la venirea pe lume a peste 10.000 de copii. Această experienţă doresc să o transmit generaţiilor următoare de moaşe şi părinţi: experienţa din sala de naşteri, din practica de moaşă şi din camerele copiilor. AJUTORUL LA NAŞTERE pe care îl ofer a conferit întotdeauna femeilor un sentiment de siguranţă. Înainte de naştere port discuţii cu femeile, aflu ce îşi doresc şi de ce le este teamă. După aceea le explic cum arată munca mea în sala de naşteri. Ele simt încrederea în ajutorul meu şi se pot lăsa complet în voia procesului naşterii. Din punctul meu de vedere, aceasta este cheia succesului unei naşteri.

Medicina este importantă, fără îndoială. Dar să te concentrezi în timpul naşterii doar asupra medicinei este imprudent. Până la urmă, sunteţi însărcinată, nu bolnavă. Veţi deveni mamă. Meşteşugul bine învăţat al moaşei reprezintă actul cel mai important în procesul naşterii. Iar despre aceasta vreau să vă informez. Despre faptul că dumneavoastră, ca femeie, ca femeie însărcinată, ca părinţi, ar trebui să vă gândiţi la perioada de dinainte, din timpul şi de după naştere. Despre faptul că ar trebui să vă simţiţi mai mult propriul corp, în loc să navigaţi pe internet. Despre faptul că, prin dialog, ar trebui să creaţi o legătură mentală cu moaşa dumneavoastră, în loc să ajungeţi nepregătită şi într-un mod standardizat în grija unei moaşe oarecare. Despre faptul că naşterea este, în primul rând, ceva natural şi că ar trebui să percepeţi semnalele copilului dumneavoastră în pântece, în loc să răsfoiţi cărţi şi să participaţi la cursuri care transmit doar teorie. Despre toate acestea vorbesc în cartea mea. Nu despre cunoştinţe excesiv de formalizate şi teoretice. Pe acestea le găsiţi pe Wikipedia. O naştere are nevoie de o persoană care AJUTĂ LA NAŞTERE. Activă, demnă de încredere şi

profesionistă. Iar pentru aceasta stau eu prin munca mea.

Vă doresc multă plăcere la citirea şi răsfoirea acestei cărţi. Fiţi convinşi că relatările mele bazate pe cincizeci de ani de experienţă profesională vor aborda toate aspectele pe care eu le consider necesare. Nu pot confirma dacă printre acestea se numără întotdeauna şi acele aspecte menţionate în literatura actuală de specialitate. Abordarea mea este diferită, lucru pe care l-am putut observa de nenumărate ori atunci când am urmărit modul de lucru al colegelor mele. Însă rezultatele mele în sala de naşteri, şi anume aducerea pe lume a unui copil în mai puţin de cinci ore în medie, vorbesc de la sine.

Sunt convinsă că o naştere nu trebuie să dureze între zece şi treizeci de ore, ci că, printr-un AJUTOR ACTIV LA NAŞTERE, aceasta poate avea loc mult mai repede. Aveţi curajul să vă puneţi la îndoială propriile convingeri şi să renunţaţi la opiniile preconcepute. Numai dumneavoastră vă simţiţi copilul, numai dumneavoastră puteţi decide pentru propriul corp. Permiteţi-vă acest lucru!

Cu cele mai bune gânduri, Nelly Niculina Stancescu

Capitolul 1

Pagina 21

În copilărie aveam obiective simple. Voiam să îi ajut pe cei săraci şi pe cei slabi. Deşi aveam un caracter încăpăţânat şi eram foarte hotărâtă, eram o persoană foarte sociabilă. Cred că această încăpăţânare a mea se datorează într-o anumită măsură faptului că m-am născut sub semnul zodiacal al Berbecului. Despre Berbec se spune că are o mare putere de afirmare şi că nu îi place să se supună.

Oraşul meu natal este Babadag, în România. Acolo am văzut lumina zilei la 31 martie 1949. Babadag se află în apropierea Mării Negre, între laguna Lacul Babadag, la nord-est, şi regiunea deluroasă Podişul Babadagului, la sud-vest. Tulcea este reşedinţa judeţului şi se află la aproximativ 35 de kilometri spre nord. Peisajul este foarte plat, iar oraşul Babadag se află la numai 40 de metri deasupra nivelului mării. Zona are şi astăzi un caracter predominant rural, iar densitatea populaţiei este de mai puţin de o sută de locuitori pe kilometru pătrat.

M-am născut fiind penultimul copil dintr-o familie cu cinci copii. Părinţii mei s-au căsătorit în anul 1942, iar în 1943 s-a născut sora mea mai mare, Georgeta. Doi ani mai târziu s-a născut fratele meu, Ionel, care însă a murit la vârsta de opt luni, în urma unei vaccinări. A făcut septicemie, pe care organismul lui nu a putut să o învingă. Apoi s-au născut ceilalţi doi fraţi ai mei, Peter şi Paul. Între ei m-am născut eu. Paul este singurul dintre fraţii mei care mai trăieşte. Ca aproape toţi copiii din acea vreme, şi eu am fost născută acasă. În România, naşterile în spitale au devenit posibile abia în jurul anului 1955. Mama mea a fost sprijinită de o moaşă, aceeaşi moaşă care îi asistase şi pe fraţii mei la naştere. M- am născut, aşadar, între orele două şi trei noaptea. La vremea aceea, electricitatea nu exista încă peste tot, iar casa era iluminată cu lumânări şi lămpi cu petrol. Imediat după naştere, nu am plâns şi nu am respirat, motiv pentru care mama şi moaşa au fost foarte îngrijorate. M-am născut cu o membrană care îmi acoperea capul. Cu alte cuvinte, sacul amniotic se întinsese peste capul meu. Acest lucru se întâmplă destul de rar, dar poate apărea uneori. Se vorbeşte şi despre o *naştere cu căiţă* sau despre o *căiţă norocoasă*, deoarece, în Evul Mediu, aceasta era

considerată un semn de noroc. Se credea că un astfel de copil era destinat bogăţiei, generozităţii şi unei mari capacităţi de exprimare şi că ar fi avut chiar puteri supranaturale.

De aceea, imediat după naştere, starea mea nu era tocmai bună. Din fericire, însă, mi-am revenit foarte repede.

Mama mea provenea dintr-o familie înstărită, iar tatăl meu dintr-o familie cu condiţii de viaţă obişnuite. Bunica mea din partea mamei ne-a învăţat foarte multe lucruri. Pentru ea era deosebit de important să învăţăm cât mai mult, mai ales tot ceea ce ţinea de bunele maniere şi de regulile de conduită.

Pagina 22

Bunica mea din partea tatălui era o femeie simplă, dar cu un suflet foarte cald. Din păcate, a rămas văduvă de timpuriu. Ne-a primit pe toţi copiii în inima ei şi mie mi-a făcut întotdeauna mare plăcere să merg la ea.

La aproximativ şase luni după naşterea mea, cred că era în septembrie sau octombrie, deşi astăzi nu mai ştiu cu exactitate, am avut un accident. Mă jucam în cameră împreună cu fratele meu de doi ani şi sora mea de şase ani. La un moment dat, m-au aşezat pe pervazul ferestrei. Chiar sub fereastră se afla un butoi mare, cu aproximativ două sute de litri de apă de ploaie. Mă legănam înainte şi înapoi, iar deodată am căzut în butoi. Pentru un copil de numai şase luni, era o situaţie cumplită. Probabil că sora mea a ţipat îngrozitor de tare, pentru că nu a mai reuşit să mă prindă şi s-a speriat foarte tare pentru mine. Mama lucra în grădină şi, din fericire, se afla la numai aproximativ cincizeci de metri distanţă. A alergat cât a putut de repede pentru a mă salva din butoi.

Din povestirile surorii mele, am ieşit la suprafaţă şi m-am scufundat din nou de cinci ori, înainte de a nu mai apărea deloc. Chiar în acel moment, mama m-a scos din apă. Pe atunci nu existau servicii de urgenţă medicală, aşa cum există astăzi. Nu era nici medic, nici spital. Dumnezeu era singurul sprijin sufletesc şi tot El era considerat, cel care hotăra soarta mea.

Următoarele trei zile au fost foarte grele pentru mine şi pentru familia mea. Se spune că aveam faţa vânătă şi că abia mă mai mişcam. Familia mea a aşezat lumânări în jurul patului meu şi s-a rugat împreună cu moaşa pentru viaţa mea. Acesta era tot ce se putea face pentru mine . În plus, preotul venea în fiecare zi şi rostea o rugăciune pentru mine. A făcut acest lucru până când, în cea de-a treia zi, am revenit la viaţă. Ceea ce se întâmplase fusese un şoc pentru întreaga familie, dar, în cele din urmă, a fost o minune că totul s-a încheiat atât de bine.

Pagina 23

Cunosc această poveste de la dădaca mea.

Avea cincisprezece ani în momentul în care s-a întâmplat accidentul meu. Deoarece părinţii mei au crezut mult timp că nu voi mai putea duce o viaţă normală, mi-au ascuns această poveste. Abia după moartea lor, fosta noastră dădacă mi-a povestit ce se întâmplase.

Ceea ce a fost foarte greu era faptul că sora mea s-a simţit profund vinovată pentru accident. Pentru că în familia noastră nu se vorbea deloc despre acest subiect, ea nu a avut cu cine să discute şi a rămas puternic apăsată de această întâmplare. Cinci ani mai târziu, când fratele meu a început şcoala, iar eu eram încă la grădiniţă, sora mea s-a mutat de acasă şi a locuit la

bunicii noştri până când a mers la universitate.

Am avut o copilărie foarte frumoasă. Părinţii mei aveau o situaţie materială bună; deţineau un magazin alimentar şi un restaurant. Din această cauză, petreceam mult timp la bunicile mele. Tatăl meu era un om foarte harnic şi priceput. Noi, copiii, am avut întotdeauna tot ceea ce ne trebuia şi chiar şi ceea ce ne doream. Familiei noastre nu i-a lipsit absolut nimic.

Pagina 25

În anul 1967, când am ţinut în mâini diploma de bacalaureat, nu aveam nicio idee ce profesie să aleg. Simţeam o mare satisfacţie atunci când îi sprijineam pe cei mai săraci şi mai vulnerabili din societate. De aceea, mama mea mi-a sugerat să aleg ceva care să aibă legătură cu oamenii. Am început să studiez farmacia. Din păcate, nu mi-a plăcut prea mult; nu mă puteam împăca cu ideea de a lucra ca vânzătoare într-un halat alb.

Am căutat o altă posibilitate şi, în cele din urmă, am găsit o formare profesională în urma căreia, după doi ani, puteam deveni asistentă medicală în obstetrică şi ginecologie. În anul 1968, am început pregătirea în domeniul asistării active la naştere şi, în paralel, am urmat studii pentru a-mi păstra posibilitatea ca, după încă doi ani de studii medicale, să devin medic ginecolog. Urgenţele erau pasiunea mea. Mi-am dorit întotdeauna să pot face faţă oricărei situaţii, să stăpânesc ceea ce era dificil şi să ajut. Acest lucru m-a motivat să urmez şi cursuri pentru intervenţii în caz de urgenţă la nou-născuţi, adolescenţi şi adulţi.

Din 1968 am lucrat apoi în sala de naşteri. Încă din timpul formării profesionale, am avut mai multă practică decât teorie. Pregătirea mea ca moaşă nu s-a desfăşurat aproape deloc la şcoală, ci mai ales în sala de naşteri. Îmi doream să capăt mai întâi experienţă în sala de naşteri, ocupându-mă de cazurile de urgenţă. Acolo se putea învăţa cel mai mult, chiar dacă experienţele nu erau întotdeauna pozitive. Acolo veneau femei care sufereau de preeclampsie, femei cu placenta praevia şi femei care urmau să nască prematur. Şi, bineînţeles, nimeni nu îşi dorea cu adevărat să lucreze în astfel de condiţii. Eu însă simţeam nevoia profundă de a învăţa mai întâi tot ceea ce putea reprezenta un risc pentru mamă şi copil în timpul naşterii, înainte de a lucra în sala de naşteri şi de a participa la naşterile normale. Observam întotdeauna ce făceau celelalte moaşe. Era acolo o moaşă mai în vârstă şi foarte experimentată, pe care o urmăream adesea. Ştia foarte multe, trecuse prin nenumărate situaţii în sala de naşteri şi, datorită acestui fapt, avea o experienţă extraordinară. Rodica Ionescu trăieşte şi astăzi în România. Ea a fost cel mai mare model al meu şi a ajutat la venirea pe lume a ambilor mei copii.

În timpul studiilor mele, în anul 1968, în oraşul-port RU, destinul a făcut să mă întâlnesc din nou cel ce avea să imi devina soţ, Ştefan. Îl văzusem în luna decembrie a anului precedent, la Braşov, însă nu vorbisem cu el. Ne-am îndrăgostit repede unul de celălalt. Ştefan avea atunci douăzeci de ani, iar eu aveam nouăsprezece ani. La 9 septembrie 1969 ne-am căsătorit, iar în acelaşi an am rămas însărcinată. Astfel, la 4 august 1970, la trei zile după ce îmi primisem diploma, s-a născut fiul nostru, Cosmin.

Pagina 26

În ianuarie 1970 a murit mama mea. Suferea de cancer de col uterin şi a îndurat luni întregi de suferinţă. Nu împlinise nici măcar 46 de ani.

Naşterea lui Cosmin a fost scurtă şi a durat doar trei ore. Aveam o siluetă suplă şi nu am avut nevoie nici de epiziotomie, nici de sutură pentru o ruptură perineală, deşi fiul meu nu era deloc mic. Avea 54 de centimetri lungime, cântărea 4.000 de grame şi avea circumferinţa capului de 37 de centimetri.

Moartea mamei mele a fost foarte tristă pentru mine, deoarece aveam o legătură cu totul specială cu ea. Ea a fost cea care ne-a încurajat să decidem întotdeauna în mod liber cum vrem să ne trăim viaţa şi ce profesie dorim să alegem. Ne spunea mereu cât de mult îi plăcea faptul că aveam grijă de cei mai vulnerabili, dar şi că mă implicam pentru dreptate şi luptam pentru lucrurile care erau importante pentru mine.

Prima naştere la care am avut voie să asist în calitate de moaşă nu mi-a influenţat în mod deosebit activitatea. Pe atunci, vremurile erau grele, iar femeile erau recunoscătoare pentru orice ajutor primit în sala de naşteri. Erau nevoite să aibă mulţi copii, deoarece în România nu existau mijloace contraceptive. Abia puteam să privesc suferinţa acestor femei. Pe de o parte, ele nu primeau îngrijire suficientă din partea medicilor, iar pe de altă parte erau neglijate de moaşe, care erau foarte prost plătite şi nu găseau prea multă motivaţie în profesia lor.

„O experienţă deosebită pentru mine a fost să trăiesc faptul că fiecare naştere se desfăşoară diferit.“

Pagina 29

Când mi-am ţinut diploma în mâini, trei zile mai târziu s-a născut primul meu copil. Era 4 august 1970, ora 08:40 dimineaţa. În noaptea precedentă au început contracţiile şi am avut diaree. Acesta a fost, ca să spunem aşa, semnalul de început al naşterii fiului meu, Cosmin. Rodica s-a întâmplat să fie prezentă la naşterea mea. M-a consultat, a folosit mult ulei, mi-a rupt membranele şi mi-a asistat naşterea fiului fără să fie necesară o epiziotomie. După două zile petrecute în clinică, am plecat acasă împreună cu Cosmin. Ileana Sari, prietena mamei mele, mi-a arătat, de asemenea, cum să am grijă de fiul meu: cum să-l îmbăiez, să- l ung cu ulei şi tot ceea ce mai trebuia să ştiu în calitate de mamă. M-a însoţit şi în perioada de lehuzie, deoarece nu exista îngrijire medicală la domiciliu după naştere. Totul era responsabilitatea familiei. Tot de la Ileana provine şi metoda „Baia lui Nelly” pentru bebeluşi.

Cinci ani mai târziu s-a născut fiica mea, Iulia. A venit pe lume cu trei săptămâni mai devreme, după ruperea membranelor. S-a întâmplat la 30 mai 1975. La naştere cântărea aproximativ 3.000 de grame, însă era puţin prematură. Şi ea a fost un copil sănătos, vioi şi plin de viaţă.

Pagina 30

„Ruperea membranelor nu înseamnă ceva rău, ci copilul ne arată că este mai bine să vină pe lume decât să rămână în burtica mamei.”

Pe atunci, în România, nici nu puteam folosi metode contraceptive şi eram oarecum neajutorate. De aceea recurgeam la tot felul de metode fără sens, cum ar fi să ne spălăm şi să ne golim vezica după contactul intim, sperând că nu vom rămâne însărcinate. Ca femeie, nu puteai să te bucuri pe deplin de sexualitate; erai preocupată mereu, în gând, să nu rămâi însărcinată.

Dupa fiecare nastere, -> La două săptămâni după naşterea copiilor mei, m-am întors la serviciu. Fiului meu i s-a făcut multă frică; nu a fost lăsat niciodată să plângă, din cauza convingerii că plânsul i-ar putea provoca probleme de sănătate. Mai târziu am aflat că, la băieţi, hernia inghinală şi hernia ombilicală apar mai frecvent decât la fete. -> aici este complicat in exprimare

„Zwei Wochen nach der Geburt meiner Kinder ging ich wieder arbeiten. Mein Sohn wurde von meiner Schwiegermutter versorgt. Sie hatte selbst neun Kinder zur Welt gebracht. Meine Schwiegermutter hatte eher eine südländische Mentalität und hat sich mehr um die Buben gekümmert und sie betütelt. Als unerfahrene Mutter hat mir das sehr viel Angst gemacht, sie hat ihn nie weinen lassen, mit dem Gedanken dass er Schäden davon trägt. Bis ich später erfahren habe, dass bei Buben häufiger einLeisten- und Nabelbruch vorkommt als bei den Mädchen.“

După naşterea fiicei mele am suferit puţin, deoarece, din cauza circumstanţelor, a trebuit să o duc la creşă încă de la vârsta de trei săptămâni.

Nu am alăptat niciunul dintre cei doi copii. Nu a fost posibil, deoarece a trebuit să mă întorc la serviciu începând cu a treia săptămână după naştere.

Pagina 32

După naşterea fiicei mele, în anul 1975, am locuit în oraşul Eforie Sud şi am început o activitate nouă. Din cauza celui de-al doilea copil, nu mai puteam parcurge zilnic cei 30 de kilometri până la locul de muncă. Împreună cu o altă colegă, lucram într-un punct medical, în care exista şi o sală de naşteri. Ziua eram de gardă timp de douăsprezece ore, iar noaptea trebuia să efectuez personal serviciul de gardă. După aceste 24 de ore, aveam 24 de ore libere. Acesta a fost ritmul meu timp de doi ani. În acelaşi timp, căutam să păstrez legătura cu familiile şi cu femeile însărcinate. Vizitam familiile la domiciliu şi ajutam acolo unde era nevoie. În spitalele mari din România nu era ceva neobişnuit să aibă loc treizeci de nasteri. Sase pana la sapte beblusi pe tura. Asta da numar.

Timp de 24 de ore lucram, apoi aveam 24 de ore libere. În toţi acei ani, eram mereu la dispoziţia oamenilor din casă şi ajutam oriunde era nevoie. În spitalele mari din România se întâmpla adesea să fie 30 de naşteri pe zi — şase sau şapte copii într-o singură tură. Era un număr foarte mare.

La acest punct medical am învăţat foarte multe. În tura mea asistam de obicei la naşterea a două sau trei copii. Simţeam când o femeie avea nevoie de ajutor şi când nu. Aveam pur şi simplu acest instinct şi mă bazam activ pe el. Când simţeam că naşterea se complica, transferam gravida la clinica raională. În regiunea mea, medicii mi-au dat un feedback foarte pozitiv. Îmi spuneau că aveam un instinct foarte bun pentru a pune diagnosticul corect şi pentru a decide când o femeie trebuia transferată. Probabil acesta este şi motivul pentru care nici astăzi nu mă simt în largul meu când o femeie naşte într-un cabinet medical sau chiar acasă. De ce ar face cineva asta? Pentru mine, nu există niciun motiv convingător. În spitalele din Germania există tot ce este necesar dacă apar complicaţii — atât pentru mamă, cât şi pentru copil.

„Nu mi-a fost niciodată teamă să ofer ajutor la naştere, dar am avut întotdeauna mult respect faţă de această responsabilitate.” (Nelly Niculina Stancesco)

Situaţia din ţara mea s-a agravat după ce Ceauşescu, fostul conducător al Partidului Comunist, a hotărât că trebuie să se nască mulţi copii, cu alte cuvinte, să crească populaţia. Prin lege, femeile erau obligate să aibă patru copii; abia de la al cincilea copil aveau voie să facă avort. Nu existau mijloace contraceptive, nici prezervative. Din acea perioadă au rămas multe persoane cu dizabilităţi, deoarece avorturile erau făcute în condiţii nesigure, iar unele femei au murit în timpul procedurilor. Femeile nu voiau să spună cine le ajutase, fiindcă atât ele, cât şi cei care făceau avorturile riscau să ajungă la închisoare. Femeile au fost nevoite să accepte acea situaţie, deşi era îngrozitor de tristă şi umilitoare. Pentru mine, era aproape de nesuportat. A fost o adevărată nenorocire. Din fericire, a trebuit să văd toate acestea doar timp de un an, fiindcă apoi am venit în Germania.

Pagina 34

Pe atunci, soţul meu era hotelier în România. Oaspeţii hotelului veneau din Germania, Polonia, Cehoslovacia de atunci şi din alte ţări. Vara era foarte mult de lucru la hotel, aşa că noi, ca familie, locuiam practic acolo. De cele mai multe ori, fiul nostru făcea amigdalită vara. Cea mai gravă a apărut după ziua lui de naştere, pe 4 august 1977.

Pentru că nu am reuşit să ţinem boala sub control cu mijloacele pe care le aveam, iar febra i s-a înrăutăţit, a trebuit să-l ducem la spital. În următoarele patru luni am stat izolată cu fiul meu în spital, iar el a fost supus permanent la investigaţii. Din păcate, medicii nu au reuşit să stabilească un diagnostic. Cu toate acestea, a fost tratat cu cortizon. I-au căzut părul, corpul i s-a umflat, iar febra nu ceda. În ciuda tuturor acestor lucruri, Cosmin era un copil foarte vioi şi isteţ.

Pe 6 decembrie, în acelaşi an, am primit biletul de externare, cu diagnosticul „histiocitoză”. Medicii ne-au sfătuit să-i oferim ultima bucurie, deoarece, potrivit spuselor lor, mai avea de trăit doar câteva luni. La externare, profesorul ne-a dat trei scrisori cu care puteam merge pentru continuarea tratamentului la trei spitale: la Boston, Paris şi München. Am fost mai mult decât uimiţi şi nu am înţeles de ce făcuse acest lucru. Mai întâi, am plecat cu Cosmin şi cu toată familia la munte, ca să sărbătorim Revelionul împreună şi să-i oferim ocazia să vadă şi să simtă zăpada. Iubea zăpada foarte mult şi o iubeşte şi astăzi. Eu şi soţul meu eram foarte trişti. Înainte să înceapă bucuria Noului An, am plecat de lângă ceilalţi şi am mers pe jos cam doi kilometri. Dintr-odată, ne-am trezit în faţa mănăstirii de călugări din Sinaia. Am aprins lumânări pentru noi şi pentru familia noastră, ca să putem face faţă celor ce urmau să se întâmple. După ce părăsiserăm deja mănăstirea, soţul meu mi-a spus că simţise o atingere uşoară pe obrazul stâng, deşi nu era nimeni în jurul nostru. Era cu puţin înainte de miezul nopţii. Din cauza educaţiei noastre marcate de comunism, nu am luat în serios ceea ce mi-a spus soţul meu. Chiar înainte să părăsim definitiv incinta, a apărut un călugăr, care ne-a dăruit o Biblie şi ne-a urat mult noroc. Ca printr-un miracol, la câteva zile după aceea, soţul meu a primit un telefon de la Ministerul Turismului: urma să plece în Germania pe 7 ianuarie, pentru trei luni, ca să participe la un curs de perfecţionare profesională. Scopul pregătirii era ca România să devină o destinaţie mai atractivă, astfel încât să vină mai mulţi turişti germani.

Soţul meu mi-a spus: „Trebuie să faci tot ce poţi ca să obţii aprobarea de a ieşi din România ca turist, ca să vii să mă vizitezi în Germania.” Am avut norocul că fratele meu era un fotbalist cunoscut şi îl cunoştea pe şeful autorităţii pentru paşapoarte şi vize. M-am dus la el împreună

cu fiul meu, ca să-i arăt cât de rău se simţea şi să-i explic că trebuia neapărat să plecăm din ţară pentru a-l salva. Aveam şi o fotografie cu fiul meu, în care se vedea cât de sănătos arătase cu doar câteva luni înainte.

Pagina 35

Fiica mea a rămas în România, în casa noastră, împreună cu soacra mea. Pentru noi, acest lucru era o garanţie că, în orice caz, ne vom întoarce. Am primit aprobarea de a părăsi ţara. Cu greu ne venea să credem — a fost din nou ca un miracol. În împrejurările de atunci din România, în mod normal, aşa ceva nu ar fi fost posibil. „Din acel moment am început să cred în miracole.” (Nelly Niculina Stancescu)

Am zburat de la Bucureşti la Frankfurt şi eram singurii pasageri din avion care aveam şi bilet de întoarcere. De acolo am luat trenul de noapte spre München şi am mers direct la Clinica de Pediatrie Haunersche. Sperând că voi putea rămâne alături de fiul meu în spital, trecusem clandestin peste graniţă diploma mea şi două adrese unde aş fi putut găsi cazare în München.

La clinică i-am dat secretarei scrisoarea profesorului şi am fost primiţi imediat, fără alte formalităţi. Cosmin a fost tratat doar cu supozitoare pentru scăderea febrei.

Soţul meu a plecat cu trenul în Pădurea Neagră, unde urma să lucreze, iar eu am rămas în München. Neavând unde să stau şi nefiindu-mi permis să rămân cu fiul meu în spital, m-am dus seara la una dintre cele două adrese pe care le aveam. Din păcate, nu am fost primită acolo şi am petrecut noaptea pe o bancă în gara principală. A doua zi am avut noroc: soţii de la cea de-a doua adresă m-au primit în casa lor.

Din acel moment, femeia m-a ajutat foarte mult, deoarece pe atunci încă nu vorbeam germană. Trei săptămâni mai târziu, fiul meu a fost externat cu diagnosticul: „Nu este histiocitoză; boală neobişnuită şi miracol.”

După externarea fiului nostru, a fost necesar să locuim împreună, ca familie, şi să găsim o locuinţă. La indicaţia medicilor, Cosmin trebuia să meargă la clinică o dată pe săptămână, în lunile următoare, pentru controale. Soţul meu şi-a găsit de lucru la un hotel renumit din München. Când spitalul ne-a trimis o factură de 20.000 de mărci, aceasta a fost cauza pentru care a trebuit să rămânem în München, să câştigăm bani şi să achităm această datorie mare.

Între timp, eu şi fiul meu deveniserăm apatrizi, deoarece permisul nostru de şedere expirase, aşa că am cerut azil. În septembrie 1978 am început să lucrez ca vânzătoare într-un supermarket. Mi se spusese de mai multe ori că trebuia să renunţ la viitorul meu de moaşă, fiindcă nu aveam o diplomă germană. Mă simţeam bine la supermarket. Şefa observase cât eram de harnică şi mi-a încredinţat multe responsabilităţi...

Pagina 36

Mi-au încredinţat chiar şi conducerea filialei atunci când şefa a trebuit să meargă la spital. Într-o sâmbătă, când eram la casă, a venit o femeie pe care o serveam adesea la raionul de brânzeturi şi mi-a spus că ar vrea să vorbească puţin cu mine. Era curioasă şi voia să ştie ce meserie avusesem. I-am explicat că eram asistentă de obstetrică şi ginecologie şi i-am arătat diploma. Soţul ei lucra la Guvernul Bavariei Superioare şi era responsabil de recunoaşterea diplomelor persoanelor venite din ţările blocului estic.

Uneori, lucrurile se aşază în viaţă fără să faci nimic anume. Aş spune chiar că a fost mâna lui

Dumnezeu. A trebuit să mă prezint la Guvernul Bavariei Superioare şi să dau un examen, pe care l-am promovat cu nota 1. Mi-am primit recunoaşterea diplomei la 1 octombrie 1980. Astfel, am putut lucra oficial ca moaşă în Germania. Când am vizitat-o pe şefa mea la spital, l-am cunoscut, ca printr-un miracol, pe medicul alături de care aveam să asist la peste două mii de naşteri.

La început însă, m-au repartizat să lucrez la secţia de nou-născuţi. Acolo eram foarte nefericită. Totuşi, acea perioadă a avut şi o parte bună: am cunoscut-o pe Lydia. Era asistentă medicală pentru copii şi între noi s-a creat imediat o legătură caldă, care durează până astăzi.

Îmi doream să fiu moaşă, pentru că, pentru mine, naşterea era ceva divin.

Ca să pot lucra în sfârşit în sala de naşteri, aveam nevoie de o dovadă că asistam la naşteri în Germania. Prin nişte prieteni care locuiau la Frankfurt, am obţinut un post la Spitalul St. Markus. La 1 mai 1981 mi-am început activitatea de moaşă în Germania. Medicii au observat repede că eram o persoană aparte şi că îmi făceam meseria foarte bine. „Mi-am impresionat colegii, pentru că mâinile mele simţeau că nu-mi făceam doar meseria, ci eram implicată cu toată inima şi cu tot sufletul.” (Nelly Niculina Stancescu)

Pe atunci, şefa fiecărei secţii era o călugăriţă. Ea m-a instruit. Abia după trei săptămâni am putut asista, în sfârşit, la prima mea naştere mult aşteptată în München.

Femeia venise la clinică în săptămâna a 37-a de sarcină şi avea deja contracţii. Am examinat-o şi i-am spus că urma să aibă gemeni. Femeia a fost foarte şocată; nimeni nu observase până atunci acest lucru, iar ea credea că va naşte un singur copil. În 1981, ecografiile nu se făceau încă în mod obişnuit. Cursurile de pregătire pentru naştere erau abia la început şi foarte diferite faţă de cele de astăzi. De asemenea, taţii rareori participau acest lucru nu era încă răspândit.

Pagina 37

Gemenii erau în prezentaţie pelviană, iar eu i-am adus cu bine pe lume. Aceasta a fost propria mea probă de foc. Medicii au rămas fără cuvinte; erau uimiţi de diagnosticul meu, de curajul şi de munca mea. După naştere, unul dintre medici m-a întrebat: „Cum aţi putut să vă daţi seama că erau în prezentaţie pelviană, fără ecografie şi fără ca membranele să se fi rupt?” I-am răspuns că nu am simţit fontanela, dar că m-au ciupit două funduleţe.

În decurs de trei săptămâni a urmat o a doua naştere care m-a marcat profund. O gravidă a ajuns la poartă după ce i se rupseseră membranele. Am fost anunţată şi mi-am luat trusa cu instrumente şi masa de consultaţie, apoi m-am îndreptat spre poartă. Am văzut un taxi oprind brusc şi am rămas foarte surprinsă: mă aşteptasem să vină cu ambulanţa. Femeia turcoaică îi avea cu ea, pe bancheta din spate, pe ceilalţi doi copii ai săi, de patru şi cinci ani. Era ultima clipă: se vedea deja al treilea copil, aflat în prezentaţie pelviană. Naşterea a avut loc în taxi. Când am avut nevoie de un prosop, taximetristul şi-a oferit de bunăvoie haina pe post de aşternut şi mi-a adus instrumentele. Am primit copilul în haina lui. Între timp, taximetristul nu a mai putut privi şi a vomitat.

Am aflat ulterior că vecina femeii o însoţise până la staţia de taxi din faţa casei. I- a spus taximetristului că, după colţ, era clinica şi că urma să telefoneze acolo. Vă puteţi imagina cum arăta maşina după aceea.

În acel moment, eu eram cea care conducea naşterea. Nu mai era nimeni acolo care să mă poată ajuta. Nici măcar nu observasem ce se întâmpla în jurul meu; eram concentrată doar asupra naşterii copilului. Oamenii stăteau la ferestrele clădirilor din jur şi priveau. Când totul s-a terminat, m-au aplaudat. Abia atunci mi s-a risipit şi mie tensiunea şi m-am bucurat că trăisem o naştere atât de neobişnuită — şi asta la numai trei săptămâni după naşterea gemenilor.

Aşa am adus pe lume copil după copil. De cele mai multe ori, naşterile erau foarte rapide şi, de regulă, nu durau mai mult de trei-patru ore. Acest lucru le uimea pe colegele mele, iar la un moment dat m-au întrebat:

Pagina 38

„Nelly, cum faci? Copiii tăi se nasc foarte repede.” Le-am explicat că le examinez pe femei, verific poziţia copilului şi raportul dintre capul copilului şi bazinul femeii, iar apoi nasc copilul.

(Nelly Niculina Stancescu)

Cred că Dumnezeu mi-a trimis aceste două „naşteri-minune”. Au fost naşteri care, de fapt, păreau imposibile, dar pe care am reuşit să le duc cu bine la capăt. Atunci mi-au oferit ocazia să-mi dovedesc priceperea şi aptitudinile şi, într-un fel, să-mi câştig locul.

După această naştere, totul s-a schimbat. Medicii m-au întrebat dacă aş dori să schimb ceva în clinica lor, astfel încât să aibă loc mai multe naşteri. Am propus organizarea unor seri de informare.

Pagina 39

Progresul medical m-a fascinat întotdeauna şi m-a entuziasmat. Pentru mine, să te bazezi numai pe natură era greşit, fiindcă natura poate fi şi foarte dură. În timpul naşterii, mi se părea foarte important să încerc mai întâi o inducere naturală a travaliului; dacă aceasta nu avea efect, preferam oxitocina.

Anul 1983 a fost unul hotărâtor pentru mine. Clinica de ginecologie de la Königstraße a introdus posibilitatea ca moaşele să lucreze independent. În acel moment eram moaşă-şefă. Ca susţinătoare a dreptăţii, le cerusem clinicii şi medicilor ca toate moaşele angajate să fie plătite în mod echitabil, indiferent de numărul naşterilor la care participau.

În cele din urmă, în 1985, am primit cetăţenia germană. Îi datorez acest lucru unui medic cu care colaborasem mult şi care m-a susţinut cu multă hotărâre. A redactat o scrisoare în acest sens, pe care am putut să o prezint la Oficiul pentru Naturalizare.

Capitolul II

Pagina 45

Până astăzi cred că experienţele mele din perioada de sugar au contribuit mult la alegerea profesiei de moaşă. Începutul meu în viaţă nu a fost lipsit de complicaţii. Am fost mereu îndemnată să aflu şi, în acelaşi timp, să înţeleg ce poate merge rău la naşterea unui copil — din ambele perspective: atât a mamei, cât şi a copilului. Separarea mamei de copil în momentul naşterii — felul în care se desfăşoară aceasta — are un rol esenţial în începutul de

viaţă al nou-născutului. Se subestimează adesea cât de mult poate influenţa naşterea viaţa de mai târziu.

Pentru mamă, o naştere traumatizantă poate însemna că, mai târziu, se simte ca o ratată. Se gândeşte că nu a făcut tot ce putea în timpul naşterii. Pentru mine, cel mai important este să evit toţi aceşti factori şi să creez o experienţă plăcută a naşterii, atât pentru mamă şi copil, cât şi — nu în ultimul rând — pentru tatăl care le este alături. Fără riscuri şi consecinţe negative şi, mai ales, într-o durată potrivită a naşterii.

Nu întâmplător, din 2011, în mai multe ţări există o zi de acţiune în care părinţii pot vorbi despre lipsa de respect şi violenţa trăite la naşterea copilului lor. „Roses Revolution Day" are loc în fiecare an, pe 25 noiembrie. În această zi, părinţii îşi pot procesa traumele prin discuţii, schimb de experienţe şi artă.

Multe femei îmi povestesc despre experienţele traumatizante de la naşterea copiilor lor. Traumele sunt, desigur, diferite, la fel şi cauzele lor aşa cum fiecare naştere este diferită. Atunci mă gândesc mereu: oare chiar este posibil ca toate să fi trecut prin naşteri atât de îngrozitoare? Printre poveşti sunt multe adevărate coşmaruri. Este pur şi simplu de necrezut.

Desigur, femeile îşi doresc apoi să se împace cu ceea ce au trăit şi să aibă o experienţă pozitivă la următoarea naştere. Eu îmi văd rolul de MOAŞĂ ca pe acela de a fi, în orice situaţie, alături de femeia care naşte şi, bineînţeles, de viitorul tată, cu empatie.

Pagina 46

Scrisoare Dr. Angelika S.

M-am bucurat foarte mult că m-ai sunat astăzi.

Desigur, m-a pus pe gânduri şi felul în care s-a desfăşurat a doua mea naştere, cu mai bine de nouă ani în urmă. A fost atât de revigorant de diferită faţă de prima mea naştere, chinuitoare, de 36 de ore, într-o clinică renumită din München. Dar poate că ar trebui să încep de la început.

Iată micul nostru arbore genealogic:

Angelika S., născută în 1970, căsătorită cu Franz S., născut în 1967. Primul fiu: Nicolas S., născut în 1997; prima fiică: Melanie S., născută în 2000.

Cu câteva luni înainte de naşterea fiului nostru, o fostă colegă de clasă, Angie K., mi-a vorbit despre tine. Era foarte încântată de tine, dar eu mă gândeam că nu avea rost să plătesc pentru disponibilitatea permanentă a unei moaşe şi pentru îngrijire individuală la naştere, când puteam beneficia gratuit de acestea în orice spital. Abia mai târziu aveam să-mi dau seama că această convingere fusese o mare greşeală. Prima mea naştere s-a desfăşurat astfel: Nicki era poziţionat greşit. Stătea cu fruntea orientată în sus şi înainte şi se lovea mereu de bazinul meu. În timpul contracţiilor, bătăile inimii lui încetineau în orice poziţie, aşa că a trebuit să stau întinsă. Din această cauză, naşterea s-a oprit. După multe ore, nu mai puteam continua. Foloseam pauzele dintre contracţii doar ca să discut cu medicii şi să le spun că nu mai rezist şi că voiam imediat o cezariană. Eram întinsă pe un pat îngust de rezervă, care putea fi scos din cameră dacă venea o altă femeie aflată în travaliu şi care putea naşte mai repede. De aceea nu aveam voie să folosim patul dublu. Mi s-a părut foarte umilitor. Aveam impresia că nu sunt în stare să nasc.

În total, am avut patru moaşe, dar niciuna nu s-a ocupat cu adevărat de mine. Venea mereu alta, însă nu am avut încredere în niciuna dintre ele. A fost cumplit. În cele din urmă, mi-au făcut anestezie epidurală pentru o cezariană de urgenţă şi au vrut să încerce, în plus, să folosească forcepsul. Un medic s-a urcat cu toată greutatea pe abdomenul meu şi a încercat să-l împingă pe cel mic din afară, în timp ce celălalt trăgea de jos. Nu simţeam contracţiile. Cineva (probabil moaşa) îmi spunea mereu că urma o contracţie şi că trebuia să împing. Nu ştiam cine era. Nimeni nu se prezentase.

Într-o situaţie atât de intimă, eram neajutorată în mâinile a trei oameni complet străini. Nu înţelegeam deloc ce voiau de la mine. Mă simţeam ca pe masa de măcelărie şi aveam impresia că sunt cu totul incapabilă să aduc pe lume un copil. Sunt amintiri îngrozitoare.

Fiul nostru s-a născut cu capul alungit şi cu un cefalhematom foarte mare, iar din cauza hipoxiei era complet „albastru”. Scorul Apgar a fost 8-9-10, deşi mie mi s-a părut că fusese prezentat într-o lumină mai bună decât realitatea. Umflătura de la cap a trebuit să fie puncţionată de două ori până să dispară. La doar câteva ore după naştere, a făcut o criză acută de insuficienţă respiratorie.

Crizele au început să apară tot mai des şi au evoluat în spasme respiratorii declanşate de emoţii. În jurul vârstei de cinci ani, au dispărut în cele din urmă, pe măsură ce a învăţat să-şi gestioneze mai bine emoţiile. Apoi a avut de luptat cu ADHD. Acum doi ani, s-a descoperit că suferă de o boală metabolică, pirorolurie. De când ia suplimente cu zinc, vitamina B6 şi aminoacizi, îi merge mult mai bine la şcoală. Dar poate că ne-am fi putut cruţa de toate acestea dacă am fi luat atunci decizia potrivită şi Nicki s-ar fi născut fără probleme, cu ajutorul tău.

După acea experienţă dramatică, mi-a fost teamă să mai rămân însărcinată. Totuşi, îmi doream un al doilea copil. Când am rămas însărcinată, m-am gândit la tine încă de la început şi am luat legătura cu tine. Tu erai cu adevărat ultima mea speranţă şi am putut să am încredere în tine imediat Aşteptam mereu cu nerăbdare orele de pregătire pentru naştere împreună cu tine, deşi îmi era în permanenţă teamă de naşterea care se apropia. Dar tu reuşeai mereu să ma linistesti astfel încât am reuşit să-mi ţin panica sub control.

Pagina 47

De fapt, voiam să am un copil născut în zodia Berbecului, motiv pentru care, cu câteva zile înainte de termenul real al naşterii, ai încercat să declanşezi naşterea. Dar pur şi simplu nu a funcţionat, iar eu eram, în adâncul sufletului, mândră de tine când ai spus: „Lasă, copilul tău vrea să fie Taur.” Şi aşa a fost: Melli este un Taur adevărat, cu ascendent Taur! Aşadar, un Taur cu patru coarne.

Apoi am mai trecut încă o dată printr-un moment de mare presiune, pentru că mi-ai spus că peste cinci zile vei pleca în România. Cred că, dacă Melli nu s-ar fi născut până atunci, aş fi plecat cu tine în România!! Pentru mine ar fi fost cel mai rău lucru dacă nu ai fi putut să mă însoţeşti în timpul naşterii. Soţul meu îşi aminteşte şi astăzi că vorbeam foarte serios atunci când spuneam că aş fi plecat cu tine în România dacă nu aş fi născut până atunci.

În noaptea de 25 aprilie 2000 am început să am contracţii uşoare şi te-am sunat. Mi-ai spus să merg la clinică şi că vei veni imediat. Am stat acolo şi, când te-am văzut intrând în cameră, pentru mine lumea era din nou în ordine, iar naşterea era, de fapt, aproape încheiată. M-ai

examinat şi mi-ai spus apoi, pe la ora 5 dimineaţa, că trebuie să fiu în salon la ora 7 şi să iau micul dejun! Nu te-am crezut deloc.

Ai stat de vorbă şi ai glumit cu soţul meu şi cu mine, iar noi chiar ne-am simţit foarte bine. Din acest motiv, mi-a rămas în amintire naşterea ca o „conversaţie plăcută”!

CTG-ul era în regulă, astfel încât nu a trebuit să stau prea mult conectată la aparat. Apoi mi-ai spus să merg la toaletă. Acolo m-am privit în oglindă şi acela a fost singurul moment în care chiar mi-a fost milă de mine. Mi se părea că arăt suferindă şi îmi făceam griji despre ce urma să mi se întâmple.

Când m-am întors la pat, totul s-a desfăşurat atât de repede încât nu am mai avut timp să mă gândesc. Tu îmi spuneai mereu ce trebuie să fac şi ce nu trebuie să fac, iar eu eram atât de concentrată să urmez instrucţiunile tale.

Eram suficient de ocupată cu asta. Apoi ai spus că deja se putea vedea capul şi că mai trebuia să împing corect de încă trei ori... Şi chiar aşa a fost.

După ce micuţul nostru „Berbec” devenise acum un „Taur”, toată naşterea a durat doar 70 de minute. Mai puţin decât un meci de fotbal! Nu-mi venea să cred. M-ai întrebat cum a fost, iar eu am răspuns: „A fost pur şi simplu minunat. O adevărată plimbare!”

În principiu, nu-mi venea să cred ceea ce tocmai trăisem. Faptul că un copil poate veni pe lume într-un mod atât de frumos şi aproape jucăuş era, pentru mine, aproape un miracol.

Dar adevăratul miracol a venit după aceea, când ne-ai spus că Melli avea cordonul ombilical înfăşurat de două ori în jurul capului şi că exista un nod adevărat în cordonul ombilical. În orice altă clinică, fără Nelly, acest lucru ar fi putut deveni un adevărat dezastru. Însă cu tine, nu a fost.

Îţi suntem profund recunoscători pentru această naştere şi, în principiu, încă mai suntem şi astăzi. Timp de săptămâni, chiar luni, am vorbit în repetate rânduri despre naşterea minunată şi ne-am bucurat că totul s-a desfăşurat atât de bine.

În prima perioadă după naştere, ne-am îmbrăţişat de multe ori plângând, pentru că naşterea fusese atât de frumoasă şi totul decursese atât de bine.

Melli nu a trebuit niciodată să meargă la terapie ocupaţională sau la psihoterapie, spre deosebire de fratele ei, şi, într-un fel, atribuim acest lucru naşterii ei mai mult decât plăcute şi ajutorului tău.

Melli îşi urmează drumul foarte hotărâtă şi fără ezitare. Este extrem de ambiţioasă la şcoală şi are o mulţime de hobby-uri: vioară, hip-hop, cor, mersul pe monociclu şi cercetaşii, iar dacă ziua ar avea mai mult de 24 de ore, cu siguranţă ar încerca şi multe altele.

Dr. Angelika S.

Pagina 48

„În situaţia excepţională reprezentată de naşterea copilului lor, nu poate fi niciodată responsabilitatea părinţilor să dirijeze sau chiar să organizeze naşterea. Aceasta este exclusiv responsabilitatea moaşei. Moaşa este cea care conduce în sala de naşteri şi cea care coordonează legătura dintre părinţi, copil, medic şi ea însăşi.“ (Nelly Niculina Stancescu) Când aud apoi că există workshopuri pentru părinţii care au trecut printr-o experienţă

traumatică la naştere, pe de o parte mă bucur că aceşti oameni sunt sprijiniţi în mod corespunzător şi primesc ajutor, dar, pe de altă parte, tocmai acest lucru mă motivează şi mai mult să încerc să contracarez această evoluţie.

„Pentru că naşterea în sine este DIVINĂ. AJUTORUL este omenesc. De acest lucru sunt în continuare convinsă.“ (Nelly Niculina Stancescu)

Realitatea arată că asistenţa activă la naştere nu mai este la modă. Din păcate, nu mai dispunem de acel „al şaselea simţ“, deoarece acum nu mai facem decât să operăm aparatele. Eu nu am încetat niciodată să lucrez cu mâinile mele. Meseria de moaşă este un meşteşug manual. Şi aşa trebuie să rămână.

Primele două întrebări pe care le pune o femeie însărcinată în sala de naşteri sunt următoarele:

🆘 Cum este copilul meu?

🆘 Cât va dura naşterea?

Cum putem răspunde sincer dacă ne bazăm doar pe ceea ce ne spun aparatele? Aici este absolut necesar un AJUTOR ACTIV LA NAŞTERE.

Eu examinez mama, simt poziţia copilului şi simt dacă acesta este pregătit să vină pe lume. Abia atunci pot oferi răspunsurile corespunzătoare.

Aici vreau să încep cu relatările mele: să le ofer femeilor însărcinate, părinţilor, moaşelor şi, nu în ultimul rând, medicilor posibilitatea de a beneficia de experienţele mele.

Pagina 49

„În trecut, moaşele aveau un al şaselea simţ atunci când examinau femeia. Simţeau atunci când naşterea nu mai progresa, chemau medicul şi luau o decizie împreună cu pacienta.
“ (Nelly Niculina Stancescu)

În cazul unei operaţii cezariene sau înainte de apariţia unei situaţii de urgenţă, moaşa chema întotdeauna medicul. Şi anume, cu cel puţin o oră înainte ca situaţia respectivă să se producă.

Nu consider că este bine ca, în zilele noastre, o femeie însărcinată să primească timp de 30 de ore doar o asistenţă pasivă la naştere, cu plimbări lungi, căzi de baie, urcat şi coborât scări, pentru ca în final să se decidă totuşi efectuarea unei cezariene de urgenţă.

În Germania, prioritatea este pusă pe sănătatea copilului, nu pe cea a mamei. Atât timp cât copilului îi este bine, nu se intervine. Dacă însă s-ar proceda invers, mai întâi ar fi îngrijită şi monitorizată femeia. Dacă mamei îi este bine, atunci automat îi este bine şi copilului. Aceasta este filosofia mea.

Femeia îmi spune ce simte şi unde are cele mai mari dureri. În acest fel pot afla şi limita subiectivă a durerii şi pot decide dacă medicina poate veni în ajutor prin intermediul unei PDA (anestezie epidurală). Poate AJUTA femeia.

Prefer să administrez o epidurală pentru o oră şi apoi să avem o naştere fără probleme. O epidurală nu are nimic de-a face cu dilatarea colului uterin. Chiar şi atunci când colul uterin este dilatat opt centimetri, recomand o epidurală. Dacă, în ciuda tuturor eforturilor, lucrurile tot nu progresează, femeia însărcinată poate merge liniştită în sala de operaţie, pentru că

înainte am încercat toate posibilităţile.

Pagina 50

„Multe femei îmi povestesc despre experienţele traumatizante pe care le-au trăit la naşterea copiilor lor. Traumele sunt, bineînţeles, diferite, iar cauzele lor sunt diferite.” La fel cum fiecare naştere este diferită.“ (Nelly Niculina Stancescu)

Pagina 51

„Nu am încetat niciodată să lucrez cu propriile mâini. Profesia de moaşă este un meşteşug. Şi aşa trebuie să rămână.”

Capitolul 3 : Sarcina şi naşterea

Pagina 55

Multe cupluri îşi doresc copii. Din păcate însă, dorinţa lor nu se împlineşte întotdeauna pe cale naturală. Nu este deloc neobişnuit ca, din această cauză, cuplurile să caute ajutor medical, deoarece nu îşi pot imagina o viaţă fără copii. Totuşi, perioada tratamentului este adesea însoţită de mari fluctuaţii emoţionale. De fiecare dată când cuplul urmează un tratament, apare întrebarea apăsătoare dacă de data aceasta va funcţiona. Chiar dacă cei doi parteneri nu îşi exprimă în mod explicit temerile, nesiguranţa lor este vizibilă. Sentimentele lor oscilează între speranţă şi resemnare. Iar la final trebuie să accepte că nici sprijinul medical nu a dus la rezultatul dorit. Rămân fără copii.

Uneori, femeile îmi povestesc prin câte eforturi au trecut ele şi partenerii lor pentru a obţine în sfârşit o sarcină. Şi că, ani întregi, nu au reuşit. Apoi, dintr- odată, după ce renunţaseră şi presiunea interioară de a concepe un copil pe cale artificială dispăruse, femeia a rămas însărcinată pe cale naturală.

Atât timp cât ambii parteneri sunt sănătoşi şi, din punct de vedere anatomic, nimic nu se opune acestui lucru, ar trebui pur şi simplu să încerce să conceapă copilul pe cale naturală. Adesea sunt prezente probleme psihologice, presiunea pe care şi-o impun singuri pentru a obţine o sarcină este pur şi simplu prea mare, iar teama de eşec predomină. Renunţarea la această presiune, de ambele părţi, poate ajuta foarte des ca sarcina să apară pur şi simplu.

Sincer vorbind, această atmosferă impersonală dintr-un centru de fertilitate, în care unul dintre parteneri trebuie să „dea tot ce poate” la comandă, nu are cum să funcţioneze. Unde sunt căldura, apropierea şi mediul necesar pentru a te putea relaxa şi abandona momentului? Cuplurile subestimează adesea provocarea emoţională pe care o presupune fertilizarea artificială, iar unele relaţii ajung chiar să se destrame din această cauză. Din păcate. Cuplurile nu acceptă că, uneori, poate dura o vreme până când apare o sarcină. Că trebuie să îţi „opreşti mintea” pentru a putea rămâne însărcinată. Dorinţa de a avea un copil nu trebuie să se împlinească imediat. Poate dura. Iar atunci când, în această aşa-numită perioadă de aşteptare, o persoană analizează excesiv situaţia şi caută vina la sine, lucrurile pot deveni într-adevăr dificile.

Dacă întreaga viaţă ajunge să fie organizată în jurul tratamentului pentru îndeplinirea dorinţei de a avea un copil, dacă fiecare concediu şi fiecare invitaţie sunt planificate în funcţie

de acesta, atunci ceva începe să meargă prost, iar întreaga situaţie poate căpăta caracteristici nesănătoase. Femeile şi bărbaţii trec adesea printr-o perioadă lungă de epuizare, de încercare de a rezista şi, în acelaşi timp, de retragere socială. Este o combinaţie pe care nimeni nu şi-o doreşte şi care nu face bine nimănui.

Trebuie să ne întrebăm sincer în ce măsură suntem pregătiţi să parcurgem acest drum. Până în ce punct şi cu ce sacrificii.

Pagina 56

Începând din anul 2002, am ajutat 23 de cupluri să obţină o sarcină fără hormoni. Am constatat că, în calitate de moaşă, am putut avea o contribuţie importantă în a ajuta aceste cupluri să aibă copii. Cele trei scrisori care urmează arată că, din când în când, se întâmplă şi miracole.

Citatul evidenţiat:

„Întoarcerea la natură şi la capacitatea de a-ţi asculta şi simţi propriul corp. Aceasta este recomandarea mea. Nu este niciun secret faptul că, de cele mai multe ori, lucrurile reuşesc tocmai atunci când nu te mai aştepţi deloc.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Pagina 57

În căutarea micii noastre flori de colţ Era anul 2005 când ne-am hotărât să plantăm în grădina iubirii noastre o mică floare de colţ, să o îngrijim şi să o ocrotim, pentru a o vedea crescând şi transformându-se într-o plantă mare şi frumoasă. Eram amândoi convinşi că acest lucru avea să ne desăvârşească relaţia şi, mai târziu, căsnicia.

Aşa că, în acelaşi an, am pornit spre o pajişte de munte pentru a dezgropa mica plantă şi a o sădi în grădina noastră. În timp ce mergeam, observam mereu că mă strângeau pantofii. Pentru că acesta nu era deloc un semn bun pentru un drum dificil, am mers la un specialist în drumeţii ca să-i cer sfatul.

În ianuarie 2006, acesta a constatat că problema nu era doar faptul că mă strângeau pantofii, ci şi că starea mea fizică nu era suficient de bună pentru o asemenea drumeţie. Mi-a spus că ar fi mai bine să amânăm puţin planul, iar eu să mă pun mai întâi din nou bine pe picioare şi să-mi cumpăr pantofi noi. După aceea, totul avea să fie mai uşor.

„Ah, da”, a mai spus el, „ar fi bine ca şi partenerul dumneavoastră să facă un control. Nu cumva, atunci când dumneavoastră veţi fi în sfârşit în formă şi veţi dori să porniţi la drum, să constataţi că şi partenerul are nevoie de pantofi noi sau de ceva asemănător.”

Zis şi făcut. Contrar aşteptărilor, am avut nevoie de un an întreg pentru a fi din nou complet în formă. Ei bine, iar în urma controlului soţului meu s-a dovedit că nici el nu era tocmai cel mai potrivit tovarăş pentru această drumeţie.

Dar asta nu ne-a împiedicat să încercăm din nou, din când în când, pe parcursul acelui an. Doar ca să vedem cum merge. Totuşi, nu am ajuns niciodată prea departe...

Dimpotrivă: avea să urmeze un drum foarte lung, pietros şi abrupt. Dar, la momentul respectiv, încă nu ştiam acest lucru.

Anul 2006 se apropia de sfârşit, iar eu am mers la specialistul meu în drumeţii pentru un control final, în speranţa că totul era în regulă şi că, în sfârşit, puteam porni la drum.

Dar nu. Acesta a spus că ar trebui să mai consultăm încă un specialist, un…

Paginile 58–59

…un specialist în alpinism, pentru că floarea noastră de colţ nu avea să fie găsită pur şi simplu pe o pajişte de munte, ci foarte sus, pe unul dintre cele mai înalte vârfuri. Iar pentru aceasta aveam nevoie de sprijin profesionist.

Nu ne-am lăsat descurajaţi şi am urmat sfatul. În martie 2007 am făcut, în sfârşit, primul nostru tur ghidat. Plini de curaj, într-o formă fizică bună, cu încălţăminte nouă şi cu iubirea proaspăt reînnoită, am pornit la drum. Am fost însoţiţi până la poalele muntelui, iar restul urma să îl urcăm singuri.

Nimic mai simplu decât atât, ne-am gândit, şi am pornit cu entuziasm. Dar nu am ajuns prea departe, pentru că drumul s-a terminat brusc, blocat de trepte uriaşe de stâncă. Nu ştiam încotro să mergem mai departe. Aşadar, cu inima grea, ne-am întors şi i-am cerut sfatul ghidului nostru montan.

Acesta ne-a spus că era absolut normal. Mulţi trebuiau să încerce de mai multe ori în căutarea florii lor de colţ. Ei bine, asta conta. Prima excursie era deja plătită, aşa că am rezervat imediat a doua pentru luna aprilie.

Cu acelaşi curaj am pornit din nou la drum, doar pentru a ne trezi din nou, după jumătate de traseu, în faţa unor obstacole de netrecut. Dar cine renunţă după numai două încercări? Aveam un obiectiv clar în faţa ochilor, vara se apropia, cea mai bună perioadă a anului pentru o asemenea excursie. Au urmat alte trei încercări, la intervale aproximativ egale, până la sfârşitul lunii iulie 2007.

Eram dezamăgită. Îmi doream atât de mult să am, în sfârşit, propria mea floare de colţ în grădină! Pur şi simplu nu puteam înţelege. Eram într-o formă excelentă, bine echipaţi şi foarte bine dispuşi. De ce nu reuşeam?

După aceste cinci drumeţii nereuşite, ghidul nostru montan ne-a spus că nu aveam echipamentul potrivit. Aveam nevoie de un cu totul alt tip de sprijin pentru a elimina obstacolele din calea noastră. Acest sprijin ar fi costat însă mult mai mulţi bani, ar fi presupus un efort fizic considerabil şi, posibil, chiar o tensiune psihică imprevizibilă. Totuşi, dacă ne-am fi hotărât să facem acest pas, şansele noastre de succes ar fi fost considerabil mai mari şi am fi putut ajunge pe vârful unde se afla iubita noastră floare de colţ.

Nu am stat prea mult pe gânduri. Ne doream pur şi simplu să ne atingem obiectivul şi eram convinşi că următoarea excursie, cu acest nou sprijin, avea să fie ultima.

În luna septembrie a aceluiaşi an a început totul. Nimeni nu trebuia să afle despre asta. Prin urmare, planificam totul în secret. Programul ghizilor montani era foarte strict şi nu oferea deloc flexibilitate. Asta însemna, printre altele, că trebuia să-mi cer scuze la serviciu folosind câte un pretext pentru a putea respecta toate programările necesare pregătirii.

Trebuia să mă pregătesc la anumite ore precise. Dar, având în vedere că urma să fie o singură încercare, iar rezultatul avea să compenseze toate aceste eforturi, am reuşit să organizez totul

destul de bine. Şi medicamentele au fost bine tolerate, indiferent dacă era vorba despre spray-ul nazal împotriva răului de altitudine sau despre injecţiile regulate cu vitamine pentru condiţia fizică şi dezvoltarea musculaturii. Am urmat toate indicaţiile, am mers la controalele periodice şi mă bucuram în fiecare zi, pentru că, în curând, urma să încercăm din nou ascensiunea.

Pe 15 septembrie 2007, venise momentul. Am fost întrebaţi dacă doream să rezervăm imediat şi un bilet pentru telecabină, în cazul în care nu am fi reuşit să urcăm până sus. Biletele pentru telecabină erau acordate în funcţie de disponibilitate şi nu exista nicio garanţie că aveai să primeşti unul. Dar trebuia cel puţin să te înscrii.

Nouă ne era indiferent. Am spus nu, pentru că eram siguri că aceasta avea să fie ultima noastră excursie.

Era o sâmbătă şi emoţia era mare. Cu noul echipament am reuşit să îndepărtăm din drum pietrele cele mai mari şi alte obstacole mai mici. Am ajuns până la limita pădurii, am fost foarte încântaţi şi ştiam: de data aceasta aveam să reuşim.

Dar ce s-a întâmplat? Au apărut nori negri, o briză uşor răcoroasă s-a transformat într-o furtună şi ploaia a început să cadă torenţial. A trebuit să întrerupem ascensiunea. Dezamăgirea a fost de nedescris. Dezamăgire amestecată cu neputinţă. Ne imaginaserăm că, având un sprijin atât de profesionist şi un asemenea echipament, absolut nimic nu putea merge prost şi că pur şi simplu aveam să urcăm muntele. Dar nu luasem în calcul vremea.

Ne-am acordat o lună de pauză, după care am pornit din nou la drum. De data aceasta am rezervat imediat şi biletul pentru telecabină. Nu se ştie niciodată. Cumva, încrederea noastră de neclintit în succesul planului nostru începuse pentru prima dată să se clatine.

Şi într-adevăr, de această dată o prognoză meteo nefavorabilă ne-a surprins atunci când eram aproape de destinaţie. Ei bine, după ce şocul din septembrie se mai estompase şi pentru că aveam încă biletul pentru telecabină, am folosit de data aceasta mijlocul de transport.

La sfârşitul lunii ianuarie 2008 ne-am hotărât să urcăm cu telecabina pentru a ne găsi, în sfârşit, iubita floare de colţ. Aceasta trebuia să fie o excursie uşoară, fără pregătiri epuizante, numai partea de verificare. Dar ce s-a întâmplat atunci? Stăteam în faţa telecabinei şi citeam cuvintele: „În afara serviciului.” Ştiam să le citim, dar nu înţelegeam sensul. Cum era posibil? Telecabina funcţiona întotdeauna, pe tot parcursul anului. Nu fusese niciodată defectă şi, dacă se întâmpla ceva, se presupunea că ni se comunica din timp, ca să nu ne afecteze tocmai pe noi.

Încet, simţeam cum mă părăsesc puterile. Cascade de lacrimi nu mai voiau să se oprească şi nici măcar încurajările optimiste ale iubitului meu nu mai erau suficiente. Eram încă tineri, iar echipamentul nostru era în continuare foarte bun, aşa că trebuia să ne relaxăm şi să nu renunţăm. Dar eu eram sătulă până peste cap. Nu mai voiam să aud nimic despre alpinism.

Totuşi, au trecut doar două luni până când soţul meu m-a convins să pornim din nou. Am rezervat a treia mare excursie şi, bineînţeles, de data aceasta şi un bilet pentru telecabină. Între timp era martie. Primăvara se apropia, iar odată cu ea revenise şi starea de spirit de primăvară.

Toate cele cinci drumeţii eşuate, cele două excursii în condiţii de vreme rea şi telecabina

defectă fuseseră uitate. Cu îndrumare profesionistă am pornit din nou la drum, dar nici de această dată nu am ajuns pe vârf. La sfârşitul lunii aprilie am folosit biletul pentru telecabină, însă din nou fără succes.

Între timp, dezamăgirea şi tristeţea provocate de toate eforturile zadarnice ale încercărilor noastre personale, precum şi de ajutorul profesionist nesatisfăcător, cedaseră locul frustrării. Aş fi putut exploda de furie, tristeţe şi descurajare.

Pentru prima dată mi-am pus întrebarea care este sensul vieţii. Situaţia noastră devenise tot mai frustrantă. Nu mai găseam cuvintele potrivite pentru a face faţă durerii noastre, iar speranţa părea să fi devenit un cuvânt necunoscut. Ghidul montan nu ştia nimic despre suferinţa noastră emoţională. Considera că responsabilitatea lui era doar pentru echipament şi pentru ghidarea traseului şi nu avea timp pentru altceva.

Dar dacă am fi renunţat, nu am fi ajuns astăzi acolo unde suntem. Aşa că m-am mobilizat din nou, mi-am dat demisia de la serviciu şi am decis să caut un nou ghid montan. Poate că avea să aibă alte experienţe, alte echipamente şi, eventual, un simţ mai bun pentru vreme. Cine ştie? Speranţa renăscuse şi acum ne foloseam toată energia pentru a ne apropia din nou, pas cu pas, de visul nostru. Am decis să folosim lunile de vară pentru timpul nostru împreună, pentru a readuce căsnicia şi iubirea noastră în echilibru şi pentru a ne bucura din plin de această perioadă. Fără presiunea termenelor, fără medicamente, fără antrenamente şi fără excursii montane epuizante.

Paginile 60–61

Între timp găsiserăm şi un nou ghid pentru excursiile noastre. Şi, într-adevăr, acesta se deosebea în multe privinţe de primul. În octombrie 2008 urma, aşadar, cea de-a patra mare ascensiune pe munte. Cu iubirea proaspătă, sufletul liber, bine pregătiţi şi cu un nou loc de muncă grozav, am pornit la drum cu o speranţă incredibil de mare. Nici nu mai ştiu ce anume a fost de vină şi de ce nu am ajuns sus. Lipsea ceva. Ne-a fost greu să exprimăm în cuvinte ceea ce se petrecea în interiorul nostru. Am aruncat biletul pentru telecabină într-un colţ, iar tensiunea, starea de spirit iritată, tristeţea permanentă şi golul interior au pus din nou stăpânire pe relaţia noastră. De data aceasta a fost atât de rău, încât am fugit pentru o săptămână. Pur şi simplu am plecat. Pur şi simplu nu am vrut să mi se amintească faptul că eforturile noastre comune erau sortite unui eşec permanent.

Bineînţeles, perioada întunecată a trecut în cele din urmă şi ne-am dat seama că floarea de colţ reprezenta doar „punctul de pe i” al relaţiei noastre şi că avem totuşi foarte mult noroc unul cu celălalt. Un noroc care le este refuzat multor altora. Şi acest lucru ne-a ajutat. Ne-a ajutat să punem din nou lucrurile bune din viaţa noastră în prim-plan şi ne-a ajutat să lăsăm în urmă acel gol care ameninţa să se răspândească în viitor ca un nor cenuşiu. Uneori reuşeam să-l îndepărtăm, dar revenea mereu, fără să fie chemat.

În aprilie 2009 am făcut o nouă încercare cu biletul nostru de munte. Fără succes.

Eram acum permanent prinsă între stări contradictorii: să nu renunţ, dar, în acelaşi timp, să mă eliberez în sfârşit de acest nor întunecat şi stupid şi să nu mai văd niciun sens în toate eforturile fizice şi psihice. Din punct de vedere statistic, şansele noastre de succes ajunseseră între timp la cel mai scăzut nivel.

Datorită optimismului neobosit şi puterii de convingere a soţului meu, în iulie 2009 am

început cea de-a cincea şi ultima noastră mare ascensiune. Dar când nici această încercare nu a funcţionat şi mica noastră floare de colţ tot nu a apărut, s-a stins şi ultima scânteie de speranţă. O parte din mine a murit.

Ei bine, ce faci atunci când o parte din tine a murit, iar restul corpului încă există pe acest pământ? Ai nevoie de un nou scop, evident. Asta sună mai uşor decât este în realitate. Ca o primă alinare urma să fie sfârşitul perioadei lungi de aşteptare, timp în care să avem suficient timp pentru a reflecta. Şi exact asta am făcut. Ne-am gândit la ce vrem să facem cu viaţa noastră şi unde vrem să o petrecem. În cele din urmă, am decis să o luăm de la capăt în Elveţia şi am planificat o călătorie în jurul lumii. Toată energia s-a concentrat acum asupra noului nostru obiectiv. Soţul meu şi-a luat un an sabatic pentru călătoria în jurul lumii, iar eu am început să caut oportunităţi de muncă în Elveţia.

Dar, deşi pare greu de crezut, nici concediul nostru nu a început sub cele mai bune auspicii. Eram răguşită şi bolnavă şi aveam cea mai mare bucurie a călătoriei dinainte stricată. Cel mai rău a fost în ultima săptămână a vacanţei noastre la plajă, în Vietnam, unde am petrecut cea mai mare parte a timpului în cameră, cu dureri îngrozitoare şi inflamaţii severe ale rădăcinilor dentare. Întoarsă acasă, primul drum a fost la dentist. Era în ianuarie 2010.

În mod surprinzător, dentista mea şi-a amintit de planul nostru de a căuta o floare de colţ şi m-a întrebat dacă între timp reuşisem. Profund afectată de faptul că eram din nou pusă în faţa acestei amintiri, am încheiat subiectul cu un „nu” scurt şi am spus că oricum nu vom mai face alte „excursii”. Foarte surprinsă de răspunsul meu categoric, şi-a încheiat lucrul la dintele meu. Dar chiar înainte să plec, a venit dintr- odată în fugă după mine şi m-a întrebat dacă încercasem vreodată cu un grădinar.

Am privit-o complet nedumerită şi am întrebat-o ce aş putea face cu un grădinar dacă nici măcar nu aveam floarea de colţ în grădina mea! Atunci mi-a spus că ştia o grădinăriţă foarte specială. Aceasta nu numai că ştia cum trebuie dezgropată corect floarea de colţ şi făcută să înflorească, ci şi cum să ajungi, în primul rând, la ea.

Am privit-o neîncrezătoare şi m-am simţit puţin jignită, de parcă ar fi vrut să facă glume pe seama mea. Cu toate acestea, am luat datele de contact ale grădinăriţei ca să discut despre acest lucru cu soţul meu.

Acesta a fost imediat încântat de idee. Optimismul său nesfârşit mi-a încurcat din nou planul, pentru că eu consideram că nu mai aveam nimic de pierdut. Pur şi simplu trebuia să o sun.

Zis şi făcut. Cu oarecare scepticism, dar şi cu gândul că nu avem nimic de pierdut. Îndoielile mele trebuiau să dispară repede, când am vorbit deja o oră întreagă la telefon fără să ne cunoaştem. Şi am stabilit imediat o întâlnire pentru o întrevedere personală în luna februarie.

Ajunsă în sufrageria ei, a început imediat o conversaţie lungă. I-am povestit despre planurile noastre, despre numeroasele excursii şi ascensiuni eşuate, despre chinurile sufleteşti, deoarece pe cele fizice aproape că le uitasem deja, şi despre soţul meu. Ea mi-a povestit despre ea şi mi-a spus că deja dezgropase peste 10.000 de mici flori de colţ şi le plantase în grădini noi. Niciun cuvânt despre cum urma să ajungem la propria floare. Şi totuşi, deşi nu abordasem acest subiect, m-am simţit pentru prima dată cu adevărat înţeleasă şi încurajată. M-am întors acasă foarte bucuroasă şi i-am povestit soţului meu despre întâlnire şi că data viitoare ar trebui să mergem împreună.

Şi exact asta am făcut. Ne-am întâlnit din nou şi din nou şi, în curând, aveam impresia că ne cunoaştem de o eternitate. Nu ne-a spus niciodată: „Faceţi asta şi apoi se va întâmpla cu siguranţă”. Ne-a transmis doar o stare bună, ne-a amintit cât de norocoşi eram să ne avem unul pe celălalt şi că era sigură că mica noastră floare de colţ încă ne aştepta undeva. Şi ne-a dat câteva sfaturi despre cum să ne simţim mai bine şi mai aproape de ea, dar nu era vorba despre „hocus-pocus” sau despre ceea ce şi-ar putea imagina cineva.

Cu această nouă stare de spirit şi cu această atitudine pozitivă faţă de viaţă, ne-am amintit dintr-odată că mai aveam încă ultimul nostru bilet pentru munte, care urma să expire în doar câteva luni. Aşa că, la sfârşitul lunii martie, am folosit ultimul bilet, fără mari aşteptări.Era o combinaţie de: cine ştie, poate de data aceasta chiar vom ajunge sus şi, dacă nu, nu contează. Atunci vom face pur şi simplu o frumoasă călătorie în jurul lumii şi apoi vom începe o viaţă nouă în Elveţia. Dar, aşa cum a vrut soarta de data aceasta, telecabina a funcţionat, a urcat până sus, vremea era minunată, iar în sfârşit, după cinci ani, am găsit mica noastră floare de colţ!

A mai durat o vreme până când, la 25 noiembrie 2010, am putut să o plantăm în grădina noastră de acasă şi, de atunci, să o îngrijim, să o ocrotim şi să o iubim în fiecare zi.

L-am numit Benedikt şi acum avem din nou mult noroc şi lumină în viaţa noastră, după ce ne-am permis să visăm din nou.

Recunoştinţa noastră pentru tot sprijinul oferit de „grădinăriţa” noastră este de nedescris. Ea a reuşit ceea ce mulţi experţi în „drumeţii” nu au putut: cu ajutorul ei am ajuns totuşi la destinaţie şi acum suntem o familie fericită.

Nicole

Paginile 62–63

Dragă Nelly,

Stau aici, în căsuţa noastră minunată şi primitoare din Elveţia, şi îi privesc pe cei doi copii ai mei cum desenează felicitări de Crăciun, în timp ce afară păsările ţopăie prin zăpadă şi se hrănesc din căsuţele pentru păsări făcute chiar de noi, iar eu sunt fericită.

Cine şi-ar fi imaginat asta în urmă cu aproape opt ani? Eu, cu siguranţă, nu. În anul 2010 am ajuns la tine la recomandarea dentistului meu de atunci şi nu voi uita niciodată scepticismul pe care îl aveam. Cum ar fi putut să mă ajute o moaşă, când eu nici măcar nu eram însărcinată?! Dar după cinci inseminări nereuşite, alte cinci proceduri ICSI fără succes şi încă două încercări criogenice eşuate, eram atât de descurajată şi lipsită de speranţă, încât eram gata să mă agăţ de orice posibilitate, oricât de mică ar fi fost.

Aşa ne-am întâlnit într-o duminică dimineaţa. Îmi amintesc că aveai casa plină de musafiri şi, cu toate acestea, m-ai primit şi ţi-ai făcut mult timp pentru mine. Mi s-a părut destul de neobişnuit şi, pentru prima dată după mult timp, am simţit că cineva îmi lua problema în serios. Totuşi, „hocus-pocusul” la care mă aşteptam nu a venit. După o scurtă examinare, mi-ai spus, foarte direct, că nu vedeai niciun motiv pentru care eu nu aş putea rămâne însărcinată. Dar, pe de altă parte, mi-ai spus că ar trebui să mă bucur că am un soţ atât de minunat, să-mi iau un câine şi să nu-mi mai concentrez întreaga viaţă asupra dorinţei de a avea copii.

Recunosc că am plecat acasă destul de dezamăgită. Ce trebuia să fac cu toate aceste informaţii? „Nu există niciun motiv pentru care să nu rămân însărcinată…” „Oare vrea să-şi bată joc de mine după toate chinurile şi anii de tratamente artificiale?”, mă gândeam. Dacă ar fi fost atât de simplu, de ce nu funcţionase până atunci? Şi, bineînţeles, aveam „cel puţin” un soţ minunat acasă, dar eu nu voiam să aud asta şi, categoric, nu voiam un câine!

Ei bine, restul poveştii îl cunoşti deja din e-mailul meu din ianuarie 2010. Marco a fost cel care a spus că tu eşti exact persoana potrivită pentru mine. Aveam nevoie de cineva care să mă înţeleagă la nivel uman… Nu înţelegea cum de ceilalţi ştiau întotdeauna ce era CEL MAI BINE pentru mine. Cu toate acestea, m-a convins să continui să vorbesc cu tine. Mai ales în perioada în care eram la tine, ne-ai ajutat foarte mult să privim lucrurile şi dintr-o altă perspectivă şi să ne uităm din nou înainte cu optimism, cu o bucurie de viaţă regăsită, chiar dacă, în cel mai rău caz, aceasta ar fi însemnat o viaţă fără copii.

La sfârşitul lunii martie mi-am transferat ultimele trei ovule crioconservate pe care le mai aveam şi voiam să închei definitiv acest capitol. Dar la începutul lunii aprilie s-a întâmplat ceea ce părea imposibil: testul a ieşit dintr-odată pozitiv. Eram însărcinată! Îţi poţi imagina? Eram însărcinată! La numai două luni după ce ne cunoscuserăm! Nici astăzi nu-mi vine să cred, iar ţie, cu siguranţă, nici atât, având în vedere tot ce a urmat.

Bineînţeles că am venit imediat la tine cu rezultatul şi eram nespus de fericită să aflu că aşteptam gemeni, lucru care, având în vedere transferul celor trei ovule, nu era neobişnuit. Dar tu doar te-ai uitat la mine, fără măcar să mă atingi, şi ai spus:

„Nu, nu vor fi doi, dar te vei bucura de un copil sănătos.”

Şi din nou scepticismul meu a reapărut şi m-am întrebat cum puteai să spui aşa ceva şi, mai ales, cum puteai să ŞTII asta?

Ei bine, bucuria sarcinii care urma a acoperit toate celelalte gânduri şi eram pur şi simplu fericită. Iar cu sfaturile tale de a mânca mult roşu, de a merge din când în când la biserică să aprind o lumânare şi să mă gândesc şi la „forţele” de acolo, de a lua în mod regulat aşa-numitele tale „pastile pentru nepăsare” (Pulsatilla Globoli) şi cu recomandarea de a nu face investigaţii inutile, a fost o sarcină minunată şi lipsită de griji.

La început eram într-adevăr însărcinată cu gemeni. Dar, ca de obicei, aveai dreptate, iar eu am pierdut unul dintre ei în săptămâna a opta de sarcină. Astfel, micuţul nostru Benito, aşa cum l-ai numit tu mereu cu drag, a rămas cu noi. Şi acest „mic” Benito are acum şapte ani şi jumătate, merge deja la şcoală şi este un înger pe pământ. Dar nici Melinda, la cei cinci ani ai ei, nu este cu nimic mai prejos. Vorbim adesea despre felul în care i-ai ajutat pe amândoi să vină pe lume. Melinda este întotdeauna foarte mândră de cât de repede „a ieşit”, atât de repede încât Dr. Gastroph nici măcar nu a mai reuşit să ajungă la timp. Iar Benedikt îmi priveşte mereu cu multă atenţie cicatricea de la operaţia cezariană, încercând să înţeleagă cum a ieşit el de acolo. Nu voi uita niciodată cum, cu puţin înainte de naşterea lui Benedikt, aproape că nu am vrut să te sun, deşi sacul amniotic se rupsese deja, pentru că tocmai erai la un concert caritabil organizat în onoarea ta. Nu voiam să te deranjez. Dar Marco a spus că sigur ai înţelege şi aşa a şi fost.

Ai venit la mine cât ai putut de repede şi am mers împreună cu maşina la clinică, lucru care, în ciuda traficului aglomerat de seară, m-a liniştit foarte mult. La urma urmei, ce s-ar mai fi

putut întâmpla dacă aveam moaşa alături de mine?! La clinică, totul s-a desfăşurat apoi, cel puţin aşa mi s-a părut mie, foarte repede şi am avut încredere necondiţionată în deciziile şi sfaturile tale. M-am bucurat că mi-ai recomandat să încerc o naştere naturală şi am început în acest fel, deşi alţi o mie de medici îmi spuseseră înainte că, după o hemoragie cerebrală, nu aş putea naşte pe cale naturală, deoarece ar fi prea periculos.

Dar tu îmi povestiseşi despre femei care avuseseră cazuri mult mai grave şi care reuşiseră să nască fără cezariană. În plus, mai târziu, Melinda ţi-a dat dreptate încă o dată...

Faptul că, în cazul lui Benedikt, s-a ajuns totuşi la o cezariană nu a fost niciodată pus sub semnul întrebării nici de tine, nici de mine. A fost pur şi simplu spre binele nostru, lucru pe care amândouă îl ştim foarte bine, iar pentru noi acest lucru nu are nicio importanţă.

Doar rezultatul contează, iar acesta este perfect!

Nici nu pot descrie cât de incredibil de recunoscătoare am fost; nu doar pentru acest copil pe care ni l-am dorit atât de mult, ci şi pentru experienţa extraordinară pe care am avut voie să o trăiesc alături de tine! Sunt încă foarte multe lucruri pe care nu le înţeleg sau care îmi depăşesc cu totul puterea de imaginaţie, dar mi se pare incredibil de fascinant şi sunt foarte, foarte bucuroasă că, în cele din urmă, m- am lăsat în voia acestei experienţe.

Melinda este al doilea nostru mic miracol în familie. Aproape un an mai târziu, şi-a făcut în mod surprinzător singură drum spre noi, în ciuda steriletului, iar când această sarcină a fost confirmată şi evolua bine, pentru mine a fost clar: există o singură moaşă pe lume de la care aş vrea să nasc din nou un copil. Între timp locuiam deja de o jumătate de an în Elveţia, însă niciodată nu m-am gândit să nasc acolo. Pentru mine a fost întotdeauna clar: Nelly trebuie să fie acolo!

De aceea, când au început contracţiile, am venit cu maşina la München, îţi mai aminteşti? S-a dovedit că erau doar contracţii preliminare. M-ai examinat şi ai spus că mai avem timp. Aşa că Marco şi cu mine am rămas acolo şi am aşteptat să vedem ce avea să urmeze. Întotdeauna cu sentimentul liniştitor că eşti în apropiere.

Faptul că, în cazul Melindei, totul s-a desfăşurat apoi foarte repede şi că nici măcar nu ai mai apucat să schimbi sala de naşteri, aşa cum ţi-ai fi dorit, şi ai fost nevoită pur şi simplu să „înhaţi" vreun medic de pe coridor sunt anecdote amuzante despre care copiii râd şi astăzi şi pe care le povestesc cu plăcere.

Amândoi copiii au crescut auzindu-ţi numele, amândoi ştiu că fără tine nu ar exista şi că întreaga noastră fericire de familie ţi-o datorăm ţie!

Marco şi cu mine îţi suntem infinit de recunoscători pentru tot ceea ce ai făcut pentru noi, direct sau indirect, şi sperăm că vei reuşi să transmiţi mai departe cunoştinţele tale şi să formezi noi moaşe care să lucreze mai mult cu inima şi cu sensibilitatea lor decât după manual.

În cercul nostru de prieteni am întâlnit atât de multe cazuri în care naşterea a fost o experienţă traumatizantă şi, de aceea, mi-aş dori ca mult mai multe femei să poată avea experienţe atât de frumoase cum am avut eu.

Ne bucurăm de fiecare zi alături de cele două „minuni ale lumii" ale noastre, chiar dacă, bineînţeles, nu toate zilele sunt la fel de bune. Este minunat să şlefuieşti două diamante brute

de o valoare inestimabilă, până când acestea strălucesc în propria lor individualitate şi îşi urmează propriul drum.

Dragă Nelly, te îmbrăţişez cu mult drag. Mai ales acum, în perioada dinaintea Crăciunului, gândurile noastre se îndreaptă din nou foarte mult către tine, familia ta, azilul tău de bătrâni şi către persoanele în vârstă pe care le sprijini.

Îţi dorim multă putere şi sănătate, pentru ca şi în continuare să poţi aduce atât de multă lumină în această lume!

Cu mult drag din partea lui Nicole! Şi Marco îţi transmite salutări din inimă!

Nicole

Pagina 65

Vizita din Suedia

Mă numesc Alina şi sunt din România, dar locuiesc de opt ani în Suedia. În mai 2016, i-am vizitat la München pe nişte prieteni ai soţului meu. Cu un an înainte, la nunta noastră, aceştia ne dăruiseră un voucher pentru o cină romantică la restaurantul 181 din München.

Prietenii noştri aveau o fetiţă minunată, iar pentru că şi eu şi soţul meu ne doream un copil şi încercam deja de zece luni, în timpul cinei am întrebat-o cât timp îi luase până să rămână însărcinată şi dacă ne-ar putea da vreun sfat care să ne ajute. În acel moment am auzit pentru prima dată despre Nelly şi despre felul în care aceasta îi ajutase pe prietenii noştri în legătură cu sarcina. Printr-o coincidenţă, Nelly era ea însăşi originară din România.

În weekend am vizitat oraşul şi am petrecut o perioadă minunată la München, dar abia aşteptam să ne întoarcem în Suedia pentru a putea lua legătura cu Nelly. Luni dimineaţă, în timp ce ne pregăteam pentru zborul de întoarcere spre Stockholm, programat pentru începutul după-amiezii, o voce interioară mi-a spus că ar trebui să o sun pe Nelly chiar în acea dimineaţă. Deşi era zi de sărbătoare în Germania şi mai avea programaţi şi alţi clienţi, Nelly şi-a făcut timp să se întâlnească cu noi.

Pe tot parcursul consultaţiei am avut senzaţia că vorbesc cu o prietenă. Am simţit o linişte interioară şi ştiam că voi găsi un răspuns. După un calcul numeric, Nelly a prezis că, în primăvara anului 2017, cu ajutorul lui Dumnezeu, vom avea un copil.

După aceea, Nelly mi-a făcut şi un consult ginecologic. În timpul examinării, Nelly a constatat că uterul meu era poziţionat foarte în spate. Acesta era unul dintre motivele care mă împiedicau să rămân însărcinată. Şi asta în ciuda faptului că, în tot acest timp, un medic din Stockholm mă asigurase că, în cazul meu, totul era în regulă.

Pagina 66

Nelly mi-a adus uterul din nou spre înainte şi mi-a spus că nu ar trebui să mai fie nimic care să stea în calea unei sarcini pentru mine şi soţul meu, doar că nu trebuia să se întâmple imediat. Pe o foaie de hârtie a scris următoarele: „Veţi primi un copil prin grija lui Dumnezeu şi prin încrederea copilului, copilul potrivit la momentul potrivit.”

Am plecat de la Nelly şi ne-am îndreptat spre aeroport, iar pe tot parcursul zborului am simţit speranţă şi linişte în suflet. Nelly mi-a spus că ar trebui să o sun imediat ce voi rămâne însărcinată şi după ce vor trece primele trei luni critice.

În octombrie 2016 am sunat-o cu o voce fericită şi i-am dat vestea. Eram atât de recunoscătoare, pentru că ştiam că rămăsesem însărcinată şi că acest lucru se întâmplase după ce o vizitaserăm la începutul anului. După ce m-a întrebat care era data calculată a naşterii, mi-a spus că vom avea un băiat. Această predicţie a venit chiar înainte de controlul nostru pentru stabilirea sexului copilului, care era programat pentru săptămâna următoare. Eram foarte curioasă să aflăm sexul micuţului nostru bebeluş timid, însă la fiecare ecografie bebeluşul îşi ascundea sexul. Abia în luna a şaptea, când copilul nu mai avea loc să se ascundă, am primit în sfârşit confirmarea: este un băiat!

Pe 18 martie 2017, am adus pe lume un băieţel minunat şi sănătos, pe nume Albert, care ne umple inimile cu o iubire despre care nici măcar nu ştiam că există! Cred că Dumnezeu are un plan minunat pentru fiecare dintre noi şi ne conduce către oamenii potriviţi, aşa cum a fost Nelly. Fără prietenii noştri şi voucherul lor de nuntă, nu am fi zburat la München şi, prin urmare, probabil că nu am fi întâlnit-o niciodată pe Nelly.

Dumnezeu să te binecuvânteze, Nelly!!!

Cu drag, Alina & Octavian

Pagina 68

„Fiecare naştere este unică."

Odată ce ai înţeles că fiecare naştere se desfăşoară diferit şi este unică, atunci, din punct de vedere mental, ai făcut deja un pas important. Cea mai bună premisă pentru o naştere fără probleme este o stare de conştientizare care nu este fixată asupra unui anumit mod în care trebuie să decurgă lucrurile. Este nevoie de o deschidere interioară din partea femeii însărcinate, care să accepte naşterea sa individuală şi unică aşa cum se întâmplă. Împreună cu persoana care AJUTĂ LA NAŞTERE. Pentru fiecare femeie poate fi extrem de liniştitor să ţină pur şi simplu cont de faptul că nimeni nu poate şti dinainte dacă o naştere va decurge exact aşa cum şi-o doreşte. Şi că este absolut în regulă dacă, în cele din urmă, lucrurile se petrec altfel. Cel mai bine este să nu te agăţi de niciun plan. O naştere nu poate fi planificată până în cele mai mici detalii. Iar cine se ataşează prea mult de un anumit plan ar putea fi dezamăgit ulterior. Chiar şi naşterile fraţilor şi surorilor din cadrul aceleiaşi familii se pot desfăşura complet diferit. Trei copii, trei experienţe diferite ale naşterii.

Deşi fiecare naştere este diferită şi o pregătire standardizată este imposibilă, un lucru poate fi totuşi spus: dacă femeile se simt bine îngrijite şi sprijinite în timpul naşterii, ele privesc adesea experienţa naşterii într-un mod pozitiv, chiar şi atunci când naşterea s-a desfăşurat cu totul altfel decât şi-au imaginat.

Naşterea are multe forme. Poate avea multe evoluţii diferite şi nimeni nu poate prezice cum va fi. O naştere extrem de rapidă, fără complicaţii? O cezariană? O naştere spontană? Totul este posibil.

„Am avut întotdeauna sentimentul că sunt călăuzită de ceva mai mare, de ceva atotputernic. Iar procesul naşterii este pentru mine ceva divin. Separarea dintre mamă şi copil în momentul naşterii este ceva cu totul special. În ultima fază a naşterii, faza de expulzie, eu mă aflu cu trupul meu în această lume, iar prin mâinile mele, care sunt în contact cu copilul, simt cealaltă lume. Se creează puntea dintre cele două lumi, iar aceasta îmi permite să duc la îndeplinire o separare blândă şi plină de iubire între mamă şi copil. Prin această separare

începe pentru copil un nou început în această lume. Două lumi, sus şi jos, aici şi acolo. Dumnezeu şi omul.”

Nelly Niculina Stancescu

Pagina 69

Experienţele mele cu Nelly sau de ce aş urma-o oriunde

Citisem de mai multe ori „Sprechstunde der Hebammen” de Ingeborg Stadelmann şi eram hotărâtă ca, la naşterea primului meu copil, să nu las nimic la voia întâmplării. Îmi doream să trăiesc totul cât mai natural posibil şi să primesc copilul pe lume într-un mod blând.

Apoi am început să aud tot mai multe poveşti cu adevărat îngrozitoare despre naşteri, începând cu sora mea, care a stat în travaliu timp de două zile, şi terminând cu o prietenă care, după 18 ore de contracţii, a ajuns totuşi să facă o cezariană de urgenţă.

Când, la scurt timp după aceea, am auzit de la o prietenă că există „această moaşă care stăpâneşte un anumit tip de masaj ce accelerează procesul naşterii”, acest lucru mi s-a părut dintr-odată foarte tentant. Natură, OK, dar să-i dai naturii un mic impuls mi se părea şi mai bine.

Când am întâlnit-o apoi pe Nelly, am fost încântată. Încă după prima ei prezentare mi-a fost clar că Nelly, şi nimeni altcineva, trebuia să-mi aducă pe lume copilul.

Când primul meu copil, Jonathan, a venit pe lume cu ajutorul lui Nelly, am devenit conştientă de adevărata amploare a priceperii ei.

Copilul era înfăşurat în cordonul ombilical ca un taur la rodeo. Cordonul era înfăşurat de trei ori în jurul corpului micuţ şi, cel mai problematic, şi în jurul gâtului. Nelly şi-a dat seama la timp, a rotit şi a întors, a lărgit şi mi-a adus copilul în siguranţă pe lume: avea nu mai puţin de 4.100 g şi 56 cm, şi toate acestea chiar fără epiziotomie.

După aceea mi-a fost clar: nu aş fi vrut să trec prin aventura unei naşteri cu nimeni altcineva în afară de Nelly.

Câţiva ani mai târziu, când eram însărcinată cu fiica mea Julika, Nelly ajunsese între timp la Ebersberg, iar modul ei de a practica asistenţa la naştere nu era prea bine văzut în sistemul spitalicesc german, strict organizat ierarhic. În definitiv, Nelly voia să fie cea care conduce procesul naşterii, lucru care nu era bine primit de mulţi medici. Era iarnă, iar drumul din Schwabing dura aproximativ 45 de minute, în condiţii de drum posibil nefavorabile. Dar nimic nu m-ar fi putut face să renunţ la Nelly. Aş fi urmat-o chiar şi în România.

Şi de data aceasta am fost atât de recunoscătoare că o aveam alături de mine. Fiica mea era în prezentaţie pelviană şi multe lucruri indicau că ar putea fi necesară o cezariană.

În seara de Revelion am mers împreună cu Nelly la Ebersberg pentru a mă prezenta ginecologului de gardă. Medicul a reuşit să efectueze o versiune externă. Bebeluşul era din nou în poziţia corectă! Dintr-odată, ginecologul a devenit foarte hotărât: dacă manevra reuşise, naşterea trebuia declanşată imediat, pentru a nu risca o nouă întoarcere a copilului în prezentaţie pelviană. Dintr-odată m-am simţit teribil de luată prin surprindere. Nu eram pregătită pentru asta şi, în plus, nu consideram că noaptea de Revelion era o zi bună pentru naşterea fiicei mele. Chiar trebuia să fie aşa? Medicul a început să pună presiune morală

asupra mea, spunând că, probabil, eu voiam doar să merg la o petrecere de Revelion... (da, voiam, dar acesta chiar nu era singurul motiv).

Nelly a venit și mi-a fost alături. Ori îi făcuserăm un bine bebelușului și, din acel moment, avea să rămână în poziția aceasta, ori exista un motiv pentru care copilul nu se întorsese de la sine, de exemplu un cordon ombilical prea scurt. În acest caz, o cezariană ar fi fost oricum o soluție mai potrivită.

Autoritatea, claritatea și experiența lui Nelly mi-au fost incredibil de folositoare. Cu ajutorul ei, am putut lua o decizie clară împotriva declanșării nașterii, fără să am mustrări de conștiință.

Zece zile mai târziu am mers la Schnee am Samstagsberg, la Ebersberg. Bineînțeles că am discutat cu Nelly la telefon în fiecare zi, iar apoi, într-o zi, chiar am urmat-o până în stațiunea ei de vacanță.

Și copilul numărul 3 a venit pe lume cu Nelly. Un băiat, din nou în Ebersberg și, din păcate, din nou ca într-un episod repetat: 4.300 g, iar de data aceasta au fost necesare chiar câteva manevre artistice pentru a-l aduce pe lume. Ne mutaserăm toată casa pentru câteva săptămâni, eu împreună cu cei doi copii locuiam în apartamentul mamei mele de aproximativ 50 de metri pătrați, iar prietena mea practică trebuia să aibă grijă de copii. Toate acestea pentru a putea fi împreună cu soțul meu atunci când al treilea nostru copil avea să vină pe lume. Desigur, nu eram entuziasmată că trebuie să urmez din nou aceste circumstanțe, dar aveam atât de multă încredere în Nelly încât am făcut-o din nou.

Iar când tema planificării familiale a fost încheiată pentru mine și eram sigură că nu voi mai dori să rămân însărcinată, nimic pe lume nu m-ar fi împiedicat să merg din nou la Nelly.

Katarina

Pagina 71

Un înger pentru doi - Două nașteri deosebite

Mă numesc Patricia și aș dori să povestesc despre întâlnirea mea cu Nelly și despre felul cu totul special în care m-a însoțit în timpul celor două nașteri ale mele, atât de diferite una de cealaltă.

Prima naștere: o naștere conform planului sau chiar „la comandă”. În urmă cu aproximativ șase ani, prin recomandarea unei prietene, am cunoscut-o pe Nelly, cea mai bună moașă pe care și-ar putea-o dori o femeie pentru a o însoți în timpul nașterii. Încă de la început, Nelly a reușit să-mi înlăture complet teama, să-mi ofere un sentiment deosebit de încredere și să creeze o legătură aparte între mine și copilul meu nenăscut.

Ceea ce mi s-a părut incredibil la prima naștere a fost planificarea neașteptat de precisă și prevăzătoare, aproape ca și cum ai putea „comanda” o naștere.

Imediat după consultația de la prima noastră întâlnire, Nelly s-a uitat la data estimată a nașterii. Pentru nașterea noastră, Nelly a prezis că fiul nostru va veni pe lume într-o zi de duminică, cu o zi înainte de termenul calculat. Prin felul ei afectuos, dar în același timp hotărât, pentru noi a devenit foarte clar: aceasta va fi data nașterii fiului nostru. Înainte de naștere am mai venit de două ori la consultații și, mai ales, pentru discuții cu Nelly. Întâlnirile

şi conversaţiile au fost foarte speciale. Felul ei de a mă linişti era incomparabil, iar eu ştiam că mă pot baza complet pe Nelly, că pot avea încredere deplină în Nelly şi pur şi simplu să mă las în voia lucrurilor.

În cele două seri dinaintea naşterii am ieşit chiar până la miezul nopţii, „dansând” la festivalul de iarnă Tollwood, pentru că ştiam că voi naşte abia duminică, şi nu mai devreme.

Pagina 72

În acea dimineaţă de duminică mi-am întâmpinat copilul şi i-am spus: „Astăzi este ziua în care ne vom cunoaşte.” Aşa cum ni se recomandase, eu şi soţul meu am avut din nou un moment intim împreună, iar eu am luat şi o doză dintr-un remediu homeopat. Şi, într-adevăr, la scurt timp după ora 10, după un mic dejun liniştit, au început contracţiile.

Am sunat-o pe Nelly şi am anunţat-o că începe şi că în curând vom veni la ea.

Naivă fiind, m-am gândit că avem destul timp, aşa că am făcut un duş şi am mai făcut pentru ultima dată câteva fotografii cu burtica mea de gravidă. Apoi mi-am dat seama că lucrurile evoluau totuşi destul de repede şi că era timpul să plecăm, mai ales că aveam în faţă un drum de aproximativ trei sferturi de oră.

În jurul orei 11:15 am ajuns la Nelly. În acel moment, nu mai voiam nici măcar să cobor din maşină, ci doar să merg împreună cu ea direct la clinică. În timp ce eram pe drum, Nelly l-a sunat pe medicul meu ginecolog şi i-a spus să pornească imediat spre spital. Şi el a considerat că mai era suficient timp, deoarece noi abia ne îndreptam spre clinică. Dar Nelly a insistat ca el să pornească imediat. Şi asta deşi încă nu mă examinase, ci doar mă observase în maşină şi, pentru a mă linişti, îşi pusese mâinile pe umerii mei de pe bancheta din spate. Mi-a transmis o stare de linişte interioară şi mi-a spus cum să respir.

Am ajuns la clinică la ora 11:45. Soţul meu a parcat maşina direct în faţa clinicii, în sens invers şi într-o zonă în care parcarea era interzisă, pentru că şi el credea că avem timp şi că după aceea va putea să ia geanta şi să mute maşina. Soţul meu şi Nelly m-au sprijinit până în sala de naşteri. Odată ajunşi acolo, primul diagnostic a fost că lucrurile aveau să evolueze repede, deoarece colul uterin era deja dilatat şase centimetri. Cu puţin timp înainte de ora 12 a sosit medicul meu ginecolog şi a fost surprins să constate cât de mult progresase deja naşterea. Puţin nedumerit, a început să caute în grabă hainele pentru sala de operaţie şi a urmat imediat instrucţiunile lui Nelly.

Nelly şi-a dat repede seama că ceva nu era în regulă şi că fiul meu întâmpina o rezistenţă. A reacţionat imediat şi i-a spus medicului meu ginecolog să folosească manevra Kristeller. După doar două contracţii scurte de împingere, fiul meu a venit sănătos pe lume la ora 12:13, datorită intuiţiei fine a lui Nelly.

Rezistenţa era provocată de cordonul ombilical, care era înfăşurat în jurul piciorului. Cine ştie dacă, în alte condiţii sau sub îngrijirea altcuiva, situaţia nu s-ar fi încheiat cu o cezariană.

Uşor nedumeriţi că puteam ţine atât de repede în braţe noua noastră fericire, am fost învelită cu jacheta soţului meu. Geanta cu lucrurile mele se afla încă, din cauza grabei, în maşina parcată în locul greşit, însă toate acestea deveniseră complet neimportante.

Această naştere incredibilă, care a avut loc exact în ziua „planificată” cu trei luni înainte şi care s-a desfăşurat în mai puţin de două ore şi jumătate, a fost pentru noi o binecuvântare şi

aproape un mic miracol.

A doua naştere: „Uneori ai nevoie de un înger păzitor” . După aproape cinci ani am rămas din nou însărcinată şi ne-am bucurat foarte mult că fiul nostru urma, până la urmă, să aibă un frăţior sau o surioară.

Din păcate, încă de la începutul sarcinii, bucuria a fost adesea umbrită de probleme. Pe lângă sângerări frecvente, suspiciunea de rubeolă şi infecţii urinare de lungă durată, am avut deja multe de îndurat în prima jumătate a sarcinii.

După ce lucrurile au început să meargă mai bine şi am putut să accept gândul că totul ar putea, până la urmă, să se termine cu bine, am luat legătura cu Nelly. Înainte nu avusesem curajul să o fac, atât de mare era teama mea că lucrurile ar putea merge prost.

Pagina 73

Nelly ne-a primit din nou cu multă căldură şi mi-a dat foarte multă încredere, astfel încât am început din nou să-mi simt copilul şi pe mine însămi şi să am încredere în noi. Cu atât mai mare a fost şocul când medicul meu ginecolog a constatat dintr- odată prea puţin lichid amniotic şi o întârziere în creşterea copilului.

Mi s-a spus să mă pregătesc pentru posibilitatea ca bebeluşul să trebuiască să fie adus pe lume chiar înainte de săptămâna 32 de sarcină. În urma acestui rezultat, am fost trimisă la un specialist în medicină prenatală. Din fericire, acesta a constatat că exista suficient lichid amniotic şi că bebeluşul era foarte mic şi delicat, însă nu a considerat necesar ca fiica noastră să fie adusă pe lume mai devreme.

Următoarele săptămâni au fost pline de teamă şi neliniște. Mergeam de la un control la altul, la intervale de 10 zile.

După ce am discutat cu Nelly, ne-am pregătit şi pentru posibilitatea de a naşte într- un spital care avea şi secţie de pediatrie, însă am continuat să ne menţinem planul de a parcurge acest drum împreună cu Nelly şi de a apela la această variantă doar în cazul unei urgenţe absolute.

Pentru că fiica noastră nu voia nicidecum să se întoarcă în poziţia potrivită, clinica ne-a recomandat să încercăm o întoarcere externă a bebeluşului. După ce Nelly ne- a sfătuit insistent să nu facem acest lucru, iar medicii care ne îngrijeau erau de aceeaşi părere cu Nelly, am renunţat la procedura de întoarcere şi ne-am pregătit pentru o operaţie cezariană. Am fost foarte bucuroşi că Nelly urma să ne însoţească şi pe acest drum.

Cu ajutorul unor medici extraordinari şi cu multă energie pozitivă datorită lui Nelly, am reuşit să ajungem până în săptămâna 38 de sarcină şi am putut face o cezariană planificată.

Am fost nespus de fericită să o am pe Nelly alături de mine şi recunoscătoare că m- a pregătit atât de bine pe mine şi pe fiica mea pentru operaţie, încât, în ciuda faptului că a fost vorba despre o intervenţie chirurgicală, experienţa a fost minunată şi odată cu primul ţipăt al copilului, toată tensiunea a dispărut din mine, iar lacrimile de bucurie au început să curgă. Pe baza placentei, Nelly a constatat că era vorba despre un cordon ombilical tangenţial unidimensional şi că sângerările proveniseră de la un geamăn pierdut.

Medicul meu ginecolog a putut confirma acest diagnostic pe baza fotografiilor. Şi ea a fost surprinsă că nici ea, nici specialistul în medicină prenatală nu observaseră acest lucru deja la

una dintre ecografii. Acest lucru ar fi explicat multe dintre cele întâmplate pe parcursul sarcinii şi ne-ar fi scutit de multă neliniște.

Am fost nespus de uşurată că am ascultat de îngerul nostru păzitor, Nelly, şi că nu am încercat să întoarcem copilul, deoarece, având în vedere acest diagnostic, o asemenea manevră ar fi putut avea un deznodământ fatal.

În tot acest timp, Nelly ne-a fost alături cu sfaturi şi ajutor şi, mai presus de toate, cu experienţa ei nemăsurată şi cu darul ei de a crea o legătură cu copilul nostru nenăscut. Ne-a susţinut şi ne-a încurajat să avem „încredere" în copilul nostru.

Suntem recunoscători că avem doi copii minunaţi şi nespus de fericiţi că destinul ne-a adus-o pe Nelly în cale, deoarece ea a avut o contribuţie esenţială la faptul că avem doi copii sănătoşi.

Îţi spunem din adâncul inimii: „Mulţumim!"

Patricia şi Stefan

Pagina 74

Dragă Nelly,

A fost atât de frumos ca ieri, după atâta timp, să-ți aud din nou vocea atât de familiară. Aşadar, iată datele copiilor mei: Stephanie, născută la 16.07.1993, Melanie, născută la 12.03.1995, Amelie, născută la 21.03.1999, Sebastian, născut la 24.06.2001.

Din recunoştinţă pentru faptul că ne-ai fost alături într-un mod atât de minunat la toate cele patru naşteri, aş dori ca mâine să fac o donaţie pentru Visterna.

Pentru mine a fost ca un dar cu totul special faptul că am avut ocazia să te întâlnim pe 14.06.1993, la testul de provocare a contracţiilor pentru Steffi, iar două zile mai târziu tu ai fost moaşa de gardă la Haasklinik. Ai împiedicat cezariana pe care domnul Dr. S. intenţiona să o efectueze. La naşterea Melaniei nu ne-am mai fi putut imagina o altă moaşă. Aşa că, pentru naşterea Melaniei, am parcurs cei 200 de kilometri de la Erlangen la München pentru a veni la tine. La a treia, iar apoi la a patra naştere, eram deja atât de „dependentă de Nelly", încât am parcurs chiar aproximativ 600 de kilometri de la Düsseldorf la München, imediat ce au început contracţiile.

Fiecare naştere a fost diferită, însă, datorită priceperii tale, fiecare dintre ele a fost o experienţă minunată. Şi în perioada de după naştere, îngrijirea oferită de tine a fost foarte liniştitoare şi competentă.

Pe Steffi, care nu voia să bea cum trebuie, ai reuşit să o faci să bea. Sutura perineală făcută de tine a rezistat chiar şi „acţiunii mele de cățărare pe fereastră" de la clinica Boruth, când, în timpul nopţii, singura modalitate de a ajunge la bebeluşul meu flămând a fost prin fereastră, deoarece clanţa uşii camerei mele căzuse. În cazul Ameliei, mi-ai aranjat imediat o programare pentru a-i fi operat cel de-al unsprezecelea degeţel. În cazul lui Sebastian, ai fost prima care a observat icterul neonatal. Îți mai amintești...?

Îţi mulţumesc foarte mult pentru tot.

Cred, la fel ca tine, din ce în ce mai mult în forţele universului şi cred că o astfel de forţă ne-a adus împreună. Ar fi frumos dacă sora Gabriela şi tu v-aţi gândi în continuare la noi şi, în special, la Amelie şi v-aţi ruga pentru noi. Noi ne gândim adesea la tine şi îţi suntem profund

recunoscători!

Multe salutări și din partea lui Johannes și să știi că te îmbrățișez cu drag,

A ta, Susanne

„Este vorba despre arta și măiestria moașei, despre cunoștințe medicale de specialitate, empatie și o înțelegere practică și sănătoasă a oamenilor. Tocmai această combinație dă savoare întregului, iar pentru mine aceasta este esența asistenței la naștere.” Nelly Niculina Stancenscu

Paginile 76–77

„Nu este deloc indiferent felul în care venim pe lume.” Omul este marcat pentru întreaga viață de felul în care vine pe lume. Din acest motiv, creez cele mai bune condiții atât pentru mamă, cât și pentru copil.

Eu cred într-o naștere naturală. Bineînțeles, întotdeauna cu posibilitatea unei asistențe medicale în fundal. S-a întâmplat să aduc pe lume copii în tot felul de situații. S-a întâmplat chiar și în mașină. Atunci a trebuit să acționăm foarte repede. Chiar și fără aparatură. Dar acestea sunt excepții absolute. Chiar dacă eu cred în nașterea naturală, consider că o naștere trebuie să aibă loc într-un mediu medical, CU AJUTORUL moașei și al medicului.

„Când mă aflu în sala de nașteri, am sentimentul că pot uni DOUĂ LUMI: nașterea, care prin natura ei este un proces firesc, și îngrijirea medicală corespunzătoare a mamei și a copilului.” Nelly Niculina Stancescu

Pentru ca femeia să se simtă în siguranță și protejată în timpul nașterii și să se poată abandona acestui proces, este foarte importantă îngrijirea personală și individuală. Această îngrijire nu trebuie să dureze neapărat douăsprezece ore. Poate fi și mai scurtă, dacă de la început i se oferă femeii posibilitatea de a vorbi și, prin aceasta, se creează o relație bazată pe încredere. Dacă, dimpotrivă, femeia se simte abandonată, se încordează, îi este teamă, iar procesul nașterii nu devine astfel mai ușor.

Bineînțeles că nu este deloc indiferent felul în care venim pe lume. Moașa este cea care ghidează nașterea, ea este cea care conduce lucrurile în sala de nașteri. Nu trebuie uitat nici faptul că starea sufletească a moașei se transmite femeii care naște.

Am observat în repetate rânduri că, în timpul nașterii, moașele și medicii se concentrează în principal asupra copilului. Mama este adesea neglijată. Este tulburător cât de multe mame ar confirma afirmația: „Mi-am lăsat demnitatea la ușa sălii de nașteri.” Germania se numără, într-adevăr, printre țările în care mortalitatea infantilă și maternă în timpul nașterii este foarte scăzută. Și totuși, tocmai în această situație atât de sensibilă și de vulnerabilă, femeia nu beneficiază întotdeauna de cea mai bună îngrijire posibilă.

Ceea ce are nevoie femeia este încrederea. Atât în moașă, cât și în procesul nașterii în sine. Iar această încredere nu se poate forma dacă moașa nu a clarificat dinainte de ce anume se teme femeia însărcinată, ce îi place și ce nu ar putea suporta în niciun caz. Numai atunci femeia se poate abandona procesului, iar nașterea se poate desfășura în mod natural.

Pagina 78

Consider că este un abuz sufletesc atunci când femeia însărcinată este lăsată singură cu contracţiile în sala de naşteri, deoarece moaşa trebuie să se ocupe în acelaşi timp de alte femei. Aşa ceva nu poate funcţiona. Un aspect pozitiv pe care îl observ este faptul că femeile sunt, în principiu, capabile să facă orice pentru a- şi aduce copilul pe lume. O femeie, în timpul travaliului, este capabilă să se autodepăşească şi, cu o energie şi o forţă de nedescris, să încerce să-şi aducă pe lume copilul. Femeia care naşte are nevoie de încurajare, de o legătură activă cu moaşa şi de încredere. Aceste lucruri favorizează naşterea. Dacă femeia este lăsată singură, înseamnă că nu beneficiază de îngrijire. Personal, nu sunt în principiu împotriva operaţiei de cezariană, atunci când aceasta este necesară din motive medicale. Însă efectuarea unei cezariene doar pentru că este la modă, pentru că poate fi planificată sau pentru că data aleasă este convenabilă este, din punctul meu de vedere, împotriva naturii.

Adesea vin la mine femei însărcinate cu al doilea sau al treilea copil. Cele mai multe dintre ele au avut o experienţă traumatizantă la prima naştere. Povestesc că la prima naştere nu s-au simţit luate în serios, că nu au fost îngrijite şi că le-a lipsit sprijinul emoţional. În cazurile cele mai dificile, aceste femei îşi doresc cel mult o cezariană programată, pentru că nu vor să mai treacă încă o dată prin acea experienţă îngrozitoare.

Pot înţelege foarte bine acest lucru, însă îi explic femeii că nu fac o cezariană fără să-i ofer copilului şansa de a şti că urmează să vină pe lume. Cum fac acest lucru? Fac o clismă, examinez colul uterin şi fac un masaj abdominal. Această procedură durează între una şi două ore, după care mergem în sala de operaţie. Nu de puţine ori se întâmplă însă ca, înainte de aceasta, să înceapă deja o naştere naturală.

„O naştere este o naştere bună numai atunci când mamei îi este bine. Dacă mamei îi este bine, automat şi copilului îi este bine.” Nelly Niculina Stancescu

Paginile 79–80

O naştere rapidă tipică pentru Nelly

Naşterea fiului meu Solms era planificată pentru 21.09.2010. Nu însă pentru că aceasta ar fi fost data naşterii stabilită de medicul meu ginecolog, nu, aceea ar fi fost 04.10.2010, ci pentru că aceasta era data pe care moaşa mea, Nelly, o alesese pentru naştere, bineînţeles în acord cu mine.

Cu patru ani şi jumătate înainte, Nelly o adusese pe lume şi pe fiica mea, Sarah. Sarah venise pe lume cu şase zile după termenul stabilit de medicul meu. Lichidul amniotic era deja verde, iar fiica mea era un adevărat „colos”, cântărind 4,1 kilograme. Placenta arăta aproape „gata”. În ciuda tuturor acestor împrejurări, cu ajutorul extraordinarei mele moaşe am adus acest copil pe lume în trei ore şi jumătate.

Ei bine, de data aceasta nu voiam să nasc din nou un copil care să cântărească patru kilograme, pentru că îmi aminteam încă foarte bine cât timp îmi luase să mă recuperez după naştere, în timpul căreia pierdusem şi mult sânge. Din punct de vedere al greutăţii estimate, fiul meu nu avea însă nicio intenţie să rămână în urma surorii sale mai mari, aşa că mi s-a părut mai mult decât justificat să-i „economisesc” eventual vreo jumătate de kilogram şi să-l aduc pe lume pe micuţul Johnny cu două săptămâni mai devreme.

Planul era să beau poţiunea magică prescrisă de Nelly, alcătuită din ulei de ricin, pastă de

migdale, rom şi suc de caise, să aşteptăm contracţiile care, potrivit predicţiei, urmau să apară şi, în cele din urmă, să merg împreună cu Nelly la clinică pentru a „naşte rapid” copilul.

În acea zi am băut cocktailul de două ori, însă nu s-a întâmplat nimic. Aşa că am stabilit împreună cu Nelly să amânăm totul pentru ziua următoare. Privind retrospectiv, trebuie să recunosc că mi-a convenit foarte mult, pentru că astfel fiul meu avea să fie totuşi Balanţă, şi nu Fecioară. ;-)

După-amiază, când m-am întors acasă, aveam într-adevăr contracţii perceptibile, însă acestea s-au oprit din nou în cursul serii. Faptul că organismul meu nu reacţionase deloc la amestec a determinat-o pe Nelly să să pună diagnosticul că, pur şi simplu, am un „stomac de porc”. Şi avea perfectă dreptate. Provin dintr-o familie franconă care poate digera aproape orice şi chiar aşa este. ;-)

Pentru vineri, 24 septembrie, stabiliserăm următoarea noastră întâlnire pentru naştere. Cu o seară înainte, lui Nelly nu-i plăcuse rezultatul CTG-ului, aşa că am preparat din nou cocktailul, am adăugat şi mai mult ulei de ricin şi pastă de migdale şi am băut amestecul, de data aceasta însă fără prea mult entuziasm. Bineînţeles, din nou nu s-a întâmplat nimic. În fine. Noi, adică Sarah, Hans şi cu mine, am mers cu toţii împreună la Nelly. M-a examinat pe scurt, în timp ce fetiţa mea privea foarte curioasă. În jurul orei 15:30, am pornit în cele din urmă, foarte relaxaţi, spre clinică.

Sala de naşteri cu patul mare era liberă, aşa că m-am instalat acolo. Atunci când Nelly intră într-o clinică, îmi lasă impresia minunată că se bucură de ceea ce urmează.

Felul ei de a fi îmi aminteşte de o artistă care are şi astăzi o reprezentaţie. Nu agitată, nu cu trac, ci asemenea unei artiste foarte experimentate care urmează să susţină un spectacol despre care ştie că va fi extraordinar. În acel moment mi-am amintit din nou de prima mea naştere şi am regăsit acelaşi sentiment de siguranţă absolută pe care mi-l transmitea prezenţa ei.

După o clismă, care, în mod surprinzător, nu a fost chiar atât de neplăcută, Nelly mi-a introdus cu pricepere acul pentru perfuzie şi m-a conectat la perfuzie.

Hans se afla încă la părinţii lui, unde o dusese pe Sarah. Încet şi fără grabă au început apoi şi contracţiile. La ora 17:30, când contracţiile au devenit semnificative şi, pas cu pas, tot mai puternice, a venit şi Hans. În jurul orei 17:45, aveam deja contracţii la intervale regulate. Nu-mi mai amintesc exact când au trecut acestea în stadiul în care deveniseră aproape insuportabile, însă de la ora 18:00 am putut să intru într-o stare de delir care devenea din ce în ce mai intensă. Din acel moment nu mai era atât de uşor să „accept” contracţiile. Nu mai voiam decât să scap de dureri.

Poate că ar fi fost mai bine să mă ridic din pat? Nelly a pregătit fotoliul-balansoar cu protecţii. Abia m-am aşezat şi am vrut imediat să mă ridic din nou. Stând în picioare şi aplecată înainte, am început deja să gem şi mă agăţam de Hans, care, bineînţeles, nu prea înţelegea ce voiam de la el.

Nelly mi-a propus o anestezie epidurală (PDA), iar eu am acceptat cu recunoştinţă. Vorbisem despre acest lucru înainte şi stabiliserăm că aş fi vrut să încerc fără epidurală, dar că îi voi lăsa ei decizia finală. Nelly se temea că durerile ar putea deveni şi mai puternice, deoarece osul pubian nu se relaxa şi, din cauza frecării de os, situaţia ar fi putut deveni din nou foarte

dureroasă.

Încercasem într-adevăr câte ceva cu autohipnoza, dar nu reuşisem să intru într-o stare suficient de profundă. Înainte nu exersasem niciodată cu adevărat lucrul cu durerea, iar aprofundarea stării de transă nu schimba prea multe. Nu pot spune în ce măsură eram în stare de hipnoză. În orice caz, eram „în altă parte". ;-) Ne-am mutat apoi repede pe patul de alături. Acesta era mai înalt, astfel încât Nelly putea să lucreze mai bine. Epidurala a fost administrată rapid de un medic, cu un ac fin, iar în acest timp a trebuit să stau nemişcată doar pe durata unei singure contracţii. Însă uşurarea pe care o sperasem nu a venit. Nu a fost ca la primul meu copil, când, după epiduralã, nu mai simţisem deloc contracţiile. De data aceasta, contracţiile au continuat să fie la fel de puternice ca înainte.

Cred că la un moment dat am spus chiar şi „Fuck", pentru că devenisem atât de furioasă din cauza acestor dureri, care pur şi simplu nu voiau să se diminueze nici măcar pentru o clipă.

Trebuie să fi fost în jurul orei 19:00, când am auzit-o pe Nelly spunându-i doctorului Gastroph:

„În 20 de minute vine copilul."

Cum? Ce? Nu-mi venea să cred ceea ce tocmai auzisem. Abia începuse totul... Eu mă pregătisem, de fapt, pentru încă cel puţin una sau două ore. Şi chiar şi asta doar pentru că Nelly era cea care urma să-mi aducă copilul pe lume. Altfel, din acel moment, ar fi trebuit să mă pregătesc pentru cel puţin încă cinci sau şase ore.

Medicul prezent privea şi el destul de sceptic, însă, la scurt timp după aceea, Nelly mi-a spus deja să încep să împing. La început se pare că nu împingeam corect, iar Nelly îmi vorbea pe un ton clar şi hotărât. Eu însă pur şi simplu nu reuşeam să înţeleg ceea ce îmi spunea. Tot ce întrebam era: „Ce? Ce?"

Apoi am deschis larg ochii şi m-am uitat la Nelly. Atunci Nelly mi-a arătat cum trebuia să procedez. Mi-a spus că trebuia să împing ca şi cum aş avea scaun.

Asta era uşor de înţeles, clar şi fără echivoc. Şi pentru că, inclusiv la examinările anterioare, Nelly îmi dăduse întotdeauna sentimentul că nu aveam de ce să-mi fie ruşine, am început imediat să împing în modul corect.

Prima contracţie de împingere a fost puternică şi am devenit puţin plângăcioasă. Nelly a reacţionat cu o voce hotărâtă, pătrunzătoare şi, în acelaşi timp, plină de afecţiune. Ca un antrenor care ştie exact ce se întâmplă cu sportivul său, aflat pe punctul de a renunţa chiar în ultimii metri.

De la marginea „ringului", parcă îmi striga: „Încă două croşee de stânga şi ai reuşit! Apoi titlul mondial este al tău!"

Nu, bineînţeles că nu asta a spus, însă exact acest entuziasm şi această încredere se simţeau în vocea ei. Ceea ce a spus de fapt a fost: „Mai împingi de două ori şi avem copilul, îţi jur!" Şi atunci am ştiut că exact aşa avea să fie.

În cele din urmă, a mai fost nevoie doar de o contracţie şi jumătate de împingere, iar John a venit pe lume ca ecoul unei lovituri de tunet. Ceea ce eu nu am observat deloc în acel moment a fost faptul că cordonul ombilical era înfăşurat în jurul gâtului lui John. Nelly l-a desprins însă imediat de la gât, printr-o manevră sigură şi pricepută, după cum mi-a povestit Hans mai

târziu. Aşadar, acesta era motivul pentru care CTG-ul din seara precedentă îi provocase neliniște lui Nelly.

Am avut voie să tai cordonul ombilical, iar apoi această făptură fermecătoare, acoperită de vernix, mi-a fost aşezată pe burtă. O naştere aşa cum nu ţi-ai putea dori mai frumoasă. Cât de minunat este că exişti, Nelly, şi cât de norocoasă am fost că am avut şansa să te întâlnesc!

Pentru că sunt cântăreaţă, pot spune astfel: Nelly este Maria Callas a moaşelor. Nu există alta ca ea, este diferită. Dacă ai încerca să explici cuiva cum cântă Maria Callas, nimeni nu ar putea înţelege cu adevărat. Trebuie să o fi trăit, să o fi simţit.

Ruth Cornelia

Pagina 82

Cea mai frumoasă muzică pentru urechile mele, muzica viitorului meu

Dragă Nelly,

totul a început într-un tren, în timpul unei călătorii între München şi Nürnberg. Am întrebat o femeie tânără, care avea o fetiţă, cum a fost naşterea.

Mi-a spus că nu va mai vrea niciodată un copil, pentru că naşterea a fost o oroare de neimaginat. Dar mi-a mai spus că, dacă ar putea da timpul înapoi, ar naşte doar cu o anumită moaşă: Nelly din România. M-a surprins că puteam să-mi aleg eu o anumită moaşă. Acasă am început să caut informaţii despre Nelly, dar fără succes.

Până când, într-o zi, am văzut într-o revistă medicală o listă cu mai multe moaşe. Din fericire, era acolo şi numărul lui Nelly Stancescu. „Fericită peste măsură” e prea puţin spus.

La cursul de pregătire am fost împreună cu multe alte gravide şi am aflat cât de minunat au decurs naşterile lor. De atunci am trăit cu speranţă. Mi s-a promis că Nelly poate fi sunată non-stop, că naşterea va fi fără durere şi va dura trei ore, iar dacă va fi nevoie, se va face cezariană. Au avut loc şi întâlniri de grup cu toate gravidele, cu soţii lor şi cu Nelly. Toate acestea mi-au întărit speranţa într-o naştere frumoasă.

Pe 27.09.1995 mi s-a rupt brusc apa şi a trebuit să ajung cât mai repede la spital. Contracţiile erau extrem de puternice şi veneau la zece secunde una după alta. După o jumătate de oră eram în clinică. De durere, l-am trântit la pământ pe medic chiar când voia să mă salute. Din fericire, am primit imediat o epidurală. Ce binecuvântare! Şi deja eram în plin travaliu. Pe CTG se auzeau bătăile inimii copilului meu. Era cea mai frumoasă muzică pentru urechile mele, muzica viitorului meu.

A venit prima contracţie, iar Nelly a început să mă maseze în interior. Mi-a vorbit cu dragoste şi mi-a dat putere. Nu simţeam nicio durere. Pentru că sunt cântăreaţă de operă, Nelly mi-a cerut să cânt. Primul cântec a fost „O sole mio”. M-a liniştit şi am început din nou să respir calm. Atmosfera era atât de relaxată, încât am putut chiar să spun o glumă. Deodată s-a văzut părul negru al copilului meu.

Am împins şi iar am împins, dar nu se întâmpla nimic. Pe CTG însă se vedea că bătăile inimii copilului meu erau tot mai rare şi chiar neregulate. Nelly a trebuit să intervină şi mi-a cerut să cânt cât de tare pot.

Am cântat „Rosenarie” de Mozart, tare şi cu putere. Şi iată că inima fetiţei mele a început

imediat să bată din nou puternic. O minune. La scurt timp după aceea o ţineam în braţe pe micuţa mea Amelia.

Mai târziu am aflat că bebeluşul meu avea cordonul ombilical prea scurt. Eu şi fiica mea, care acum e adultă, îi suntem foarte recunoscătoare lui Nelly, pentru că datorită ei copilul meu şi cu mine am rămas în viaţă şi sănătoase. Numele fiicei mele, Amelia, înseamnă A = spre / Melos = cântec.

Caroline

Pagina 84

În ultimele două decenii am observat o schimbare la femeile însărcinate. Nu doar anatomia s-a modificat din cauza timpului petrecut la birou, în faţa calculatorului, ceea ce influenţează şi zona bazinului. S-a schimbat şi starea mentală a femeilor care vin la mine. Dacă înainte femeile erau deschise şi fără prejudecăţi în privinţa naşterii copilului lor, astăzi ele vin foarte bine informate şi cu multe cunoştinţe. Dacă ar fi să credem statisticile, una din şapte femei însărcinate suferă de o frică extremă faţă de naştere. Multe femei însărcinate devin tot mai nesigure pe măsură ce se apropie termenul naşterii. Ele îşi pun frecvent întrebări precum: Cum va fi naşterea? Voi putea suporta contracţiile?

Adesea, femeile însărcinate sunt mai degrabă copleşite de informaţii decât pline de speranţă. Sunt pur şi simplu supra-informate şi pline de griji. Regret foarte mult acest lucru. Unde mai rămâne naturaleţea sarcinii?

Bărbaţi îngrijoraţi şi femei însărcinate nesigure vin la conversaţiile iniţiale cu mine şi adesea şi la colegele mele din sala de naşteri. Dacă observ această atitudine, încerc înainte de toate să transmit cuplului un sentiment de siguranţă. Dacă viitoarea mamă este liniştită, această stare se transmite imediat şi tatălui, precum şi restului familiei. Mai ales copilul din burtă beneficiază de această relaxare.

Mult prea mulţi viitori părinţi sunt încărcaţi de teamă şi îngrijorare că s-ar putea întâmpla ceva copilului lor. Într-o anumită măsură acest lucru este de înţeles. Din păcate însă, mass-media este plină de informaţii care nu le ajută direct pe femei. Dimpotrivă, ele transmit un sentiment de teamă, nesiguranţă şi chiar de eşec.

Femeile aud poveşti despre experienţe neplăcute la naştere din familie şi din cercul de prieteni, citesc pe internet despre tot ce poate merge prost în timpul naşterii. Cu toate aceste cunoştinţe, ajung apoi la mine şi de multe ori sunt surprinsă sau chiar şocată când vorbesc cu ele despre sentimentele lor.

„Fără internet cu burta!”

Natura a făcut în aşa fel încât corpul femeii să poată aduce copii pe lume. Totuşi, se întâmplă rar ca o femeie însărcinată să vină la mine şi să privească naşterea cu adevărat încrezătoare. Rareori este convinsă că poate face faţă naşterii. În plus, multe femei şi-au pierdut capacitatea de a-şi percepe propriul corp şi, implicit, încrederea în propriile sentimente.

Femeia însărcinată ar trebui să simtă singură ce îi face bine. Acest lucru începe din momentul sarcinii şi continuă până la naştere şi, bineînţeles, şi după aceea, când vine vorba de îngrijirea copilului.

Pagina 85

Pentru mine este o mare provocare să încurajez femeia să își asculte corpul. Atât în timpul sarcinii, cât și în procesul nașterii. Să observe singură ce îi face bine, ce îi place și să participe activ la ceea ce trăiește. Cu cât o femeie trăiește nașterea mai activ și cu mai multă încredere în sine, cu atât amintirile despre această experiență sunt de obicei mai pozitive.

Există însă și cealaltă categorie de femei: cele care se pregătesc foarte intens pentru naștere. Vin cu idei și așteptări fixe despre cum ar trebui să decurgă nașterea. Din păcate, aceste femei sunt adesea foarte concentrate pe control și devin copleșite atunci când nașterea are loc altfel decât și-au imaginat. Nu de puține ori ajung să fie dezamăgite după naștere. Dezamăgite de ele însele pentru că nu au reușit să aducă pe lume copilul într-un mod complet natural, așa cum își planificaseră. Dezamăgite de ele însele și de copilul lor. Însă o naștere nu este un transfer de cunoștințe. Aceste femei nu reușesc uneori nici măcar să se bucure de copilul lor sănătos. Nu își dau seama ce miracol au realizat: au adus pe lume un copil sănătos!

Multe femei nici măcar nu știu de ce este capabil corpul lor. Ce performanțe extraordinare poate realiza atât mental, cât și fizic. Pentru mine este imposibil să planific o naștere de la început până la sfârșit. Nu poți ști dinainte cât de intense vor fi durerile travaliului. În plus, fiecare femeie le gestionează diferit. Nu ceea ce spun cărțile sau alte femei însărcinate îi oferă siguranță, ci ceea ce îi spune propriul corp și propriile sentimente. Acesta este pentru mine aspectul decisiv. Fie că este vorba despre yoga pentru gravide, înot, plimbări sau orice altă activitate care îi face bine femeii, toate sunt permise.

Cel mai rău lucru este atunci când femeia însărcinată nu mai trăiește în acord cu propriile convingeri, ci își organizează viața după regulile din cărți. Multe femei ajung să simtă încă din timpul sarcinii că deja greșesc. Una este permisă, alta este interzisă. Astfel își pierd contactul cu propriile nevoi și cu propriul corp și, în mod firesc, nu mai percep nici copilul într-un mod natural.

Chiar dacă bebelușul nu poate încă vorbi, el comunică totuși cu mama sa. Timp de nouă luni se află în pântecele mamei și are cea mai strânsă legătură posibilă cu aceasta. Ideea de a pierde această naturalețe și de a privi copilul ca pe un obiect care trebuie să se dezvolte conform unui plan bine stabilit mi se pare îngrijorătoare.

Eu le spun gravidelor mele să facă întotdeauna ceea ce simt că le face plăcere. Să își asculte corpul și să urmeze ceea ce își doresc. Chiar și unele obiceiuri pot fi păstrate. O interdicție totală și bruscă este adesea mai dăunătoare decât o abordare echilibrată. Bineînțeles, totul cu măsură și cu discernământ.

Pagina 86

„De unde ar putea literatura să știe ce îi face bine sau ce nu îi face bine fiecărei femei însărcinate? Fiecare femeie este unică, fiecare corp este unic, fiecare sarcină este unică și fiecare naștere este unică. Nu există o singură rețetă corectă. Femeile trebuie să se desprindă de această idee. Trebuie să își simtă corpul, să își înțeleagă nevoile. Doar femeia știe de ce are nevoie, nu o carte sau internetul.” (Nelly Niculina Stancescu)

Tatăl joacă, de asemenea, un rol important, care nu trebuie subestimat. El își însoțește partenera pe parcursul celor nouă luni înainte de naștere, indiferent dacă o face activ sau pasiv, conștient sau inconștient. El îi poate transmite încredere, dar poate și să o facă

nesigură şi să îi amplifice temerile.

Mediul înconjurător, părinţii, socrii, prietenii, toţi contribuie într-un fel sau altul la experienţa sarcinii şi a naşterii. Iar această contribuţie nu este întotdeauna pozitivă.

De multe ori, viitorul tată se simte copleşit de rolul său de însoţitor în timpul sarcinii şi, mai târziu, în sala de naşteri. El nu poate simţi ceea ce simte partenera sa. Nu poartă copilul în propriul corp şi, prin urmare, nu poate şti întotdeauna de ce au nevoie mama şi copilul. Trebuie să se bazeze pe femeie, să aibă încredere în ea şi, în acelaşi timp, să îi ofere şi el încredere. Acest lucru este esenţial.

Din anul 1993 asist la naşteri în spitale. De atunci, le ofer şi bărbaţilor un loc activ în sala de naşteri. Îi informez despre procesul naşterii şi îi implic în tot ceea ce se întâmplă. Prin faptul că, pe parcursul întregii naşteri, explic ceea ce se întâmplă în acel moment, ceea ce fac sau de ce recomand anumite măsuri (de exemplu poziţionarea laterală, clisma sau anestezia epidurală), nu apare niciodată un sentiment de nesiguranţă nici la mamă, nici la tată.

„Dacă moaşa cunoaşte temerile şi nevoile viitorilor părinţi, poate să gestioneze şi să orienteze situaţia în mod corespunzător, oferindu-le siguranţă şi încredere. Aceasta este baza indispensabilă pentru orice naştere. Aceasta este filosofia mea.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Pagina 88

Adesea, femeile însărcinate vin la mine şi îmi spun că sunt foarte nesigure în privinţa lucrurilor pe care au voie să le facă şi a celor pe care ar trebui să le evite. O carte interzice consumul de cafea în timpul sarcinii, alta îl permite. La fel se întâmplă şi cu multe alte obiceiuri.

Personal, le recomand gravidelor pe care le însoţesc să nu se priveze excesiv şi să nu renunţe la tot ceea ce le face plăcere. Ceea ce le face bine şi le aduce bucurie ar trebui să facă. Desigur, totul cu măsură şi echilibru. Consumul excesiv nu este niciodată benefic.

„Dacă femeii însărcinate îi este bine, atunci îi este bine şi copilului.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Pentru mine este important ca femeia să îşi asculte corpul, să descopere de ce are nevoie, ce îi face bine şi ce îi aduce bucurie. Dacă această conştientizare există, atunci gravida aproape că nu poate greşi. Pentru că va alege în mod natural alimentele şi lucrurile care îi sunt potrivite.

Femeile nu ar trebui să se simtă vinovate atunci când fac ceva ce nu apare în ghidurile pentru gravide. Ar trebui să înceteze să se îngrijoreze că nu pot îndeplini toate cerinţele impuse unei femei însărcinate.Cine decide, de fapt, ce este permis şi ce nu? În cele din urmă, totul ţine de capacitatea de a-ţi asculta propriul corp, iar acest lucru îl poate evalua doar femeia însăşi. Numai ea poate stabili de ce are nevoie şi ce ar fi mai bine să evite. Toate recomandările privind aportul de micronutrienţi şi vitamine sunt de natură teoretică. Valorile diferă de la o femeie la alta şi depind de constituţia fiecăreia. Un pliant standardizat nu reprezintă întotdeauna soluţia potrivită. Dimpotrivă, privirea îndreptată către individ este esenţială.

Gravida A nu are nevoie neapărat de aceeaşi cantitate de acid folic, magneziu, calciu etc. ca gravida B. Uniformizarea acestor recomandări trebuie privită cu mult scepticism. Nu de

puține ori, femeile însărcinate vin la mine și îmi spun:

„Nelly, nu mai știu ce să fac. După ce reguli să mă ghidez?”

Ele se simt vinovate și au mai ales impresia că fac ceva greșit. Și asta înainte ca bebelușul să se fi născut măcar. În prezent, mass-media influențează foarte puternic acest proces atât de natural al sarcinii. Încrederea instinctivă în natură se pierde astfel tot mai mult. Este nevoie să redăm un rol mai important forței și înțelepciunii naturii.

„Omul este singura specie care a uitat cum să-și crească propriii copii.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Pagina 90

Cum află femeile despre mine? Cel mai adesea prin recomandări. Fie de la medici care mă cunosc sau au colaborat cu mine, fie prin prieteni, cunoștințe sau rude. Pur și simplu de la persoane care m-au avut deja ca moașă sau au auzit despre mine prin intermediul altora. De foarte multe ori sunt chiar bărbații cei care mă recomandă.

De regulă, femeile sunt cele care inițiază primul contact. Unele mă contactează încă din săptămâna a 12-a de sarcină, panicate că nu vor mai găsi nicio moașă disponibilă. Le liniștesc însă și le spun că, pentru mine, este suficient dacă ne întâlnim în jurul săptămânii a 20-a de sarcină. Mă sună, avem o scurtă conversație la telefon și apoi stabilim o întâlnire personală.

Prima discuție o port doar cu femeia însărcinată. Soțul sau partenerul nu participă încă. Pentru mine, pe primul loc este mama, nu doar copilul. Vreau să aflu ce fel de persoană este, ce îi place și ce respinge. „Pentru că femeile primesc astăzi foarte multe informații și au o teamă puternică de a fi considerate mame nepotrivite, este foarte important pentru mine să le arăt că sunt bune exact așa cum sunt. Cu toate slăbiciunile și punctele lor forte, cu toate preferințele și antipatiile lor.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Încerc să le transmit că trebuie să se concentreze asupra propriilor sentimente și asupra propriei sarcini. Din păcate, nici după a doua naștere o femeie nu se simte neapărat mai experimentată. Mai degrabă observă cu teamă că toată pregătirea nu i-a folosit prea mult. Aceasta a dus doar la așteptări foarte mari.

Prin pregătire mă refer la cursurile în care viitorii părinți învață informații și abilități despre naștere, perioada de după naștere și îngrijirea copilului. Și, desigur, și despre sarcină. Personal, nu sunt o susținătoare a cursurilor în care multe femei însărcinate stau împreună și primesc toate aceleași informații.

Astfel de cursuri nu pot funcționa, din punctul meu de vedere, pentru fiecare femeie. Eu prefer o îngrijire individualizată. Este important să aflu ce o preocupă, ce o neliniștește și ce îi provoacă teamă. Tocmai pentru că fiecare naștere este diferită, consider că informațiile generale nu sunt suficiente.

Mulți dintre cei care țin cursuri de pregătire pentru naștere nu mai lucrează de mult timp în sala de nașteri. Din acest motiv, nu li se poate reproșa că nu reușesc să transmită suficient de bine ceea ce este cu adevărat necesar într-o naștere. Ei fac tot posibilul în cadrul cursurilor lor.

Mesaj din sacul amiontic partea 2

Pagina 91

Însă toate acestea sunt foarte generale. Îmi lipseşte abordarea personală, individualitatea. De altfel, nici nu este posibil să descrii dinainte cum se va desfăşura o naştere.

Îmi doresc ca femeile însărcinate să aibă curajul să respingă orice influenţă negativă. Îmi doresc să îşi ofere dreptul de a trăi propriile experienţe, fără să fie obligate să urmeze sfaturile celor care au trecut deja prin această experienţă.

„O femeie însărcinată nu este o femeie bolnavă. O femeie însărcinată are voie, mai ales în timpul sarcinii, să îşi urmeze dorinţele şi să îşi asume responsabilitatea pentru ea însăşi.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Când discut cu o femeie însărcinată, îi explic clar că nu am grijă doar de mamă şi copil, ci că vreau să o înţeleg şi pe ea ca persoană. Copilul simte atunci că eu, ca moaşă, am o legătură cu mama şi că înţeleg limbajul copilului încă din uter.

Moaşa mea, cea care m-a format, îmi spunea mereu că am talent şi că voi realiza multe, dar că trebuie să învăţ să citesc femeia însărcinată. Ea deschide poarta către copil. Pentru că limbajul mamei este, într-un anumit sens, şi limbajul copilului.

Naşterea poate fi influenţată în mare măsură dacă îţi acorzi timp şi vorbeşti cu femeia despre tot ceea ce este posibil, astfel încât ea să se poată relaxa. Ca moaşă trebuie să încerci mereu să construieşti o relaţie de apropiere şi încredere cu femeia.

O femeie însărcinată care nu se poate relaxa în sala de naşteri nu va putea naşte cu uşurinţă. Nici măcar cu cea mai bună moaşă din lume. Este esenţial să existe o bună compatibilitate şi încredere reciprocă. Acesta este un aspect foarte important şi nu poate fi influenţat întotdeauna de femeie.

„Noi, moaşele, suntem cele care trebuie să le oferim femeilor sentimentul de apropiere şi siguranţă. Trebuie să facem tot posibilul pentru ca femeia însărcinată să nu se simtă stânjenită, deoarece naşterea este, în esenţă, şi un proces de eliberare şi purificare.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Le explic femeilor că efectuez examinări interne abia începând cu săptămâna a 36-a de sarcină, atât timp cât nu există probleme până la acel moment. Începând cu săptămâna 36+0 (adică după împlinirea completă a săptămânii a 36-a), naşterea copilului nu mai este considerată naştere prematură.

Pagina 92

De ce povestesc toate acestea?

Din acest moment am un contact mai frecvent cu femeia însărcinată şi îi transmit că naşterea poate începe în orice moment şi că nu trebuie să îi fie teamă că bebeluşul ei este „pregătit” abia după ce a ajuns la săptămâna a 40-a de sarcină.

Prin îngrijirea individuală, unu la unu, pe care o ofer încă din anul 1993, am posibilitatea de a observa semnele prevestitoare ale naşterii. Dacă o femeie are contracţii mai frecvente sau dacă înregistrarea CTG indică activitate uterină, efectuez examinarea şi pot constata dacă

colul uterin este maturizat.

Colaborez îndeaproape cu medicul ginecolog, astfel încât acesta să poată determina prin ecografie gradul de maturitate al copilului. Acesta este evaluat în funcţie de cantitatea de lichid amniotic, gradul de maturitate al placentei şi de prezenţa sau absenţa meconiului.

Această îngrijire individualizată îmi permite să susţin o naştere atunci când toate semnele indică faptul că bebeluşul este pregătit pentru a veni pe lume, indiferent de data probabilă a naşterii înscrisă în carnetul gravidei.

În prezent se spune că un copil are nevoie de 40 de săptămâni şi încă 2 zile de dezvoltare. Dacă nu se naşte până la săptămâna a 42-a de sarcină, se recomandă inducerea travaliului. Din experienţa mea, acest lucru este adesea problematic pentru multe mame şi mulţi copii.

„Semnele care prevestesc naşterea sunt limbajul copilului. Eu le aud prin gura mamei şi le simt prin colul uterin.” (Nelly Niculina Stancescu)

Dacă prima discuţie cu femeia a decurs bine, atunci îmi doresc să îl cunosc şi pe partener înainte de a-mi da acordul definitiv de a o însoţi la naştere. Totuşi, îmi las decizia deschisă până când vizităm împreună, în trei, sala de naşteri a clinicii.

Cu această ocazie explic şi modul în care lucrez, iar pentru scurt timp îl invit şi pe medic la discuţie. Acest lucru este foarte important pentru mine. Vreau ca viitorii părinţi să afle de la el că eu încerc să îmbin natura cu medicina.

Discut şi despre anestezie. Le arăt sala de naşteri, camera copilului şi secţia maternităţii.

Dacă după toate acestea am un sentiment bun, atunci accept să însoţesc familia la naştere.

Paginile 94–95

În prezent există numeroase forme de cursuri de pregătire pentru naştere. Există cursuri pentru cupluri, cursuri doar pentru femei şi chiar cursuri la care partenerul poate participa doar în anumite momente. Unele se desfăşoară pe parcursul mai multor săptămâni, altele concentrează toate informaţiile într-un singur weekend. Toate acestea sunt foarte diferite unele de altele. De cele mai multe ori, cursurile sunt susţinute de moaşe care nu lucrează direct în sala de naşteri.

Personal, nu sunt împotriva cursurilor de pregătire pentru naştere. Totuşi, acord o mare importanţă îngrijirii individuale, în afara cursurilor. Între 1994 şi 2007 am organizat şi eu astfel de cursuri. Am dezvoltat un concept cu recomandări diferite, care oferea fiecărei femei posibilitatea de a descoperi ce îi face bine şi de ce are nevoie. La următoarea întâlnire discutam cu fiecare femeie despre dorinţele ei şi organizam o oră de întrebări şi răspunsuri.

Abia după ce treci printr-o naştere îţi dai seama că nu te poţi pregăti complet pentru ea. La fiecare naştere se întâmplă lucruri diferite, iar femeia ajunge la propriile limite. Însă depăşirea acestor limite înseamnă, de asemenea, un nou început, ceva special. Iar eu sunt însoţitorul şi ghidul acestei experienţe de depăşire a limitelor. „Pregătirea ar trebui să o ajute pe femeie să fie deschisă, să poată spune tot ce simte şi să se poată abandona complet procesului naşterii. Scopul suprem este ca femeia să capete încredere foarte repede, chiar dacă nu îşi cunoaşte moaşa.”

(Nelly Niculina Stancescu)

În România, pregătirea pentru naştere este realizată în mare măsură de familie. Femeia este răsfăţată, chiar şi atunci când resursele financiare sunt limitate. Mama, tatăl, mătuşile şi chiar vecinii au grijă de femeia însărcinată. Sunt atenţi la dorinţele ei şi încearcă să îi ofere ceea ce are nevoie şi ceea ce îşi doreşte. După naştere se întâmplă acelaşi lucru. Toată lumea este recunoscătoare că bebeluşul s-a născut şi că totul a decurs bine.

În anii '80, în Germania a început să se permită şi participarea taţilor în sala de naşteri. Desigur, aceasta era o alegere voluntară, nu o obligaţie. Personal, consider că este un lucru bun atunci când partenerii sunt prezenţi.

„Dacă îi acordăm bărbatului încrederea de a fi prezent în sala de naşteri, atunci trebuie să îl privim în ochi şi în timpul naşterii şi să îi oferim aceeaşi bază de încredere, arătându-i că, în calitate de moaşă, sunt acolo şi pentru el.”

(Nelly Niculina Stancescu)

În cabinetul meu am invitat tineri părinţi cu un bebeluş de patru săptămâni la un curs despre îngrijirea nou-născutului. Nu am folosit păpuşi, ci bebeluşi reali. Bebeluşii erau îmbăiaţi, iar viitorii părinţi aveau posibilitatea să pună întrebări părinţilor mai experimentaţi.

M-a surprins faptul că bărbaţii îi adresau foarte multe întrebări tatălui, de exemplu:

- „Cum ai trăit momentul în sala de naşteri?”
- „Ţi-a fost frică?”
- „Ai tăiat cordonul ombilical?”

Eu însămi am fost adesea surprinsă când bărbaţii povesteau că nu a fost atât de greu pe cât îşi imaginaseră. Unii spuneau: „Nelly m-a ţinut atât de ocupat, încât nu am avut timp să mă gândesc prea mult.”

Alţii spuneau: „Încăperea era plină de prezenţa şi energia lui Nelly. Am simţit că ea prelua controlul şi că totul avea să fie bine.”

Îmi doresc ca viitorii părinţi să fie întâmpinaţi de o moaşă care lucrează în clinică, să li se prezinte, să stea puţin de vorbă cu ei şi să le explice cât timp va rămâne cu ei. De asemenea, consider important să le spună că, la finalul turei sale, va informa colega care urmează despre tot ce s-a întâmplat până atunci. Părinţii nu trebuie să se îngrijoreze. Acest lucru este suficient pentru a-i face să se simtă liniştiţi şi în siguranţă.

„Trebuie să fim sinceri şi să le spunem oamenilor adevărul. Dar trebuie, în acelaşi timp, să le spunem şi că vom reuşi împreună. Acest lucru linişteşte şi creează o mare încredere.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Din punctul meu de vedere, este discutabilă recomandarea de a masa perineul cu ulei în timpul sarcinii pentru pregătirea naşterii. Dar cum ar trebui să funcţioneze acest lucru în practică? Femeia însărcinată să îşi maseze perineul peste abdomenul mărit? În plus, aceasta face parte de fapt din atribuţiile moaşei în procesul naşterii.

În trecut, moaşele primeau mostre de produse de la producătorii de articole pentru bebeluşi. De exemplu, mostre pentru alăptare, ceaiuri şi diverse dispozitive. O dată am primit chiar şi un dispozitiv numit „Epino”. Era un fel de manşetă cu balon, care era introdusă în vagin şi

umflată zilnic pentru a pregăti țesuturile pentru naștere.

În opinia mea, aceasta a fost una dintre cele mai nepotrivite invenții. Corpul femeii este pregătit în mod natural pentru naștere prin modificările hormonale care au loc până în ziua venirii pe lume a copilului.

Pagina 96

Este complet lipsit de sens să „antrenezi” corpul femeii cu acest dispozitiv. M-am întrebat adesea de ce viitorii părinți plătesc 200 de euro pentru un asemenea aparat, sperând că astfel copilul va aluneca mai ușor afară din uter. Nu este deloc așa.

Pentru mine, o naștere este reușită atunci când femeia își lasă deoparte inhibițiile și se încredințează în mâinile mele.

Comparativ cu alte populații care trăiesc de mult timp în Germania, am observat, de exemplu, că o femeie de origine turcă își face mai puține griji dacă este sau nu suficient de bine pregătită pentru naștere. Și, cu toate acestea, își aduce copilul pe lume.

De asemenea, nu se simte vinovată dacă în timpul nașterii a vomitat, m-a stropit accidental sau și-a golit intestinele în pat. Ea știe că toate acestea fac parte din procesul nașterii. Și este bine așa.

„Pentru ca o naștere să decurgă bine, este nevoie de MÂINILE moașei.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Paginile 98–99

Aceste două întrebări sunt puse de aproape toate femeile aflate în travaliu atunci când ajung în sala de nașteri:

- [?] Cum este copilul meu?
- [?] Cât va dura nașterea?

Pot oferi un răspuns sincer și corect la aceste întrebări doar după ce examinez femeia cu propriile mele mâini.

Fiecare femeie are un prag diferit de suportare a durerii, chiar și o limită diferită a rezistenței la durere. De aceea le sfătuiesc pe femei să nu mă contacteze neapărat imediat ce încep contracțiile, ci atunci când simt că au nevoie de mine. Ar trebui să mă anunțe și atunci când contracțiile sunt încă slabe, dar au impresia că cei din jur nu le mai pot susține așa cum au nevoie și că au nevoie de un specialist. Când o femeie vine deja în travaliu activ, sunt foarte mulțumită, deoarece pentru mine aceasta este, de regulă, cea mai ușoară și mai rapidă naștere.

Îmi pare foarte rău să aud că unele femei se chinuie ore întregi, uneori chiar mai mult de o zi, pentru a-și aduce copilul pe lume. Tatăl meu îmi spunea: o zi poate fi împărțită în trei perioade de câte opt ore: opt ore de muncă, opt ore de somn și opt ore de timp liber. Acesta ar fi echilibrul ideal. Tot ceea ce depășește opt ore de muncă este împotriva ritmului natural și, prin urmare, nesănătos. Cu atât mai greu îmi este să aud că femeile trebuie să „muncească” 24 de ore sau mai mult pentru a naște un copil.

Din punctul meu de vedere, copilul are nevoie de mai multă protecţie în timpul naşterii. Uneori este pur şi simplu mai bine să nu fie trimis prin acel tunel îngust doar pentru că se consideră că naşterea spontană este cea mai bună variantă. Pentru mine, aceasta nu mai este spontaneitate, ci mai degrabă forţare.

Întotdeauna încerc tot ce este posibil pentru a permite o naştere naturală. Dacă însă acest lucru nu este posibil, atunci susţin efectuarea unei operaţii cezariene rezonabile, pentru ca nici mama, nici copilul să nu sufere consecinţe din cauza naşterii. Multe colege considerau odinioară că doar naşterea naturală este o naştere bună. În prezent, această viziune este mai puţin răspândită.

Dacă, în urma examinării, simt că trecerea prin canalul de naştere nu este posibilă, recomand o soluţie mai umană prin operaţie cezariană. În acest fel se pot evita folosirea ventuzei obstetricale, a forcepsului, apăsarea pe abdomen sau o cezariană de urgenţă. Astfel oferim copilului şi mamei o separare blândă şi bună pentru noul început.

Asistenţa mea la naştere se desfăşoară între două lumi: NATURA şi MEDICINA lucrează împreună.

Am observat că mulţi germani preferă metode de naştere care nici măcar nu provin din Germania. Şi mă întreb: de ce trebuie să adoptăm ceva străin? Nu ar fi mai bine să îmbunătăţim ceea ce face parte din propria noastră cultură? În loc să încercăm metode folosite pe alte continente doar pentru că acolo au fost utilizate de generaţii şi par să fi avut succes. Personal, nu sunt convinsă, de exemplu, de naşterea în apă. De ce? Doar delfinii şi balenele, care sunt şi ele mamifere, nasc în apă. Celelalte mamifere nu fac acest lucru.

„Aţi văzut vreodată un câine, o pisică sau o vacă să sară în apă pentru a naşte?”

(Nelly Niculina Stancescu)

De asemenea, nu sunt adepta recomandării ca femeia însărcinată să meargă la plimbare în timpul travaliului. De ce ar trebui să facă asta? Desigur, se încearcă orice pentru ca naşterea să evolueze bine. Dar în timpul durerilor puternice nu poţi merge la plimbare.

Cele mai recente măsurători arată că durerea din timpul naşterii poate fi comparată cu cea provocată de aproximativ 40 de fracturi osoase. Cine ar merge de bunăvoie la plimbare având 40 de oase rupte? Nimeni. Nici eu.

Am cunoscut toate aceste metode, dar nu le-am aplicat. Pentru mine, AJUTORUL nu înseamnă să reinventez tradiţiile şi metodele altor popoare. Pacientele mele nasc însă cu ajutorul meu într-un mod destul de convenţional.

Desigur, femeia simte teamă când ajunge în sala de naşteri. Are nevoie urgentă de cineva care ştie ce face. O examinez. Dacă intestinele sunt pline, îi fac o clismă călduţă. După aceea, încerc să o determin să reţină lichidul câteva minute şi să se mişte uşor.

Căldura are un efect relaxant asupra colului uterin. Acesta se poate deschide mai uşor. Copilul primeşte mai mult spaţiu şi coboară puţin mai mult. O sticlă cu apă caldă între picioare ajută suplimentar la relaxarea oaselor bazinului.

În acest timp, femeia stă întinsă pe o parte sau adoptă poziţia „Buddha”.

Pagina 100

„Femeia însăşi nu poate face foarte multe. Cea care poate interveni şi acţiona este MOAŞA. Dacă moaşa nu participă activ, lucrurile nu pot avansa la fel de repede.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Naşterea se desfăşoară în trei faze: ? Faza de dilataţie (EP): cea mai lungă etapă. În această fază copilul „îmi vorbeşte” prin colul uterin, pe care îl examinez în timpul contracţiilor. Colul uterin se deschide.

? Faza de expulzie (PP): în cazul meu durează aproximativ 30 de minute. În această etapă ajut ACTIV cu mâinile mele şi cu un ulei special, preparat de mine şi adaptat fiecărei femei. În această fază pot simţi dacă este necesară o incizie. Pentru mine, rupturile perineale nu sunt o opţiune acceptabilă.

? Faza placentară (după naştere): durează între câteva minute şi cel mult o oră, atunci când naşterea are loc în spital şi femeia nu sângerează excesiv. Există şi situaţii de placentă aderentă (placenta accreta), care poate fi îndepărtată doar prin intervenţie chirurgicală. După aceea este necesară o procedură de curăţare uterină.

Astăzi, privind în urmă la cei 50 de ani de activitate ca moaşă şi la experienţa acumulată, îmi amintesc de cuvintele unei femei din străinătate care, în 1998, şi-a născut al doilea copil cu ajutorul meu:

„Mulţumesc, mulţumesc, mulţumesc pentru AJUTOR. A fost atât de bine, mulţumesc.”

Am fost curioasă şi am întrebat-o cum fusese prima naştere. Ea mi-a răspuns:

„Naştere, da. Ajutor, nu.”

Sunt recunoscătoare pentru posibilităţile oferite de medicina pe care am cunoscut-o în Germania. Însă inima mea bate pentru ajutorul acordat la naştere. Mâinile mele sunt instrumentele mele.

Pagina 101

Mamă pentru mame

(Fragment din ziarul Münchner Merkur, de Angi Kiener)

În curând va lega cordonul ombilical al celui de-al zece miilea copil al său. Atunci, această locuitoare a Münchenului va sărbători şi jubileul a 40 de ani de activitate ca moaşă. Nelly Niculina Stancescu, care are acum 59 de ani, va fi întâmpinat deja pe lume aproximativ trei generaţii de copii în districtul Fürstenfeldbruck, inclusiv copii ai unor persoane cunoscute.

Persoana cu părul roşcat până la umeri emană exact calmul de care au nevoie femeile aflate în travaliu. Şi îşi ia timpul necesar pentru a le însoţi în sala de naşteri.

„Nu aş putea lucra în sistem de ture. Nu pot începe o naştere şi apoi să o predau altei moaşe”, spune Nelly.

Între timp, şi femei cunoscute îi acordă încredere. Soţii ale unor jucători celebri de fotbal, muzicieni din Austria şi din Moscova. Nu poate dezvălui numele lor. A fost prezentă chiar şi la naşterea copiilor lui Johannes B. Kerner şi Carmen Nebel. Totuşi, acest lucru nu impresionează în mod deosebit.

„Nu mă interesează dacă femeia care naşte este celebră. Eu vreau să fiu alături de ea în aceste ore importante şi adesea dificile. Prin experienţa mea le pot transmite femeilor siguranţă.”

Ea ştie că fiecare femeie este diferită şi că fiecare gestionează durerea în mod diferit.

La vârsta de 20 de ani şi-a terminat studiile de moaşă în România şi şi-a născut primul copil. În 1978 a venit în Germania şi a lucrat iniţial ca vânzătoare, pentru a învăţa mai bine limba germană. În 1980, după activitatea la secţia de pediatrie, a fost recunoscută oficial ca moaşă în clinica privată Haas din München şi a asistat la peste 3.000 de naşteri, inclusiv multe cazuri dificile.

Nelly a asistat şi peste 300 de naşteri în poziţie pelviană (copilul poziţionat cu picioarele sau şezutul înainte).

„Nu trebuie să ne bazăm doar pe natură. Vreau să îi transmit femeii aflate în travaliu competenţă şi siguranţă, să îi fiu prietenă, psiholog şi mamă.”

Nelly însoţeşte femeile în ultimele săptămâni de sarcină, în timpul naşterii şi după naştere. Ea observă modul în care capul copilului se raportează la bazinul mamei.

„Adesea simt acest lucru mai repede decât îl indică aparatele medicale.”**

Pagina 102

„Pentru mine este de fiecare dată o descărcare extraordinară de adrenalină atunci când pot ţine nou-născutul în propriile mele MÂINI. Cel mai frumos sentiment este apoi momentul în care ofer bebeluşul părinţilor şi văd că împreună am reuşit să înfăptuim miracolul NAŞTERII.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Îmi doresc ca femeia să fie protejată atât în ceea ce priveşte aspectul ei exterior, cât şi în modul în care se simte. Pentru mine este foarte important ca femeia să se simtă bine.

După naştere, le ajut pe femei să se împrospăteze şi consider că aceasta face parte din responsabilitatea mea. Înainte ca proaspăta mamă să fie transferată pe secţie, îi ofer o cămaşă curată şi proaspătă, astfel încât să se simtă mai confortabil şi mai bine.

După naştere, femeile rămân în clinică. Acolo le vizitez o dată sau de două ori pentru a mă asigura că totul este în regulă şi pentru a le oferi sprijinul necesar.

Paginile 102–103

„Pentru mine, de fiecare dată este un val puternic de adrenalină atunci când pot ţine nou-născutul în MÂINILE mele. Cel mai frumos sentiment de după este atunci când le înmânez părinţilor bebeluşul şi văd că, împreună, am reuşit să înfăptuim miracolul NAŞTERII.” (Nelly Niculina Stancescu)

Îmi doresc ca femeia să fie protejată în ceea ce priveşte aspectul ei şi felul în care se prezintă. Pentru mine este foarte important ca femeia să se simtă bine.

După naştere, le spăl puţin pe femei. Consider că şi acest lucru face parte din responsabilitatea mea.

Înainte ca mama să fie dusă în salon, îi dau o cămaşă curată, iar astfel se simte pur şi simplu

mai bine. După naştere, femeile rămân în clinică. Acolo le mai vizitez o dată sau de două ori.

← Nicole, Marco şi Benedikt

Cântăreaţă de operă din Moscova, la cea de-a doua naştere

După naşterea copilului

Odată ce copilul s-a născut, toată lumea răsuflă, pentru început, uşurată. Şi eu. Un lucru minunat a fost înfăptuit: un om nou a venit pe lume.

Imediat după naştere, aşez copilul pe partea stângă a mamei şi îl acopăr cu pături. De cele mai multe ori, mama şi tata încă mai plâng puţin de fericire. Eu mă retrag puţin împreună cu medicul şi le ofer părinţilor câteva momente doar pentru ei şi pentru copil, până când vine placenta. Fără presiune. Le respect intimitatea.

Trebuie să spun însă că majoritatea părinţilor nici nu vor să mă lase să plec şi îşi doresc să rămân alături de ei. Mulţi dintre bărbaţi mă îmbrăţişează şi îşi permit chiar să plângă puţin, pentru că sunt atât de uşuraţi şi bucuroşi. Acest lucru nu are nimic de-a face cu frica.

După eliminarea placentei, dacă mama nu are o incizie sau o ruptură, tatăl primeşte copilul, pentru ca eu să o pot spăla pe mamă şi ea să se poată îmbrăca în haine curate.

Primeşte propriul ei pat, iar eu încep să măsor şi să masez copilul şi să pregătesc baia Nelly.

Fac acest lucru împreună cu tatăl. În felul acesta, el vede imediat cum masez copilul din cap până în picioare. În acelaşi timp, verific dacă totul este în regulă: dacă totul este normal în cavitatea bucală, dacă pliul dintre fese este închis, verific zona intimă şi explic cum curăţ copiii în această zonă.

Un nou-născut poate fi atins cu încredere încă de la început. Nu trebuie doar mângâiat. Se curăţă fruntea, aripile nasului şi se masează uşor obrajii, deoarece acolo se află mulţi muşchi care îl ajută pe copil atunci când suge. Apoi îi fac baie nou-născutului şi adaug în apă miere, lapte şi petale de trandafir.

Alături se află lumânarea naşterii, cu două panglici, pe care scriu data naşterii, ora naşterii şi numele copilului. Aprind lumânarea şi le explic părinţilor că este frumos să întâmpinăm copilul cu atât de multă lumină.

În acelaşi timp, le recomand părinţilor ca, în perioada de lăuzie, adică în primele 40 de zile, să aprindă această lumânare la ora la care s-a născut copilul. Lumina uneşte cele două lumi cu strămoşii care veghează asupra noastră.

În oraşul meu din România se proceda la fel, iar eu am preluat acest obicei. Există, de asemenea, consemnări despre această tradiţie în cărţile vechi.

Fiecare copil primeşte de la mine un înger sfinţit la Veneţia, precum şi un horoscop.

După baie, înfăşor copilul într-un tricou pe care tatăl l-a purtat timp de două nopţi. Copilul este apoi pus la sân, iar eu mă retrag pentru a-mi completa documentele.

După aproximativ două ore, tatăl şi copilul vin împreună cu mine în camera pentru nou-născuţi, unde copilul este examinat încă o dată.

După aceea mergem cu toţii în camera mamei. Recomand alegerea unei camere pentru familie, astfel încât noua familie să aibă posibilitatea de a se cunoaşte şi de a se acomoda

împreună.

Foarte des mâncăm împreună şi ciocnim un pahar în cinstea frumoasei naşteri şi a noului om venit pe lume.

Privind în urmă la perioada de după naştere petrecută alături de copilul lor, părinţii vorbesc uneori despre sentimentul de copleşire, nesiguranţă şi lacrimi în mediul de acasă. Momentele de fericire alternează cu momentele de epuizare.

Aproape tuturor le lipsea timpul. Zilele treceau mult prea repede şi, în acelaşi timp, aveau senzaţia că realizaseră şi făcuseră mult prea puţine lucruri.

De pe o zi pe alta, şi viaţa de cuplu devine complet diferită. Timpul petrecut în doi, liniştea, înţelegerea reciprocă... toate acele lucruri care înainte păreau absolut firești se schimbă. Familia fericită la care au visat în timpul sarcinii devine, pentru mulţi, o provocare şi o încercare a răbdării.

Femeile povestesc adesea că nu mai reuşeau nici măcar să aibă grijă de ele însele, deoarece copilul, cu propriul său ritm, le ocupa întreaga zi şi întreaga noapte.

Alăptat, schimbat scutece, spălat rufe. Nu mai reuşeau să facă prea multe în afară de acestea. Treburile gospodăreşti rămâneau nefăcute, iar despre întâlniri sau contacte personale cu prietenii nici nu mai putea fi vorba.

Majoritatea povestesc că nu şi-au imaginat că prima perioadă va fi atât de grea. Chiar dacă, bineînţeles, nu şi-ar fi dorit nicio secundă să renunţe la copilul lor.

Taţii sunt, în general, mai puţin stresaţi decât mamele. Acest lucru se datorează, desigur, şi faptului că ei se întorc curând la locul de muncă. Astfel, sunt mult mai puţin implicaţi în viaţa cotidiană alături de copil.

Mamele sunt deseori nesigure şi nu mai au încredere în propria intuiţie. Din acest motiv există şi atât de multe cărţi şi ghiduri pentru părinţi. Pentru părinţii moderni, acestea au devenit cel mai important instrument: în timpul sarcinii, pentru pregătirea naşterii şi apoi pentru perioada de după naştere, care, de fapt, reprezintă intervalul cel mai lung.

În comparaţie cu trecutul, părinţii de astăzi beneficiază de mult mai puţin sprijin din partea familiei.

Mulţi părinţi tineri sunt nevoiţi, din motive profesionale, să se mute departe de oraşul lor natal. Într-o anumită măsură, şi acesta este un rezultat al globalizării.

Desigur, s-a schimbat şi situaţia profesională a mamelor. Astăzi, ele aproape că nu mai rămân acasă. Pe de o parte, pentru că venitul lor este important pentru existenţa familiei, iar pe de altă parte, pentru că revenirea femeilor în viaţa profesională este îngreunată.

Din punctul meu de vedere, copiii nu s-au schimbat. Oamenii sunt la fel întotdeauna şi pretutindeni. Însă circumstanţele în care trăim s-au schimbat. Acest lucru nu poate fi negat.

Părinţii vor să facă totul perfect pentru copiii lor. Vor să le ofere maximum posibil şi să nu omită nimic, pentru ca mai târziu să nu aibă ce să-şi reproşeze. Prin aceasta, însă, părinţii pun asupra lor înşişi o presiune enormă.

Ceea ce aş vrea eu să le transmit femeilor mele este: să rămână calme, să îşi acorde timp, să nu urmeze pur şi simplu recomandările celorlalţi...

Paginile 106–107

Ceea ce aş vrea să le transmit femeilor mele este: să rămână calme, să îşi acorde timp, să nu asculte recomandările celorlalţi şi să fie curioase, pentru că fiecare zi nouă alături de un nou-născut este diferită.

Există o vorbă:

„Nu vă faceţi aşteptări şi nu veţi fi dezamăgiţi. Nu există corect sau greşit. Există doar experienţe.” (Nelly Niculina Stancescu)

La început, bebeluşii aproape că nu au nevoie de activităţi. Aşa cum părinţii au nevoie de această perioadă după naştere, şi nou-născuţii au nevoie de timp pentru a-şi cunoaşte noul cămin şi pentru a aprofunda legătura cu părinţii şi fraţii lor.

Din 1991, în urma emisiunii„Schreinemakers Live”, care aborda tema morţii subite la sugari, am început pentru prima dată să mă informez, apelând la o pediatră cu foarte multă experienţă din Bucureşti, despre motivele şi situaţiile în care se poate întâmpla un asemenea lucru.

Ea mi-a explicat că este deosebit de important ca, în primul an de viaţă, bebeluşul să fie sprijinit prin masaj.

Am observat că femeile din Germania puneau mai mult accent pe alimentaţie, îmbrăcăminte şi jucării decât pe atingerea întregului corp al copilului, prin masaj.

În anii 1991/1992, întreaga lume citea Leboyer„Mâini blânde”. Eu m-am întrebat: de ce un masaj din India pentru copiii europeni? În 1993 am început să aplic propria mea tehnică de masaj cu şapte femei pe care le asistasem la naştere în prima mea clinică. Una dintre ele era Lydia, cu cel de-al doilea copil al ei.

Copiii aveau aproximativ şase până la opt săptămâni.

După ce ne-am întâlnit timp de şase săptămâni, o dată pe săptămână, am avut rezultate foarte bune. Ceea ce m-a convins cel mai mult a fost această formă de atenţie şi apropiere, deoarece printre bebeluşi se afla şi un copil născut prematur, care, după o perioadă atât de scurtă, a început să accepte atingerea.

Numai că eu eram MOAŞĂ, ajutam femeile să nască. Cu 33 de naşteri pe lună, din păcate, a trebuit de multe ori să anulez şedinţele de masaj pentru bebeluşi.

Când Lydia a aflat că voiam să renunţ la masajul bebeluşilor din lipsă de timp şi din cauza închiderii, în acelaşi timp, a primei mele clinici, s-a alăturat din nou echipei mele ca colegă.

Din 1994 până în 2007, ea a desfăşurat cu mult succes, împreună cu mine şi cu Iris, o moaşă, în cabinetul meu de moaşă, activităţi de masaj pentru bebeluşi, întâlniri pentru bebeluşi, consiliere pentru mame şi taţi şi sprijin pentru alăptare.

În 2007 mi-am vândut cabinetul, iar Lydia a continuat masajul bebeluşilor în cadrul îngrijirii postnatale oferite de mine la domiciliul părinţilor.

Din experienţa mea, un bebeluş cu vârsta sub şase luni nu are nevoie de dinamica unui grup. Nu trebuie să participe la cursuri de înot pentru bebeluşi. Nu trebuie să participe nici la PEKiP.

Copiii nu cer toate aceste lucruri. Părinţii sunt cei care cred că, dacă nu le fac, copilul lor va

rămâne în urmă în dezvoltare.

Încă de acum începe competiția: cine poate face ceva mai bine și la ce vârstă.

După atâția ani de experiență cu masajul bebelușilor, Lydia a constatat că, atât pentru copil, cât și pentru părinți, atmosfera de acasă este mai relaxată pentru toți trei decât într-un grup.

Pagina 107

În special, eu personal nu susțin înotul pentru bebeluși. Dacă ar fi să se facă, atunci poate începând cu luna a opta sau a zecea de viață, dar nu înainte.

Pentru mine, înotul pentru bebeluși este asemenea nașterii în apă. Nu știm ce se află în apă. În plus, pentru cei mici, apa nu ar trebui să conțină prea mult clor și nici să fie prea rece. Ar trebui să aibă o temperatură de cel puțin 38 de grade.

De asemenea, femeile au adesea streptococi de grup B. Nu este nevoie să forțăm toate aceste lucruri.

În prima perioadă, părinții pot intra pur și simplu împreună cu copilul în cada de acasă. Pentru început, este suficient. Apa este curată, iar temperatura poate fi reglată corespunzător.

Bebelușii sunt mulțumiți dacă, între mese, fie că sunt alăptați sau hrăniți cu biberonul, sunt schimbați, spălați și li se masează picioarele, mâinile și obrajii.

Obrajii sunt foarte solicitați prin mișcările de supt.

Dar copilul trebuie să învețe încă de la început și să se ocupe singur. Și va face acest lucru dacă este lăsat.

Nici nu este nevoie ca bebelușul să fie purtat permanent în brațe, cu excepția situațiilor în care are o nevoie.

În prezent, părinții încep să le organizeze copiilor tot felul de activități încă din prima lună. Adesea, părinții sunt cei care le impun copiilor anumite lucruri pentru că ei înșiși și le doresc.

În general, le cer pur și simplu prea mult copiilor lor.

Mă întreb: când mai are copilul timp să fie copil și să se joace?

„Copiii cărora li s-a dat libertate rămân mai mult timp aproape de părinții lor decât cei în care părinții nu au avut încredere și care au ajuns într-o relație de dependență față de aceștia.” (Nelly Niculina Stancescu) Părinții ar trebui să le ofere copiilor copilăria. Să le ofere timpul de care au nevoie pentru a se dezvolta.

Părinții nu ar trebui să-i grăbească și nici să-i forțeze.

Un copil râde mai devreme, altul mai târziu. Un copil merge mai devreme, altul mai târziu. Fiecare om are propriul său ritm de dezvoltare.

Un pastor evanghelic din apropierea orașului Würzburg mi-a trimis această poezie după nașterea celor trei nepoți ai săi.

Pagina 108

Copiii nu sunt proprietatea părinților. Ei vin pe lume prin părinți, dar sunt ființe independente, cu propriile gânduri, propriul suflet și propriul destin.

Părinţii le pot oferi iubire, protecţie şi un cămin, dar nu le pot determina gândurile şi nici viitorul. Copiii aparţin unei lumi care merge înainte, unei lumi pe care părinţii nu o pot cunoaşte pe deplin.

Părinţii pot încerca să se apropie de felul de a fi al copiilor, însă nu ar trebui să încerce să îi transforme după propria imagine, pentru că viaţa nu se întoarce în trecut.

Khalil Gibran foloseşte apoi imaginea foarte frumoasă a arcului şi a săgeţii: părinţii sunt asemenea arcurilor, iar copiii sunt asemenea unor săgeţi vii trimise înainte, către viitor. Părinţii îi susţin şi le oferă forţa necesară pentru a-şi urma propriul drum.

Khalil Gibran

Pagina 109

„De pe o zi pe alta, viaţa de cuplu devine cu totul alta. Timpul petrecut în doi, liniştea, înţelegerea reciprocă... toate acele lucruri care înainte păreau absolut firești se schimbă.”

Pagina 113

Capitolul 4- Sala de obsterica este scena mea

În mod normal, autoarea nu petrece foarte mult timp în sala de naşteri, deoarece femeile pe care le asistă nasc relativ repede, de obicei în trei-patru ore, cel mult cinci. Abordarea sa este una activă şi adaptată fiecărei femei. Printre metodele folosite se numără uleiurile preparate individual, examinarea în timpul contracţiilor pentru a putea simţi poziţia colului uterin şi raportul dintre capul copilului şi bazinul mamei, precum şi diferite poziţii ale corpului, clisma sau, atunci când este necesar, anestezia epidurală.

Un aspect foarte important pentru Nelly Niculina Stancescu este timpul acordat femeii. Atunci când moaşa nu se grăbeşte şi îi oferă atenţie, femeia începe să se relaxeze şi să vorbească despre temerile, preferinţele şi lucrurile care îi creează disconfort. Această relaxare poate contribui şi la desfăşurarea mai rapidă a naşterii.

De asemenea, conversaţia nu trebuie să se limiteze numai la naştere. Discuţiile personale sau pur şi simplu conversaţiile obişnuite pot ajuta femeia să se relaxeze. Autoarea spune că foarte rar contracţiile sunt atât de puternice încât femeia să nu mai poată vorbi.

Pentru ca femeia să se simtă cât mai confortabil în sala de naşteri, poate rămâne îmbrăcată în propriile haine, de exemplu cu un pulover mai lung sau un tricou şi eventual colanţi. Sunt recomandate şi şosetele antiderapante, deoarece multe femei au picioarele reci în timpul naşterii şi astfel se pot deplasa în siguranţă, inclusiv până la toaletă. De asemenea, este recomandată renunţarea la sutien pentru mai mult confort şi libertate de mişcare.

La început se efectuează un CTG timp de aproximativ o jumătate de oră. În această perioadă sunt pregătite şi celelalte lucruri necesare, de exemplu prosoape sau materiale calde pentru ca femeia să poată fi acoperită. În timpul naşterii, senzaţia de temperatură se poate schimba frecvent între rece şi cald. În funcţie de situaţie şi de starea femeii, poate fi făcută şi o mică clismă. Dacă este nevoie de stimularea contracţiilor, se poate pregăti o perfuzie, însă Nelly Niculina Stancescu preferă mai întâi să aştepte până când femeia se acomodează cu mediul. Uneori, după ce femeia se relaxează şi reuşeşte să „se lase în voia procesului”, intervenţia nu mai este necesară.

În paralel sunt pregătite formularele şi documentele care vor trebui completate ulterior împreună cu protocolul detaliat al naşterii.

Pagina 114

Potrivit femeilor asistate de Nelly Niculina Stancescu, în sala de naşteri aceasta devine parcă o altă persoană: mai clară, mai concentrată. A fost descrisă deseori ca un dirijor, ca persoana care ţine totul sub control şi stăpâneşte toate tehnicile necesare.

Lydia, care o cunoaşte încă din 1980, povesteşte despre experienţa avută alături de ea la naşterea celor trei nepoţi. Pentru Lydia, întâlnirea cu Nelly Niculina Stancescu în sala de naşteri a fost o adevărată revelaţie. Imaginea care i-a rămas în minte este una de claritate, concentrare, mult calm şi siguranţă deplină, o prezenţă care pare să protejeze tot ceea ce se întâmplă în jur

În ultimii zece ani, Nelly Niculina Stancescu spune că a întâlnit mai frecvent copii aflaţi în poziţie occipito-posterioară, numiţi în germană„Sterngucker-Kinder”. Medicul cu care lucrează a observat că aceasta ştie să gestioneze bine asemenea situaţii

Pentru Nelly Niculina Stancescu, naşterea are ceva divin. Chiar şi după multă experienţă, continuă să fie surprinsă de acele momente în care apare parcă un mic impuls care arată calea potrivită mamei, copilului sau chiar persoanei care asistă naşterea. Tocmai acest lucru face ca naşterea să fie atât de frumoasă pentru ea.

Acest lucru este cu atât mai impresionant atunci când, pentru o perioadă, totul pare să indice că o cezariană nu mai poate fi evitată, iar apoi, pe neaşteptate, devine totuşi posibilă o naştere spontană. Nelly Niculina Stancescu spune că poate percepe asemenea evoluţii prin mâinile sale, în timpul examinării. În timpul travaliului, femeile nu au de obicei prea multă poftă de mâncare. Pot bea atât cât doresc, iar pentru ceva de mâncare sunt recomandate, de exemplu, o banană sau glucoză. În general însă, femeile aflate în travaliu nu simt foame. Cazurile în care apare pofta de mâncare sunt mai degrabă excepţii.

Pagina 115

La începutul paginii, Nelly Niculina Stancescu explică un principiu esenţial al modului său de lucru:

Îşi îngrijeşte femeile aşa cum şi-ar fi dorit să fie îngrijită ea însăşi şi aşa cum şi-ar îngriji propriile persoane apropiate. Le protejează şi le sprijină folosindu-se de întreaga sa experienţă.

Dacă observă o femeie timp de zece sau douăzeci de minute în timpul contracţiilor, poate identifica destul de repede pragul de toleranţă la durere. Chiar şi în cazul femeilor pe care le-a asistat la mai multe naşteri, acest prag poate fi diferit de la un copil la altul. Pentru ea, momentul în care este atins pragul durerii este acela în care femeia începe treptat să nu mai poată controla complet situaţia.

La început preferă să exerseze împreună cu femeia anumite tehnici de respiraţie. Apoi implică şi partenerul, astfel încât acesta să simtă că poate contribui în mod concret la procesul naşterii.

Pentru Nelly Niculina Stancescu este foarte important ca partenerul să aibă ceva de făcut în

sala de naşteri, să simtă că poate participa activ. În felul acesta capătă mai multă încredere în desfăşurarea naşterii şi devine mai calm, lucru care poate avea un efect pozitiv asupra mamei şi copilului.

Dacă observă că partenerul este foarte agitat şi prezenţa acestuia nu ajută prea mult femeia în acel moment, îi poate da o sarcină simplă, de exemplu să aducă o cafea. Astfel, partenerul simte că face ceva util şi că participă la naşterea copilului. Uneori îi încurajează să iasă pentru scurt timp din sala de naşteri şi să facă ceva familiar lor. Situaţia este una neobişnuită şi poate provoca un sentiment de neputinţă, iar păstrarea unor gesturi obişnuite îi poate ajuta să recapete siguranţă.

În sala de naşteri, spune autoarea, toată lumea are acelaşi obiectiv: mama şi copilul să treacă cu bine prin naştere, iar la final copilul să fie sănătos. Pentru acest lucru, partenerii sunt dispuşi să facă tot ce pot.

Pagina se încheie cu o idee foarte puternică a lui Nelly Niculina Stancescu: de fiecare dată când poate ţine un nou-născut în mâini simte un puternic val de adrenalină. Pentru ea, unul dintre cele mai frumoase momente este acela de după cele trei până la cinci ore de naştere, când vede împreună copilul şi părinţii după ce naşterea s-a încheiat.

Pagina 116

„Dacă ar fi să dăm crezare spuselor femeilor pe care le-am asistat, atunci în sala de naşteri sunt un alt om. Spun că sunt mai lucidă şi mai concentrată. De multe ori am fost descrisă ca un dirijor, ca persoana care are totul sub control şi care stăpâneşte toate tehnicile.” (Nelly Niculina Stancescu)

Pagina 117

„În sala de naşteri avem cu toţii un scop comun: să însoţim mama şi copilul pe parcursul naşterii, astfel încât amândoi să treacă cu bine prin acest proces, iar la final să ţinem în braţe un copil sănătos.”

Pagina 121

Când femeile sunt apoi acasă cu copilul lor, eu le îngrijesc. În trecut, femeile puteau veni la cabinetul moaşei pentru îngrijire postnatală timp de cel puţin opt săptămâni după naştere. Se făcea masaj pentru bebeluşi şi se ofereau exerciţii de recuperare după naştere. În calitate de asistentă medicală de pediatrie, prietena mea Lydia le-a arătat părinţilor multe lucruri despre cum îşi pot îngriji copiii. Gesturi simple, practice. Şi, bineînţeles, şi în ceea ce priveşte alăptarea. Asistentele medicale de pediatrie le stau la dispoziţie femeilor după naştere, în clinică. După naştere, rămân în contact cu femeia şi cu nou-născutul încă cel puţin trei luni. În orice caz, întotdeauna până când femeile se descurcă bine cu alăptarea. Uneori am şi paciente care au nevoie de şase luni. Sună când vor să înţarce, când au inflamaţii etc. Le recomand mamelor care alăptează să mănânce preparate gătite acasă. Alimente din regiune. În legătură cu alăptarea, sunt întrebată adesea:

- Va face copilul meu alergii dacă nu alăptez?
- Voi face cancer de sân dacă nu alăptez?

Vă rog, lăsaţi acest subiect deoparte. Există femei care au alăptat doi ani, iar copilul are totuşi

alergii. Şi există şi femei care fac cancer de sân în ciuda alăptării. Răspunsul meu: nu face nimic împotriva propriilor convingeri. Alăptează dacă vrei să alăptezi şi nu alăpta dacă nu îţi doreşti. Nu există corect şi greşit.

„Pentru mine este important să ajut femeile să scape de sentimentul de vinovăţie. Îmi doresc ca femeile să se poată dezvolta, să fie centrate şi să se regăsească pe ele însele. Cu sau fără alăptare. Temerile tinerilor părinţi îi împiedică adesea să ia decizii clare."

(Nelly Niculina Stancescu)

În ceea ce priveşte alimentaţia bebeluşului, îmi doresc o abordare individuală. Am trăit perioade în care femeilor li se recomanda să nu alăpteze şi perioade în care numai alăptarea era considerată cea mai bună alegere. Dacă atitudinea unei femei nu se potriveşte cu perioada respectivă, apar temeri şi un sentiment de vinovăţie. Consider că sarcina mea este să sprijin şi să întăresc fiecare mamă în nevoile ei. Ceea ce simte femeia şi ceea ce îşi doreşte cu adevărat este, pentru mine, CEL MAI IMPORTANT în sprijinul pe care i-l ofer.

Pagina 122

Totuşi, trebuie să observăm cum se comportă copilul începând de la vârsta de patru luni, când stă la masă împreună cu părinţii. Experienţa îmi spune că atunci copilul este curios şi îi place să guste din ceea ce mănâncă părinţii. „Prefer o mamă fericită care nu alăptează unei mame nefericite care alăptează. Pentru copil este importantă starea de bine a mamei, nu părerea societăţii."

(Nelly Niculina Stancescu)

„Practic ASISTENŢĂ ACTIVĂ LA NAŞTERE. Sunt foarte atentă la femeie şi am grijă să îi protejez nu numai corpul, ci şi sufletul. Cea mai mare preocupare a mea este ca femeia să se refacă foarte repede după naştere."

(Nelly Niculina Stancescu)

Paginile 123–124

Când femeile vin la exerciţiile de recuperare la şase săptămâni după naştere, de cele mai multe ori şi-au lăsat pentru prima dată copilul în grija tatălui şi merg — eliberate de toate grijile — la gimnastica de recuperare. Nu au învăţat prea multe de la mine, doar să încordeze puţin fesele. Nu era nevoie de mai mult, deoarece femeile mele aproape că nu au probleme. În rest, era vorba mai degrabă despre a le învăţa pe mame să aibă încredere în soţul lor şi să nu poarte mereu copilul cu ele, aşa cum fac animalele. Să le îndepărtez pe mame de comportamentul de cloşcă. Pentru că un comportament de cloşcă nu este iubire, ci dependenţă.

La vârsta de trei luni ofeream masaj pentru bebeluşi după teoria mea, respectiv în stil românesc. Nu în stil indian. Nici uleiul de cocos nu se potriveşte. Îmi place foarte mult uleiul de migdale cu trandafiri. De 30 de ani colaborez cu o farmacie din Schwabing, care produce acest ulei pentru mine. Foarte proaspăt, nu importat de la mare distanţă. În Germania nu putem folosi acelaşi ulei ca în India. Condiţiile climatice sunt diferite. Există moaşe care aşază bebeluşul dezbrăcat pe o blană şi îl masează cu ulei. Ne putem imagina ce a simţit copilul. Apoi era acoperit cu o pânză de mătase. Inclusiv pe faţă. De ce? Pentru a evalua cum reacţionează copilul şi pentru a stabili, în funcţie de reacţia lui, dacă naşterea a fost bună sau

rea.

Lydia în timpul masajului pentru bebeluşi →

Pagina 125

40 de ani de „produse Nelly”

Dragă doamnă Nelly Stancescu,

Dorim să vă mulţumim pe această cale pentru cei peste 40 de ani de colaborare foarte bună şi deosebit de reuşită.

Aţi recunoscut nevoia unor produse bune de îngrijire pentru bebeluşi încă din anii 1970 şi ne-aţi propus ideea de a le dezvolta în propria noastră farmacie.

Astfel a apărut gama de îngrijire corporală, cu produse pentru faţă, corp şi funduleţ; ulterior s-au adăugat produse speciale pentru tuse, balonare şi înţepături de insecte.

Sute de bebeluşi au putut vedea lumina zilei cu ajutorul dumneavoastră şi au putut beneficia şi de efectele binefăcătoare ale produselor noastre pentru bebeluşi.

Atât de multe mame revin mereu, pline de entuziasm, la noi, la Karlstadt-Apotheke, pentru a-şi face provizii de „produse Nelly”. Între timp, trimitem produsele dumneavoastră chiar şi în California!

Cu aceste ocazii aflăm direct de la mame cât de încântate sunt de implicarea şi de experienţa dumneavoastră. Vă distinge devotamentul cu care vă urmaţi vocaţia de moaşă şi cu care faceţi mereu tot ce este mai bine pentru mamă şi copil.

Datorită dumneavoastră, în ultimele decenii am reuşit să devenim o farmacie cu adevărat specializată şi în îngrijirea femeilor însărcinate şi a bebeluşilor.

Ne bucurăm să continuăm să le oferim împreună cu dumneavoastră mamelor şi copiilor cea mai bună îngrijire.

Vă mulţumim pentru inspiraţie şi pentru minunata colaborare.

Cu cele mai calde salutări,

Carsten şi întreaga echipă a Karlstadt-Apotheke

Pagina 126

Când masez bebeluşii, îi aşez pe o salteluţă frumoasă, pe un prosop sau pe un scutec de pânză. Am întrebat-o odată pe vechea mea doctoriţă din România cum se procedează acolo în prezent. Mi-a spus că în România nu numim acest lucru masaj pentru bebeluşi, ci îngrijire. La fiecare schimbare a scutecului masăm picioarele, faţa şi mâinile. Acest lucru stimulează circulaţia sângelui. Un bebeluş îşi poate menţine cu adevărat căldura corpului abia după ce a învăţat să meargă de-a buşilea şi să meargă în picioare. Până atunci depinde de ajutorul nostru din exterior. Această explicaţie mi s-a părut logică. Prin masaj, bebeluşii beneficiază nu numai de stimularea circulaţiei sângelui, ci şi de relaxarea musculaturii. Astfel se simt extrem de bine şi de echilibraţi.

Este foarte surprinzător că toate ghidurile dau exemple din alte ţări. De ce nu privim în propria noastră istorie? De ce nu întrebăm o moaşă în vârstă? De ce nu întrebăm o bunică în

vârstă? Diane Morhauer, una dintre colegele şi prietenele mele, mi-a povestit adesea că, la ţară, îngrijirea postnatală este foarte simplă, deoarece femeile sunt sprijinite şi sfătuite de familie: bunica, mătuşa, mama. Ea lucrează din 1994 în zona Passau şi practică, de asemenea, cu succes ASISTENŢA ACTIVĂ LA NAŞTERE. Diane a fost singura moaşă care a oferit cu succes, ani la rând, îngrijire individuală, unu la unu.

La un moment dat mi-a venit ideea să îi invit la cabinet pe soţii femeilor care născuseră cu mine şi care doreau să facă masaj pentru bebeluşi. Uneori participau şi fraţii mai mari, ca să înveţe şi ei cum să atingă bebeluşul. Nu li se spune mereu: nu, nu ai voie să faci asta, bebeluşul este prea mic etc. Bebeluşii erau foarte fericiţi după ce căpătaseră încredere în taţi şi în fraţi. Femeile erau foarte bucuroase, pentru că aveau două ore numai pentru ele. Beau o cafea, mergeau la cumpărături. Asta îmi doresc. Mai întâi naşterea, apoi acest fel de îngrijire, prin care să îi transmit femeii că, pe lângă faptul că este mamă, este în continuare şi soţie. Nu pot spune că îngrijirea postnatală nu îmi aduce bucurie, însă eu sunt, pur şi simplu, cu trup şi suflet, MOAŞĂ. Iar acest lucru costă mult timp şi multă energie. De aceea i-am încredinţat masajul bebeluşilor prietenei mele Lydia, care este asistentă medicală de pediatrie.

În anii ’80 şi ’90, repartizarea sarcinilor şi îngrijirea părinţilor şi a bebeluşilor se aflau, după părerea mea, în mâinile potrivite. Eu îi ajutam pe copii să vină pe lume şi apoi îi încredinţam asistentei medicale de pediatrie. Era începutul sistemului rooming-in. Asistentele medicale de pediatrie ofereau sprijin la alăptare, la îngrijirea corpului şi a ombilicului şi îi eliberau pe părinţi de necazuri şi griji.

Pagina 127

Era o perioadă minunată. Toată lumea era fericită. Nu ar fi bine să readucem la viaţă acea perioadă a anilor ’80 şi ’90?

Pagina 132

Capitolul 6 — Etapele mele în Germania

Pagina 133

Prima etapă: Clinica de la Königsplatz (decembrie 1980 – septembrie 1993)

O scurtă istorie premergătoare

Obligaţia de plată către Clinica de Pediatrie Hauner m-a determinat să accept un post de vânzătoare. În plus, voiam să învăţ germana cât mai repede posibil. După aproximativ un an — germana mea era bună — mi-am dorit să văd cum sunt asistate naşterile în Germania. Îmi adusesem în Germania diploma de asistentă medicală în obstetrică şi ginecologie. M-am dus la clinica universitară de pe Maistraße, m-am prezentat şi am fost invitată imediat în biroul profesorului Brosius. Când mi-a auzit povestea şi mi-a văzut diploma românească, a fost încântat, m-a însoţit în sala de naşteri şi m-a prezentat acolo ca moaşă care avea voie să participe ca audientă. După aproximativ o lună, mi-a recomandat o prelegere despre neonatologie, susţinută de o profesoară a clinicii. După prelegere, m-a chemat în biroul său şi mi-a înmânat o diplomă care confirma perioada mea de participare ca audientă.

Următoarea întâlnire a avut loc la serviciul meu de vânzătoare, cu o clientă veche, care ştia

deja de la mine că sunt moaşă. Avea legături cu guvernul Bavariei. A venit la mine cu o carte şi mi-a spus: Nelly, trebuie să învăţaţi asta. Ulterior, la 1 octombrie 1980, am promovat examenul teoretic pentru recunoaşterea diplomei mele cu nota 1,0. În timpul unei vizite la şefa mea de filială, pe care o înlocuisem şi care se afla în clinică pentru o operaţie, l-am cunoscut pe dr. Manfred Groß, ginecologul ei. AICI SE ÎNCHIDE CERCUL. Era Clinica de la Königsplatz.

Clinica de la Königsplatz a fost prima şi cea mai îndelungată etapă a mea la München. Era condusă de Ordinul Franciscan, iar acolo lucrau aproximativ 21 de medici independenţi cu drept de internare şi tratament în clinică. La recomandarea dr. Groß, la sfârşitul lunii decembrie 1980 mi-am început activitatea în salonul nou-născuţilor, deoarece, la acea vreme, nu puteam încă dovedi că asistasem naşteri în Germania. Dorinţa mea de a lucra ca moaşă devenea tot mai puternică. Când am auzit că urma să se elibereze un post în sala de naşteri şi ştiam că nu îl voi obţine fără să dovedesc că asistasem naşteri, am sunat un prieten de familie din Frankfurt, care mi-a găsit un post de moaşă într- un spital american. Aveau nevoie de personal şi aduceau frecvent moaşe din Anglia. Într-o săptămână am asistat la naşterea a opt femei. Cu această adeverinţă m-am întors la München. De la 1 mai 1981 am fost moaşă la Clinica de la Königsplatz. Am preluat postul unei colege care era convinsă de avantajele naşterilor la domiciliu. Ea reuşise, de asemenea, să obţină autorizarea naşterilor la domiciliu în Bavaria.

Pagina 134

Dacă mă gândesc la condiţiile în care lucrasem în România, aici mă simţeam ca în paradis. Aveam la dispoziţie totul pentru a-mi face pacientele fericite şi pentru a le îngriji bine împreună cu medicii. Atât colegele, cât şi medicii mi-au dat sentimentul că erau încântaţi de ASISTENŢA mea ACTIVĂ LA NAŞTERE. Exista CTG, însă ecografiile se făceau rar. Erau uimiţi şi eram întrebată adesea:

- De unde ştii că este o prezentaţie pelviană fără să se fi rupt membranele?
- De unde ai ştiut că sunt gemeni?
- De ce se nasc copiii atât de repede la tine?

Răspunsurile veneau de la dr. Groß şi de la dr. Koch: Uitaţi-vă cum protejează Nelly perineul. Întrebaţi-o ce uleiuri foloseşte.

DE ATUNCI ÎNAINTE M-AM SIMŢIT RECUNOSCUTĂ În 1983, patru medici independenţi ai clinicii ne-au întrebat pe colega mea Helga Marchner şi pe mine dacă am fi dispuse să lucrăm independent şi să venim cu idei care să crească numărul naşterilor din clinică. Atunci a început perioada serilor de informare. Bărbaţii au cucerit treptat sala de naşteri şi am putut realiza totul împreună. Îmi amintesc că, în afară de cazurile cu prezentaţie transversală şi placenta praevia, asistam femeile la naşteri spontane. Operaţiile cezariene şi anestezia epidurală erau o raritate.

Ţin să menţionez capela clinicii. Atenţia deosebită de care am avut parte m-a făcut fericită, dar uneori m-a şi speriat. Această capelă a devenit pentru mine un loc în care să mulţumesc, dar şi să îmi adun puterile. Florile care îmi erau dăruite îşi găseau locul acolo.

Pagina 135

În această clinică am ajutat 3.695 de copii să vină pe lume. Clinica a fost vândută în septembrie 1993, iar o parte dintre medici s-au mutat în trei clinici mari diferite, în care lucrau medici independenţi.

Pagina 136

A doua etapă: Clinica de pe Röntgenstraße (octombrie 1993 – martie 2002)

Căutam o clinică în care să pot continua să îmi îngrijesc pacientele. Împreună cu o colegă am stabilit o întâlnire cu un medic-şef dintr-o clinică mare din vestul Münchenului. Şi acolo moaşele lucrau independent. Voiam să îi prezentăm medicului-şef ideea noastră de a ne asista propriile paciente la naştere prin îngrijire individuală, unu la unu. Acesta ne-a ascultat şi ne-a atras atenţia că, la ei, numai medicii au un cuvânt de spus. M-am ridicat şi am plecat. Colega mea a acceptat apoi postul. La scurt timp după aceea, unul dintre foştii medici independenţi din prima clinică mi-a recomandat să mă prezint la clinica de pe Röntgenstraße. Clinica trecea prin schimbări şi exista dorinţa de a creşte numărul naşterilor. După discuţia cu dr. Boruth senior şi cu medicul primar, profesorul Ruckhäbele, am făcut ochii mari când acesta a spus: Puteţi începe mâine?

Pagina 137

Amintirile mele despre perioada în care am lucrat împreună cu moaşa Nelly

Când, după 20 de ani de obstetrică universitară, am ajuns în realitatea activităţii din sala de naşteri a unei clinici cu medici independenţi din München, moaşa Nelly mi-a apărut, la aproximativ opt săptămâni după începerea activităţii mele, ca o rază de lumină din vremuri mai bune. Impresiile unei prime „experienţe a naşterii” trăite împreună s-au confirmat în repetate rânduri în perioada următoare şi sunt şi astăzi — după mulţi ani — suficient de importante pentru a fi consemnate.

De când asistenţa la naştere este asigurată împreună de moaşe şi medici, adevăratul parteneriat dintre ei reprezintă cheia decisivă pentru ca femeia aflată în travaliu să trăiască experienţa unei naşteri reuşite. Şi tocmai această capacitate de a colabora cu medicul obstetrician m-a impresionat atunci în repetate rânduri şi îmi oferă astăzi prilejul de a consemna câteva dintre aceste lucruri.

Mai întâi, existau cunoştinţe solide despre desfăşurarea teoretică a naşterii, un aspect considerat adesea nu atât de important. Lipsa unor asemenea cunoştinţe fundamentale nu poate fi compensată numai prin experienţă practică şi prin simţul situaţiei respective. Pe de altă parte, tocmai acest al şaselea simţ, totodată foarte bine dezvoltat pentru fiecare situaţie concretă, acest înalt grad de experienţă, format numai din desfăşurări ale naşterilor „trăite”, constituie al doilea element important al personalităţii lui Nelly ca moaşă.

Deşi aceste două aspecte sunt, cu siguranţă, decisive pentru reuşita procesului naşterii, trebuie evidenţiată capacitatea lui Nelly de a-i explica femeii care naşte, într-un mod uşor de înţeles, evoluţia pozitivă sau, pe de altă parte, poate şi una mai puţin îmbucurătoare. Această capacitate de a însoţi cu empatie femeia aflată în travaliu, de a-i transmite certitudinea că ea, ca moaşă, va lua în orice moment măsurile potrivite şi de a fi alături de viitoarea mamă de la început şi până la transferul pe secţia de lăuze a fost percepută cu recunoştinţă de pacientele

sale, iar vestea s-a răspândit repede „din vorbă în vorbă”. Prin aceasta nu se înţelegea o...

Pagina 138

Prin aceasta nu se înţelegea supunerea necondiţionată, întâlnită din păcate foarte des în prezent, faţă de dorinţe uneori absurde. Nelly a condus o naştere şi, atunci când a fost necesar, a clarificat situaţia cu fermitate şi a corectat comportamentele greşite.

Conştientă de propriile sale capacităţi, nu a uitat niciodată că, în obstetrica modernă, o împărţire raţională a sarcinilor este regula. Nelly ştie cât timp conduce o moaşă naşterea şi când trebuie să cheme medicul! O asemenea calitate este o caracteristică adesea invocată în prezent, care — cu manifestări diferite de la o sală de naşteri la alta! — este urmărită şi pusă în practică. Însă ea nu a lăsat niciodată loc de îndoială cu privire la limita până la care deţine autoritatea de interpretare în cadrul activităţii clinice şi la momentul în care trebuie să predea responsabilitatea — bineînţeles, continuând să o însoţească pe femeia care naşte.

Ar fi de dorit ca toate calităţile menţionate aici să poată fi transmise într-o anumită formă viitoarelor generaţii de moaşe şi, în acest fel, să le fie oferite drept exemplu noilor generaţii şi recomandate spre însuşire!

Chiar şi la 25 de ani după anul de activitate într-o clinică privată de ginecologie din München, nu pot decât să confirm amintirile consemnate atunci despre perioada de lucru împreună cu moaşa Nelly Stancescu. Ar fi cu siguranţă interesant dacă şi-ar consemna vasta experienţă şi ar pune-o la dispoziţia specialiştilor interesaţi, dar şi a viitoarelor mame.

Ea poate dispune, după propria apreciere, de amintirile consemnate de mine.

Frankfurt, 19.02.2019

Prof. dr. Karl-Eugen Ruckhäberle

Pagina 139

Cred astăzi că şeful senior îmi recunoscuse încă de atunci potenţialul de a pune ceva pe picioare. Am fost primită cu braţele deschise. Mi-a oferit toată libertatea de a-mi pune ideile în practică. De exemplu: fără schimbarea moaşei, ci îngrijire individuală, unu la unu, serile mele de informare despre ASISTENŢA ACTIVĂ LA NAŞTERE, programul meu individual de pregătire pentru naştere, masajul meu pentru bebeluşi, pe care îl ofeream deja cu succes din 1993 în clinica anterioară, baia bebeluşului după metoda Nelly, cursul pentru parteneri direct în sala de naşteri. După un an, numărul naşterilor se dublase. În nicio clinică, nici înainte, nici după aceea, nu am asistat la naştere atât de multe femei din ţări diferite şi nu am ajuns astfel să le cunosc comportamentul. Pentru mine, aceasta a fost o îmbogăţire. O femeie grecoaică se comportă altfel decât o japoneză. O etiopiană naşte altfel decât o thailandeză. Femeile turcoaice nasc altfel decât polonezele, iar femeile germane nasc altfel decât toate aceste femei. Din păcate, în primul rând cu mintea.

„Am învăţat să le dau femeilor, în toate limbile, comanda de a împinge.”

(Nelly Niculina Stancescu)

Din păcate, între timp am ajuns în punctul în care raţiunea a depăşit intuiţia.

„Intuiţia este un dar divin, iar raţiunea, slujitorul ei credincios. Noi am făcut din slujitor un stăpân.”

(Albert Einstein)

După ce numărul naşterilor s-a dublat în anul 1994, am avut nevoie de sprijin şi am chemat-o alături de mine pe Iris, colega mea care lucra independent. Iris fusese întotdeauna interesată de ASISTENŢA mea ACTIVĂ LA NAŞTERE şi o şi aplicase. În acelaşi an am constatat că naşterile deveneau mai dificile. De ce? Bazinul femeii se schimbase. În 1993 am auzit pentru prima dată de la un medic expresia „bazin masculin". Prin modificarea bazinului (profesii sedentare), în această perioadă s-a dezvoltat o disproporţie între capul copilului şi bazinul femeii. Natura şi-a atins aici limitele. Se foloseau protoxid de azot şi Dolantin. Pentru mine, acest lucru era inacceptabil. Anestezia epidurală, pe care nu o dorisem până în 1994, m-a ajutat să asist la naşterea spontană inclusiv a copiilor aflaţi în poziţie occipito-posterioară. I-am chemat pe foştii mei anestezişti din prima clinică, care mă cunoşteau deja şi ştiau că doream să folosesc anestezia epidurală numai individualizat şi pentru scurt timp.

Pagina 140

Bebelusul eclipsei de soare

Înainte de naştere se urmează un curs de pregătire pentru naştere, cel puţin aşa auzisem. La cabinetul ginecologului meu se organiza un asemenea curs, aşa că m- am înscris imediat. Câteva femei însărcinate, cu burţile mari, stăteau pe podea, iar o doamnă suplă şi firavă se mişca în paşi uşori în jurul nostru; era moaşa. Mi-au rămas în minte doar două fraze: „O naştere nu este floare la ureche, vă spun de la început" şi „Ah, în august vă naşteţi bebeluşii, asta nu e deloc bine, atunci toate moaşele sunt în concediu". Pentru mine, asta a fost tot. I-am trimis doamnei un fax prin care o rugam să-mi trimită factura pentru acea singură seară, deoarece nu aveam să mai vin. Atunci, fie şi fără o asemenea pregătire.

În februarie, o prietenă a născut un băiat la Clinica Dr. Boruth şi mi-a povestit despre o moaşă de excepţie, care ar fi fost atât de bună, încât toate naşterile se încheiau într-o oră. Şi totul se desfăşura fără dureri. Ei bine, asta era ceea ce căutam.

Am sunat-o imediat pe moaşă; era Nelly Stancescu. Ne-am simpatizat din prima, iar felul ei pragmatic de a fi mi-a plăcut imediat. Aşa am ajuns la prima şedinţă de pregătire pentru naştere. Şi celelalte doamne de la curs mi-au fost simpatice din prima — astfel că am petrecut împreună o perioadă cu adevărat frumoasă. Şi astăzi, după aproape zece ani, încă ne întâlnim pentru a sărbători împreună Crăciunul, carnavalul şi zilele de naştere. La început, partenerul meu era destul de temător şi nesigur în privinţa întregii poveşti cu naşterea. La primul curs pentru parteneri nu m-a însoţit, iar de la al doilea voia şi el să se eschiveze. Abia după ce i-am spus că, dacă lipseşte din nou, voi cere să se treacă în certificatul de naştere „tată necunoscut", a fost dispus să vină. I s-a făcut baie unui bebeluş adevărat. Bebeluşul şi Nelly l-au cucerit imediat, iar din acel moment a fost numai entuziasm pentru tot ce avea legătură cu subiectul „bebeluş". Nelly îi înlăturase complet teama,

Pagina 141

de altfel, şi mie. În lunile următoare eram întrebată mereu cum mă simţeam şi dacă îmi era deja foarte teamă de naştere. Mă simţeam bine şi nu îmi făceam griji în privinţa naşterii, doar o aveam pe Nelly şi aveam să reuşim într-o oră, fără dureri. Primeam priviri pline de milă, de parcă ar fi spus: „Doamne, săraca, habar nu are ce o aşteaptă". Dar eu ştiam. Nelly îmi oferea siguranţă deplină.

Data probabilă a naşterii era 15 august. Pe 11 august, la ora 01:00, au început contracţiile. Până la ora 03:00 încă mă gândeam că aveau să treacă. Nu au trecut. Cum termenul era abia pe 15 august, încă nu îmi pregătisem nimic. Aşa că, între orele 03:00 şi 06:00, am călcat şi mi-am făcut bagajul pentru spital. Toni, partenerul meu şi viitorul tată, s-a trezit la ora 06:00 ca să meargă la serviciu. Eu eram chiar atunci sub duş şi i-am spus că astăzi nu va merge la serviciu, fiindcă urma să ni se nască copilul! La ora 07:00 am sunat-o pe Nelly şi am plecat la clinică. Pentru că ea încă asista la naşterea altui copil, am luat mai întâi micul dejun. La ora 11:00 eram în sala de naşteri şi mi s-a făcut anestezia epidurală. Şi am început. Îi încredinţasem totul lui Nelly şi făceam numai ce îmi spunea. La început, după aproximativ zece ore de contracţii, colul uterin era dilatat la doi centimetri. Cu oricare altă moaşă, probabil că aş mai fi stat acolo multe ore. Cu Nelly, nu. Prin masajul colului uterin, mi l-a dilatat în câteva minute până la zece centimetri şi a spus că „acum copilul putea să vină". Şi ar fi venit, dacă nu ar fi avut cordonul ombilical înfăşurat de două ori în jurul gâtului şi dacă bătăile inimii nu i s-ar fi înrăutăţit de fiecare dată când voia să alunece afară. Se lua deja în calcul o cezariană, dar mai întâi am făcut o pauză de la naştere, pentru că eclipsa de soare i-a chemat pe medici afară; anestezistei i-am dat ochelarii mei. Nelly şi viitorul tată au rămas cu mine. A sunat telefonul, iar Nelly a răspuns. Am întrebat cine era şi mi-a spus că era soţul ei din România, care voia să îşi ia rămas-bun, pentru că acum, în sfârşit, venea sfârşitul lumii. Ei, ce drăguţ, mi-am spus.

Telefonul sună din nou; de data aceasta era fiica lui Nelly, care voia şi ea să îşi ia rămas-bun, pentru că acum venea sfârşitul lumii.

Şi a sunat a treia oară. Am întrebat-o pe Nelly cine mai voia acum să îşi ia rămas- bun. Nu, de data aceasta era ziarul Bild. Nelly mi-a spus că urmau să vină să fotografieze bebeluşul, fiindcă avea să fie bebeluşul soarelui din München.

Eu am spus doar: „Atunci grăbiţi-vă odată, altfel nu mai iese nimic".

Soarele a revenit, odată cu el şi medicii, şi s-a hotărât ca bebeluşul să fie scos dintr- o singură mişcare. Zis şi făcut. Nelly a dat indicaţiile, cine şi unde să apese şi să împingă, şi, dintr-odată, Vanessa era acolo! Perfect sănătoasă şi bine, datorită lui Nelly! Naşterea a fost complet relaxată, în ciuda eclipsei de soare, fără dureri şi, dacă scădem pauzele, într-o oră. Apoi au venit presa scrisă, radioul şi televiziunea.

Concluzia mea: naşteri numai cu Nelly! Mai bine să nasc cu Nelly sub un pod peste Isar decât cu oricine altcineva într-o clinică de cinci stele!

Ceea ce nu înţeleg nici până astăzi: de ce nu se înghesuie toate moaşele din lume să înveţe masajul colului uterin practicat de Nelly, pentru a le scuti pe femei de naşteri îndelungate? Este pur şi simplu cea mai bună!

Marianne

Pagina 142

Cum ar trebui să se desfăşoare o naştere îţi dai seama abia după ce ai trăit o naştere cu Nelly

Dragă Nelly,

Ţi-am spus deja de câteva ori că naşterea fiicei noastre Luisa alături de tine a fost ceva cu totul deosebit.

Deosebit, pentru că o coincidenţă atât de incredibilă v-a adus împreună pe tine şi pe soţia mea. Cine s-ar gândi că, la un curs de pictură organizat de universitatea populară, îşi va întâlni viitoarea moaşă prin intermediul unor cunoştinţe comune? Soţia mea nu — şi, cu siguranţă, nici eu.

Deosebit, pentru că, în ciuda posibilelor complicaţii, i-ai înlăturat soţiei mele teama de a mai naşte vreodată un copil pe cale naturală. Ca bărbat, nu te poţi pronunţa decât într-o anumită măsură asupra acestui lucru. În ciuda întregului efort pe care îl presupune prezenţa acolo, adevărata muncă se află totuşi în alte mâini, iar tu, ca bărbat, nu poţi fi decât un sprijin.

Deosebit, pentru că ceea ce ai făcut nu a fost o prestare de servicii, ci un serviciu adus. O mică diferenţă în cuvinte, dar o diferenţă uriaşă în fapte!

Deosebit, pentru că cine mai aleargă repede la Burger King, cu puţin înainte de naştere, ca să-ţi ia ceva de mâncare — şi apoi să aducă mâncarea într-o sală de naşteri? Ireal, dar adevărat.

Deosebit, pentru că ai vrut să mă cunoşti dinainte în calitate de tată. În timpul naşterii am înţeles de ce era atât de important — pentru că eram un participant cu drepturi egale la naştere. Şi nu doar un tată care privea. Pe bună dreptate, vrei să ştii dacă nu voi deveni o povară în faza cea mai intensă — şi dacă poţi avea încredere că sunt în stare să îndeplinesc această sarcină. Împreună am reuşit până la urmă, iar acest lucru mi se pare extraordinar şi cu totul aparte. Sandra, în primul rând, apoi, bineînţeles, tu — dar şi eu am avut sentimentul că am oferit mai mult decât un simplu sprijin moral.

Însă această naştere devine cu adevărat deosebită abia atunci când vorbeşti despre ea cu alţii. Despre faptul că ai simţit că, în ciuda şoldurilor „potrivite pentru naştere” ale Sandrei mele, canalul de naştere ar putea fi totuşi îngust. Sau despre osul mic, proeminent, din zona coccisului, care îngustase şi mai mult canalul de naştere — şi ale cărui urme se vedeau clar pe capul Luisei după naştere. Sau despre masajul activ, prin care a fost sprijinită naşterea. Acesta le-a dat tuturor certitudinea că lucrurile vor merge repede. Dar, mai ales, despre această participare activă, despre „meşteşugul” moaşei. Când le povestesc toate acestea prietenilor, celor mai mulţi dintre ei care au trecut prin naşteri frumoase, dar totuşi dificile, mă privesc neîncrezători. Fie înţeleg apoi ce au ratat. Fie pornesc, la rândul lor, cu entuziasm, în căutarea unei moaşe experimentate şi active, care să le fie alături la naşterea următorului copil. În orice caz, le este mai puţin teamă să mai aibă un copil.

Aşa a fost în cazul nostru — şi pentru asta îţi mulţumim, Nelly, din toată inima.

Tobias, tatăl Luisei şi al lui Paul

Paginile 144–145

La momentul potrivit, în locul potrivit

Naşterea cu sprijinul tău a fost cel mai bun lucru care ni se putea întâmpla. Cunoşteam sistemul moaşelor independente care asistă naşteri în clinică de la prima mea naştere, în Düsseldorf, iar în München auzeam mereu doar afirmaţia: „În München nu există asemenea moaşe!” Apoi, cu trei săptămâni înainte de termen, o prietenă mi-a povestit despre tine. Chiar în aceeaşi zi ne-a pus în legătură, după care am vorbit la telefon cel puţin o oră. A doua zi ne-am întâlnit şi am discutat mult, deschis, despre câte în lună şi în stele. După aceea, era stabilit că ne vei însoţi la naştere. M-ai examinat regulat, ai luat legătura cu bebeluşul încă nenăscut

şi, printre altele, mi-ai adus colul uterin orientat spre sacru într-o poziţie mai bună. Nimeni nu menţionase vreodată acest lucru înainte.

Soţul meu te-a cunoscut în vinerea dinaintea naşterii. Ţi-ai făcut timp pentru noi seara târziu şi, la despărţire, ai stabilit că naşterea va avea loc miercuri — şi exact aşa a fost! Trebuia să te anunţăm cel târziu atunci când contracţiile deveneau atât de puternice, încât nu mai puteam dormi. Aşa s-a întâmplat marţi seara. Te-am sunat, iar cuvintele tale au fost: „Atunci mergem acum la clinică!" Zis şi făcut — pe drum ne-a oprit poliţia, ca în filme, şi ne-a lăsat imediat să ne continuăm drumul. A fost şi este mereu foarte interesant şi plin de întâmplări când suntem împreună cu tine.

Şi în clinică atmosfera era foarte relaxată, ţinând cont de împrejurări. Ne-ai spus exact, soţului meu şi mie, ce să facem, ce avem voie să facem şi ce trebuie să facem. Ne-am bucurat foarte mult, am fost recunoscători şi am urmat indicaţiile. După nici o oră, Anika noastră venise pe lume. Nici trei contracţii de expulzie şi mica minune era alături de noi. Ai participat activ la naştere tot timpul, lucru pe care nu îl cunoscusem până atunci. Ai contribuit la dilatarea colului uterin prin „masajul tău" şi i-ai arătat Anikăi drumul „spre ieşire". Legătura ta cu copilul încă nenăscut este incredibilă, dar reală. Din păcate, ulterior a trebuit să constat şi că prima mea naştere nu fusese atât de bună pe cât crezusem şi povestisem mereu.

Este adevărat că am stat doar două ore şi jumătate în sala de naşteri, însă în ultimele nopţi dinaintea naşterii nu mai puteam dormi din cauza contracţiilor. În ziua naşterii şi încă luni întregi după aceea eram epuizată, iar detaliile naşterii nu mi le mai amintesc. Din această naştere îmi pot aminti aproape fiecare detaliu. Trăirea a fost mult mai intensă şi mult mai puternică. Pierderea de sânge a fost foarte mică şi, deja în a doua zi după naştere, nu mai aveam sângerări. Medicul curant mi-a spus că puteam să mă consider foarte norocoasă din acest motiv. În plus, uterul meu a revenit la dimensiunile de dinainte într-un timp foarte scurt şi mă simţeam foarte bine, ţinând cont de împrejurări. În cadrul îngrijirii postnatale, ne-ai acordat foarte mult timp şi ne-ai ajutat să o îngrijim pe Anika, să o răsfăţăm, să ne descurcăm „cu îndemânare" cu ea şi să o înţelegem. Astfel s-a creat o legătură foarte intensă cu copilul nostru.

Nimeni nu poate spune cu exactitate de ce Anika este atât de echilibrată şi plină de bucuria de a trăi, însă, în adâncul inimii, amândoi suntem destul de siguri că acest „start" în viaţă, asistat cu atâta pricepere, i-a uşurat multe lucruri.

În cadrul îngrijirii postnatale au mai fost şi alte lucruri de rezolvat: un blocaj al laptelui şi un buric care nu voia să se închidă. Am depăşit totul împreună şi, dacă vom avea un al treilea copil, atunci numai cu tine! Îţi mulţumim pentru tot!

Achim şi Daniela împreună cu Janik şi Anika

Pagina 146

"Naşterea primei mele fiice avusese loc cu cinci ani în urmă. Fusese lungă. Multe moaşe veneau şi plecau şi, privind în urmă, soţul meu fusese cel mai important ajutor la naştere. E romantic, vor gândi mulţi, dar de ce ar trebui un specialist în informatică economică să fie nevoit să îşi asume responsabilitatea într-un asemenea domeniu, doar pentru că un spital vrea să atingă un număr cât mai mare de naşteri şi depăşeşte astfel limitele posibilului? Aşadar, a doua naştere trebuia să fie cu totul diferită. Îmi doream din nou să-l am alături pe

Hannes, iubitul meu soţ şi informatician, însă voiam să fiu însoţită de o moaşă care să fie familiarizată cu mine, cu bazinul meu şi, cel mai important, cu bebeluşul meu. Dr. Gastroph mi-a recomandat această moaşă şi astfel Nelly a intrat în viaţa noastră. „Asta este de-a dreptul chinuirea femeilor", a fost comentariul ei referitor la experienţele mele de la prima naştere.

Ajunsesem, ce-i drept, şi eu deja la această concluzie, însă mi s-a părut foarte reconfortant să o pot spune cu voce tare, deoarece, ca să fiu sinceră, îmi era teamă de a doua naştere. Dispăruse naivitatea celui neştiutor şi rămăsese conştientizarea faptului că trebuie totuşi să fii recunoscătoare dacă, după opt ore, primeşti deja o anestezie epidurală şi dacă, după trei ore de contracţii de expulzie, nici măcar nu ai suferit rupturi.

"Bun pentru sex dar nu pentru nastere" îmi trântea următoarea remarcă despre constituţia mea delicată. „Dar de data aceasta vei avea o naştere de lux, adică: o anestezie epidurală (PDA) timpurie şi în patru ore fiica ta este născută. Trebuie doar să-i arăţi drumul cel bun şi să comunici cu ea."

Oare îmi mai rămânea altceva de făcut decât să o cred pe această femeie mare şi îndrăzneaţă cu fiecare părticică delicată a corpului meu şi să o primesc tot mai mult în inima mea? Nelly vorbea mult şi cu insistenţă. Se vedea că ardea pentru femei şi bebeluşii lor, ba chiar pentru profesia ei. Afirmaţiile ei aveau forţa experienţei a peste 8.000 de naşteri.

Pagina 147

În acelaşi timp, mă impresionau şi pretenţiile ei faţă de femeia care naşte: să nu se lase pasiv în voia sorţii, ci să ajute activ copilul să vină pe lume. Iată-ne, aşadar: asistenţa activă la naştere cu schNelly.

Frida trebuia să se nască pe 12.12. Încă de la prima examinare, Nelly a constatat că această dată nu va fi atinsă. La fel ca Emma, şi a doua mea fiică avea să vină pe lume mai devreme. „Mai târziu nu mai trece", a spus Nelly, şi „la tine trebuie folosit spaţiul din spate." Ce anume voia să spună prin asta aveam să aflu mai târziu. În săptămâna dinaintea primei duminici din Advent, mama mea a venit la München ca să coacă împreună cu noi fursecuri de Crăciun. CTG-ul de miercuri nu i-a plăcut prea mult lui Nelly, deşi, de fapt, nu arăta nimic anormal. „Micuţa ta este un «Sterngucker», în 2011 sunt foarte mulţi", a spus Nelly. Această imagine romantică descrie însă o situaţie destul de neplăcută pentru bebeluş: cu capul extins prea mult pe spate, se loveşte mereu de bazinul mamei, fără să găsească ieşirea şi fără să declanşeze contracţii cu adevărat eficiente. Aşadar, era nevoie de cocktailul pentru contracţii. Părinţii mei erau în vizită, deci fiica cea mare era îngrijită. Amestecul de pastă de migdale, ulei de ricin, suc de caise şi rom nu era pentru alte fursecuri, ci trebuia să pună semafoarele naşterii pe verde. Nici CTG-ul de vineri nu a arătat ceva anormal, dar pentru Nelly a fost suficient de grăitor ca să hotărască prepararea cocktailului.

„Faceţi puţin dragoste dimineaţa, apoi ia un mic dejun copios, după aceea bea licoarea şi sună-mă", mi-a spus marea doamnă a naşterilor rapide. Bineînţeles, micul dejun a fost partea cea mai uşoară, dar chiar am respectat toate punctele ;)

Stomacul meu, un amestec genetic norvegiano-german de viking şi şvab, a suportat uleiul de ricin fără cel mai mic efect. Aşa că am început totuşi să mă întreb dacă naşterea mai avea să înceapă. Dar, aşa cum anunţase Nelly, pe la ora 15 contracţiile s-au intensificat. Când Hannes

m-a dus cu maşina la Nelly şi ea mi-a palpat colul uterin, ajunsesem deja la patru centimetri. Din acel moment am încetat să compar naşterea în curs cu prima. Atunci, după ceea ce mi s-a părut un marş de 16 kilometri pe jos şi patru ore de contracţii puternice, ajunsesem la acelaşi rezultat. Când am ajuns la spital, eram deja la şase centimetri.

O anestezie epidurală timpurie trebuia să-mi completeze „pachetul de lux": acest parcurs de vis cu clismă, un mic intermezzo de rumba şi multe drumuri la toaletă.

Din păcate, nu a mers aşa cum ne doream. Acul nu voia să ajungă chiar acolo unde trebuia. M-au cuprins temerile, iar când am făcut brusc dureri de cap cumplite, nu s-a mai făcut nicio altă încercare. Parcursul de vis de până atunci s-a oprit brusc pentru mine. Când Nelly l-a trimis apoi şi pe dr. Gastroph acasă, mi-a fost clar că nu avea să meargă totuşi atât de repede şi de uşor. M-a cuprins dezamăgirea, iar Nelly a trebuit mai întâi să-mi ridice moralul: „Poţi şi fără anestezie epidurală, vom reuşi împreună." Aşa că m-am eliberat de tot balastul adunat, am trecut prin propriile trăiri şi prin cele de la prima naştere. În orele următoare, împreună cu Nelly, Stephan şi Hannes, am adus-o pe lume pe micuţa Frida. Nu fără dureri, nu fără înjurături, nu fără să vreau măcar o dată să plec pur şi simplu. Degetele lui Nelly protejau capul copilului de oasele mele. La ultimele contracţii, luptam tot mai fără chef cu panica de o nouă durere. Nelly a trebuit să mă încurajeze: „Vrei doar o singură contracţie sau poate mai multe? Atunci lucrează şi tu." Cuvintele ei şi-au făcut efectul, iar după 4,5 ore de naştere am putut-o strânge în braţe pe micuţa Frida. Stătea întinsă pe mine ca o doamnă bătrână şi înţeleaptă, cu mânuţele împreunate cu evlavie pe frunte, ca un gânditor. De la început a fost atât de liniştită pe cât îi promitea numele.

Pagina 148

Degetul lui Nelly, pe care îl strecurase protector între capul Fridei şi oasele mele, arăta cam vătămat. După ce Frida a fost îmbăiată în lapte de capră cu miere şi petale de trandafir, am primit-o în braţe, în bluza mea, iar această feţişoară radia „naştere de lux". Am trăit pe pielea mea faptul că totul este posibil, dar, cu Nelly alături, a doua naştere a devenit o experienţă care m-a adus foarte aproape de mine însămi. Să nu păstrez mereu controlul, să las să vină şi apoi să las să plece temerile şi sentimentul de ruşine, să las natura să lucreze şi să mă încredinţez cu totul mâinilor pricepute ale celor care m-au asistat la naştere. Natură pură. Atât de aproape ajung una de cealaltă femeia care naşte şi moaşa în orele naşterii, încât ai sentimentul că această femeie trebuie luată şi ea acasă. Dar Nelly şi Hannes au mers la un restaurant fast-food, iar eu a trebuit să-mi iau rămas-bun de la ea. Cu cuvintele „dacă vreţi şi un băiat, atunci dă-mi de veste. Pot să vă dau nişte sfaturi utile", şi-a luat Nelly rămas-bun de la mine, proaspăta mamă a două fetiţe. Dar îi voi da de veste. Cum ai putea să nu o crezi pe Nelly?

E-mail trei ani mai târziu:

Dragă Nelly, ştiu că mă anunţ foarte târziu, dar am nevoie de tine. Mi-aş dori foarte mult să pornesc din nou în aventură alături de tine şi de Stephan. Şi copilul meu are nevoie de tine. Închipuie-ţi, va fi un BĂIAT. Te voi suna în curând şi sper că mai ai timp pentru mine. Acum sunt în săptămâna a 28-a, dar poate fi şi puţin mai devreme, ca la ceilalţi doi. Emoţional, sunt foarte tensionată şi sper din tot sufletul că totul va merge bine. M-aş bucura foarte mult să te revăd curând.

Cu cele mai calde salutări, Anne

Pagina 149

În acea perioadă, în această clinică lucra cea mai în vârstă moaşă din München, doamna Wilhelmine Rall, singura moaşă pe care am cunoscut-o şi care şi-a făcut serviciul cu iubire necondiţionată. Când avea deja 82 de ani, am întrebat-o: „Doamnă Rall, cum de mai puteţi încă să lucraţi?" Atunci mi-a spus: „Ştiţi, când mă urc în maşină, ea mă duce direct la clinică."

Sunt atât de recunoscătoare că am cunoscut o asemenea femeie. Tocmai acum, după atât de mulţi ani, cred că la 70 de ani încă nu sunt prea bătrână pentru profesia mea.

În mai 1996, nepoata mea Ana Louiza s-a născut fără viaţă. Aceasta a fost prima mea naştere a unui copil mort de când eram moaşă. Fiica mea a fost nevoită să-şi nască copilul timp de trei zile. Naştere fără ajutor. Cea mai mare încercare a mea. Nu puteam face nimic. Eram mamă, nu moaşă. La noi, în România, există obiceiul ca tot ceea ce fusese deja cumpărat pentru copil să fie dăruit atunci când acesta moare. În acea perioadă, în Clinica Boruth se aflau multe mame tinere din zona de război din Iugoslavia. La 30 mai 1996 — a 21-a aniversare a fiicei mele —, la două săptămâni după moartea copilului, am împachetat totul, am comandat ceva de mâncare şi de băut şi am mers la clinică. Asistenta-şefă a secţiei, care provenea şi ea din Iugoslavia, a ales o mamă a cărei fiică urma să primească daruri de la noi. Când am părăsit clinica, în jurul orei 22:00, am văzut o maşină în faţa intrării. Farurile erau aprinse. Am văzut un bărbat care striga: „Un medic, un medic!" Şi am auzit o femeie împingând în maşină. Am deschis portiera şi mai întâi am eliberat-o pe femeie de pantalonii ei. În acelaşi timp, fiica mea le-a adus pe Iris şi instrumentele. Până când au sosit, copilul se născuse deja, o fetiţă; cântărea peste patru kilograme. Am dus femeia şi copilul în sala de naşteri, placenta a venit fără probleme. Femeia a povestit că iniţial voia să nască la un renumit medic ginecolog maghiar din München-Theresienwiese. Pe autostradă, în apropiere de Allershausen, i s-a rupt apa, iar bărbatul şi-a amintit că, în timpul deplasărilor de afaceri în München-Bogenhausen, trecuse adesea pe lângă o maternitate. El fusese cel care îşi înscrisese soţia la clinica noastră. Când Iulia şi cu mine am părăsit clinica, fiica mea mi-a spus: „Acesta a fost un mesaj de la Ana Louiza..."

Pagina 150

Prima nastere a fiicei lui Nelly, Iulia

Trebuia să fie cea mai frumoasă zi din viaţa mea, acea zi de 11 mai 1996. Aveam aproape 21 de ani, eram însărcinată în săptămâna 29/30 şi voiam să sărbătoresc cununia mea religioasă de neuitat, cu peste 100 de invitaţi, la Constanţa (România), dintre care unii veniseră cu avionul din Italia şi, bineînţeles, împreună cu marea familie românească. Din păcate, totul s-a petrecut cu totul altfel. Şi, aşa cum se întâmplă atât de des în viaţă, tocmai mie, care o am ca mamă pe cea mai bună şi mai experimentată moaşă, urma să mi se întâmple cea mai cumplită experienţă a naşterii pe care şi-o poate imagina cineva.

Astăzi, după toţi aceşti ani, pot să mă împac cu ceea ce s-a întâmplat, mai ales ştiind că această tragedie familială cumplită a devenit o etapă importantă în dezvoltarea profesională a mamei mele. Dar să revin la etapa mea personală, dimineaţa de sâmbătă a nunţii mele din mai 1996: coşmarul meu de aproape cinci zile a început chiar când am mers dimineaţa la toaletă, deoarece am găsit o secreţie verzuie în chiloţi, ceea ce, în acea săptămână avansată de

sarcină, era mai mult decât îngrijorător. Bineînţeles, am alergat direct la mama mea, iar reacţia ei nu prevestea nimic bun, pentru că m-a dus imediat, împreună cu unchiul meu Paul, la un spital judeţean, în care îşi făcuse şi ea pregătirea ca moaşă şi unde spera să mai găsească câteva feţe cunoscute.

Am avut noroc, pentru că în acea zi era de serviciu un fost medic ginecolog cu care mama mea lucrase şi care m-a examinat imediat. Privind retrospectiv, pot descrie acţiunea lui ca fiind foarte prevăzătoare, deoarece, având în vedere marele eveniment care urma, mi-a administrat doar un medicament pentru oprirea contracţiilor şi ne-a trimis acasă, liniştindu-ne. A insistat însă să ne întâlnim din nou în dimineaţa următoare, pentru alte examinări. Ajunsă acasă la mătuşa mea, mama mea mi-a pus perfuzia şi astfel cea mai frumoasă zi din viaţa mea a început cu un ac în încheietura mâinii şi cu o teamă şi o nesiguranţă foarte, foarte mari. Nu voi mai intra în detalii despre desfăşurarea dramatică a zilei nunţii; pe scurt, aceasta a constat în marea mea teamă pentru copilul meu nenăscut, stări de leşin, greaţă puternică drept efect secundar al medicamentului, membri îngrijoraţi ai familiei, compasiune plină de teamă şi invitaţi trişti. Noaptea nunţii, începută devreme pentru mine, am petrecut-o împreună cu bunica mea în camera de hotel; ea a vegheat asupra mea şi s-a rugat încet, fără încetare. Mă chinuiam sufleteşte, cu speranţa unui deznodământ bun şi cu grija imensă pentru starea bebeluşului meu. Din punct de vedere fizic, îmi era extrem de rău din cauza medicamentului, trebuia să vomit încontinuu şi simţeam din când în când o tragere în abdomen. Privind retrospectiv, ştiu că presupusele mişcări ale copilului în abdomen, pe care mi le imaginam, erau deja contracţiile pregătitoare.

Deoarece în dimineaţa următoare m-am trezit într-o stare ceva mai bună, părinţii mei m-au luat şi am mers la tradiţionala masă cu ciorbă, pentru a ne lua astfel rămas-bun de la toţi invitaţii veniţi. Din cauza acestei întârzieri, noi, din nou mama mea, unchiul meu şi cu mine am ajuns abia la începutul după-amiezii la consultaţia noastră de la spital şi l-am ratat pe medicul din ziua precedentă. De serviciu era un medic foarte neprietenos şi arogant, care la început nici măcar nu voia să se uite la mine. Când i-am explicat situaţia, s-a lăsat convins să facă o ecografie şi ne-a comunicat rece şi fără compasiune că bebeluşul meu era mort şi că, după calculul său bazat pe circumferinţa capului, nu mai trăia deja de câteva zile; m-a întrebat dacă eu, „neîndemânatica”, nu observasem că nu se mai mişca. În ciuda presimţirilor noastre reprimate, vestea ne-a lovit ca un pumn, mai ales din cauza brutalităţii modului de exprimare al acestui medic. La ieşirea din cabinetul de consultaţii am avut o cădere nervoasă, deoarece mă cuprinsese o teamă panicardă de a-mi aduce pe lume copilul mort în condiţiile medicale de atunci ale unui spital românesc.

Cumva speram că într-un spital german diagnosticul ar fi arătat altfel şi, pur şi simplu, nu voiam să-l cred pe acest medic român lipsit de sensibilitate. Reacţia mamei mele a fost zguduitoare; în primul moment a plâns puternic de teamă pentru noi, însă, pe tot acest drum anevoios care încă mă aştepta, mi-a oferit mereu un sentiment de ocrotire şi siguranţă, aşa cum numai propria mamă ţi-l poate oferi. Acum era timpul să luăm o decizie. Un lucru era clar: probabil nu aş fi supravieţuit unei induceri a naşterii în România; în afară de situaţia critică în care mă aflam, sufleteşte nu aş fi putut suporta acest lucru din cauza fricii. Îi mulţumesc şi astăzi mamei mele că, aşa cum făcea întotdeauna, şi-a folosit hotărârea şi intuiţia şi a organizat în cel mai scurt timp, chiar în acea duminică, un transport de urgenţă. Pe cale terestră ar fi fost imposibil, din cauza celor aproape 1.800 km până la München.

Aşadar, a contactat casa mea de asigurări de sănătate, a explicat situaţia, a trimis acolo toate actele necesare ale spitalului şi a reuşit să închirieze pentru după-amiaza următoare un avion-ambulanţă, care putea ateriza direct pe Aeroportul Kogălniceanu din Constanţa. La acea vreme, zborul nu era acoperit de asigurarea mea şi a trebuit să fie plătit integral de noi. Îmi amintesc de acea după- amiază de luni, în jurul orei 16:30, când familia mea apropiată, între timp fostul meu soţ, părinţii mei, fratele, bunicii, unchiul, mătuşile şi verii, stăteau la aeroport, aşteptau avionul şi spera că totul se va termina „cu bine”. Despărţirea a fost sfâşietoare şi mi s-a întipărit adânc în memorie. În acel avion-ambulanţă se aflau la bord doar cei doi piloţi, un medic, un paramedic, eu şi mama mea. Am zburat în amurg, la o altitudine prevăzută pentru zborurile-ambulanţă, şi am trăit un spectacol al naturii cu fulgere şi nori negri.

Pagina 152

[Eu] am primit, bineînţeles, un prim ajutor medical şi am fost dusă cu ambulanţa de pe aeroportul din München direct la o clinică. Acolo ne aştepta deja o echipă de medici şi asistente, împreună cu Iris, viitoarea mea moaşă. Mama mea îi adunase în grabă şi toţi erau foarte apăsaţi. Am fost imediat conectată din nou la cardiotocograf şi la ecograf. Apoi a venit, în sfârşit, certitudinea că bebeluşul meu era mort în mine. O lume s-a prăbuşit pentru mine şi s-a ridicat întrebarea cum avea să continue de acum. În naivitatea mea, credeam că voi avea o cezariană şi că nu voi simţi nimic din toate acestea. Şi aici m-am înşelat: aveam să simt pe pielea mea practicile crude ale naşterii unui copil mort, într-un spital presupus mai bun. Despre asta, mai multe imediat.

Era deja târziu, luni seara, iar eu eram complet epuizată şi deshidratată. De aceea s-a hotărât ca, în următoarele ore ale nopţii, să fiu pusă mai întâi la perfuzie, ca să- mi recapăt puţin puterile înaintea naşterii care urma. Cumva, nici în dimineaţa următoare nu îmi era clar că urma să-mi aduc pe lume bebeluşul mort pe cale naturală. Între timp se făcuse marţi dimineaţă, 14.05., când mi s-a administrat prin perfuzie un medicament pentru inducerea contracţiilor. Anestezistul nostru, dr. Linke, a fost imediat de faţă. Pentru el eram ca o nepoată, iar situaţia îl mişca atât de mult, încât a trebuit să mă înţepe de două ori până când anestezia peridurală a fost poziţionată corect. În ciuda stării sufleteşti labile şi a epuizării fizice, mă simţeam în mâini sigure în această clinică, cu toţi aceşti oameni pe care îi cunoşteam din tinereţe, şi m-am încredinţat competenţei lor medicale. În această situaţie, în ciuda împrejurărilor, mama mea era cea care conducea inducerea naşterii. Din păcate, planul nostru de a aduce pe lume acest copil „deosebit” într-un mediu profesionist şi familiar a luat, prin voia sorţii, o altă direcţie. În ciuda perfuziei pentru contracţii şi a medicamentelor puternice, colul meu uterin nu s-a deschis nici măcar un centimetru până la ora 22. Între timp mă aflam într-o stare critică, care îmi punea viaţa în pericol, iar după consultarea echipei de medici s-a hotărât să fiu transferată la o clinică universitară, din cauza lipsei rezervelor de sânge. În plus, din cauza posibilelor complicaţii care puteau apărea în timpul transportului, a trebuit să mi se scoată anestezia epidurală. Din acel moment am fost complet fără analgezice. Am ajuns la spital marţi, 14 mai, în jurul orei 23. Acolo, medicul primar coordonator m-a întrebat dacă voiam ca naşterea să fie indusă imediat sau dacă voiam să mai aştept până dimineaţă. M-am hotărât pentru inducerea imediată, deoarece până în acel moment nu aveam dureri şi voiam să trec, în sfârşit, prin „asta”. Pentru că acum îmi era definitiv clar că îmi voi naşte bebeluşul mort pe cale naturală.

Medicul primar mi-a administrat supozitorul şi s-a retras la odihna lui de noapte, deoarece probabil era deja obişnuit cu durata de multe ore a naşterilor de acolo. În urmă a rămas mama mea, între timp complet neajutorată. Îi era vizibil foarte frică pentru mine şi era străină în această clinică, aşa că a intrat în rolul de mamă, nu în cel de moaşă. În plus, era de serviciu o „moaşă naturistă", cum îi place mamei să le numească. Şi, bineînţeles, eram eu, care nici nu bănuiam ce Via Dolorosa mă mai aştepta. Contracţiile au început după doar câteva minute. Era puţin după ora 24, iar eu mă aflam în această sală de naşteri sterilă şi rece ca gheaţa, cu mama mea, între timp parcă paralizată, şi cu moaşa naturistă, care voia doar să-mi maseze picioarele. În timpul acestor dureri voiam orice altceva decât un masaj la picioare. Imploram o anestezie epidurală, care mi-a fost refuzată. M-am zvârcolit de durere mai mult de patru ore în acest pat din sala de naşteri şi am implorat-o pe mama mea să mă scape de asta. În delirul durerii i-am reproşat chiar: „Mamă, tu le ajuţi pe toate celelalte femei la naştere, te rog, fă ceva pentru mine, fiica ta."

Pe la ora 5, nervii mamei mele erau la limită. Lăsată în voia incompetenţei personalului medical al acestei clinici, şi-a adunat curajul şi m-a examinat când moaşa naturistă a ieşit din încăpere. Mi-a deschis punga amniotică şi apoi a mers relativ repede: contracţiile veneau şi mai repede, iar mama a cerut medicul. Acesta a şi venit, m-a examinat şi a spus doar, aberant şi vizibil deranjat din odihna lui de noapte: „Ei, colul uterin este abia la şapte centimetri, mai durează câteva ore." Pentru mine a fost ca o lovitură de pumnal. Cum să mai rezist încă câteva ore? Eram la capătul puterilor mele fizice şi psihice. În acel moment, mama a început o discuţie cu medicul. L-a întrebat cum putea să afirme aşa ceva. Dacă ar avea experienţă în obstetrică, ar trebui să ştie că şapte centimetri, la naşterea unui copil mort în luna a şaptea abia începută, înseamnă de fapt dilataţie completă. Medicul a părăsit furios sala de naşteri, după el şi moaşa naturistă. Pe fiica mea, Louiza, am născut-o numai cu ajutorul mamei mele, cu aproape 20 de minute mai târziu, la ora 6:05, miercuri dimineaţă, 15 mai 1996.

Nu mi-am văzut fiica, pentru că am fost dusă imediat în sala de operaţie, abia conştientă. De un lucru îmi amintesc însă exact: în acel moment, tatăl meu a intrat în sala de naşteri. Făcuse anevoiosul drum de 1.700 km cu maşina. Stătea în uşă, cu lacrimi în ochi, şi a spus: „Fetiţa mea, acum ai reuşit. Suntem lângă tine când te trezeşti!"

Din păcate, trebuie să spun că nici după naştere nu m-am simţit deloc bine în această clinică. Am stat într-o cameră cu două proaspete mame care îşi alăptau bebeluşii. Personalul s-a purtat cu mine ca şi cum nu s-ar fi întâmplat nimic dramatic. Poate aşa era acum 20 de ani, poate nu exista sprijin sau ajutor. Singura persoană care a venit a fost un preot evanghelic, care mi-a oferit să mă asculte, însă eu am refuzat, mulţumindu-i.

Dacă mama mea nu ar fi grăbit naşterea, probabil m-aş fi lăsat încă multe ore în voia durerilor şi a dorinţei de a trăi tot mai slabe, şi nu ştiu cum s-ar fi terminat totul.

Deşi mi-a fost dat să trec prin acest destin greu şi mi-a trebuit ceva timp ca să prelucrez această experienţă, m-am hotărât cât mai repede posibil pentru o nouă sarcină. Fiul meu, Vincent, s-a născut sănătos la 23.11.97, cu aproape un an şi jumătate mai târziu. Grija pentru el şi naşterea, în comparaţie plăcută şi minunată, m-au ajutat să depăşesc cea mai mare parte a traumei. Totuşi, fiica mea rămâne o parte importantă a familiei noastre, chiar dacă a avut voie să trăiască în mine doar atât de puţin timp. Aşa rămâne în amintirea noastră veşnic iubitoare.

Iulia

Pagina 154

În 1998, doi ani mai târziu, am asistat la naştere o femeie iugoslavă cu al doilea ei copil. Mi-a mulţumit atât de mult, încât am devenit curioasă şi am întrebat-o: „Cum a fost prima ta naştere?" Iar ea a spus: „NAŞTERE, da, AJUTOR, nu." Şi apoi mi-a povestit că, la prima ei fiică, primise de la noi multe daruri. Ea m-a recunoscut imediat, eu însă nu mi-am putut aminti de ea.

NAŞTERE, da, şi AJUTOR, nu ... Din cauza multor scrisori de la pacientele mele, aceste cuvinte nu mi-au mai ieşit din minte şi m-au determinat să îmi deschid cabinetul de moaşă la 24.02.1999. Le-am adus pe Iris şi pe Lydia în echipă. Motivul deschiderii cabinetului au fost scrisorile femeilor şi naşterea fără viaţă a nepoatei mele. Simţeam că trebuie să fac ceva individual.

În 2000, clinica a fost dată în arendă unui profesor de la o clinică universitară renumită. Până în 2001, munca a fost bună. Atitudinea lui faţă de mine şi faţă de poziţia mea în clinică se schimbase. O colaborare nu mai era posibilă. La 3.3.2002 am asistat acolo ultima mea naştere. În 2004, clinica s-a închis.

Pagina 155

A treia etapă: Propriul meu cabinet de moaşă (24.2.1999 – aprilie 2007)

În 1996, după naşterea fără viaţă a nepoatei mele Ana Louiza, în mine a crescut tot mai mult dorinţa de a îngriji femeile în mod holistic:

- consultaţii prenatale începând cu săptămâna a 36-a de sarcină, cu examinare vaginală, sau ori de câte ori apar probleme,
- pregătire pentru naştere, pe care am conceput-o individual,
- asistenţă activă la naştere,
- îngrijire după „naşteri tăcute" (naşteri de copii morţi),
- îngrijire postnatală, masaj pentru bebeluşi, precum şi
- gimnastică de recuperare postnatală.

În acea perioadă aveam o locuinţă goală în München-Untermenzing, deoarece fiica mea Iulia părăsise Germania şi se întorsese în România.

Nimeni nu a crezut că voi reuşi să deschid un cabinet de moaşă într-o locuinţă. Contrar tuturor previziunilor, autorităţile au fost foarte cooperante şi a trebuit să îndeplinesc o singură condiţie: trebuia să pun la dispoziţie două locuri de parcare. Numai că: de unde să iau aceste două locuri de parcare? Lângă complexul de locuinţe era un Tengelmann, iar eu i-am povestit directorului magazinului despre condiţia impusă de autorităţi. Fără să stea mult pe gânduri, mi-a spus: „Primiţi de la noi două locuri de parcare, pe care le pot folosi pacienţii dumneavoastră." Dragi cititori, mulţi dintre dumneavoastră vor înţelege cu siguranţă, în acest punct, că pentru mine lucrurile s-au aranjat ca un mic miracol. Astfel, nimic nu mai stătea în calea deschiderii cabinetului la 24.2.1999.

Le-am adus în echipă pe Iris (moaşă) şi pe Lydia (asistentă medicală de pediatrie). Am oferit seri de informare, consultaţii prenatale, pregătire pentru naştere, AJUTOR la naştere şi gimnastică de recuperare postnatală. Iris m-a sprijinit la serile de informare, la consultaţiile prenatale şi la pregătirea pentru naştere. Ca moaşă, a oferit, bineînţeles, şi asistenţă la naştere, precum şi îngrijire postnatală la cabinet şi în afara lui, adică acasă, la familii. Lydia s-a ocupat în principal de serile de informare, consilierea pentru alăptare, baia bebeluşului, îngrijirea bebeluşului şi masajul pentru bebeluşi.

Din acel moment am ţinut o dată pe lună o seară de informare la clinica de pe Röntgenstraße şi le-am asistat acolo la naştere pe femeile mele. Începând cu 3 martie 2002 am rămas fără clinică. Repede s-a pus întrebarea: unde merg cu femeile mele să nască? Aceasta era cea mai mare grijă a mea şi am început să caut. Mi-am trimis candidaturile la patru clinici mari din München, dar am primit refuz de la toate. Nu-mi puteam explica de ce aceste spitale nu erau interesate de creşterea numărului de naşteri. Am înţeles abia când câţiva medici independenţi mi-au spus că moaşele se pronunţaseră împotriva mea. Aceşti medici lucrau, după închiderea primei mele etape din Germania, la una dintre cele patru clinici. Vreau să menţionez aici că profesorul de la una dintre cele patru clinici mi-a oferit să-i aduc pacientele mele private după naşterile la domiciliu sau la cabinet. Am acceptat oferta şi, de-a lungul timpului, am mers la această clinică cu trei dintre femeile mele.

Pagina 157

Nelly „fără adăpost”

În 2002, sora mea a rămas însărcinată. Nicio îndoială, Nelly trebuia să-i fie moaşă, doar avusesem deja experienţe deosebit de bune cu ea.

Aşa că am sunat-o pe Nelly ca s-o anunţ pe sora mea. Doar că ea nu ia orice femeie. Atunci am aflat că clinica în care născusem fusese vândută şi că noul proprietar o „dăduse afară prin hărţuire”.

Ceea ce nu înţelegeam deloc: doar Nelly aducea clinicii multe paciente private. Mi-a povestit că nicio clinică nu o vrea, deoarece celelalte moaşe nu vor să aibă de-a face cu ea.

Asta chiar nu puteam s-o înţeleg deloc. Nelly are o metodă, un masaj al colului uterin cu un ulei special, prin care colul uterin se deschide în câteva minute.

Motivul pentru care multe naşteri durează multe ore este că colul uterin nu se deschide. Contracţiile mele au început la ora 1 noaptea, iar la prânz, în sala de naşteri, colul era abia puţin deschis. Aş fi stat acolo în dureri 30 de ore, ca mama mea când m-a născut pe mine. În câteva minute, Nelly mi-a deschis colul uterin şi copilul a putut să vină. Bineînţeles, fără dureri, datorită anesteziei epidurale.

I-am povestit unei consiliere municipale din München despre Nelly şi despre faptul că este respinsă de fiecare clinică. Această consilieră i-a obţinut lui Nelly un interviu de angajare cu directorul unei mari clinici din München. El a fost încântat, dar a trebuit totuşi să o refuze pe Nelly, deoarece toate celelalte moaşe au ameninţat că îşi vor da demisia dacă vine această Nelly.

Sora mea locuieşte în districtul Ebersberg, aşa că i-am scris directorului spitalului din Ebersberg şi i-am descris situaţia şi „particularitatea” lui Nelly. A fost încântat şi Nelly a avut

voie să lucreze acolo. Dar şi acolo a fost hărţuită. Slavă Domnului, şi-a găsit din nou o clinică în care are voie, în prezent, să-şi asiste naşterile.

Acum mă întreb: ce se petrece în mintea acestor moaşe? Dacă aş fi moaşă, aş zgâria la uşa lui Nelly, aş ruga-o şi aş implora-o să-mi dezvăluie „secretul" ei: cum duce la bun sfârşit naşterile într-o oră, fără dureri pentru femeile care nasc.

Consiliera municipală menţionată mai sus mi-a explicat că invidia celorlalte moaşe este motivul pentru care Nelly este respinsă. Nu îşi dau seama aceste moaşe că a putea aplica o asemenea metodă este o „licenţă de a tipări bani"? Dacă una dintre ele poate duce la bun sfârşit naşterea unui copil fără dureri şi fără riscuri pentru mamă şi copil, în cel mai scurt timp, de ce nu vor toate moaşele să înveţe asta? Este vorba despre putere în sala de naşteri? Vor aceste moaşe să vadă femeile suferind?

Vă rog, dragi moaşe din această lume: fiica mea are acum 19 ani, iar până când îşi va aduce ea copiii pe lume, Nelly va fi poate la pensie. Faceţi coadă şi lăsaţi-o pe Nelly să vă arate cum puteţi şi voi să asistaţi o naştere fără dureri şi fără riscuri, în cel mai scurt timp. Şi nu priviţi pur şi simplu cum suferă femeile!

În speranţa că voi fi ascultată, Marianne

Pagina 158

Deoarece aveam aproximativ 120 de înscrieri pentru naştere, însă NU voiam NICIODATĂ să asist naşteri la domiciliu sau la cabinet, a început pentru mine o perioadă foarte grea. Eram „fără adăpost" şi le-am oferit femeilor să le fac coaching pentru naştere. Veneau la mine la cabinet cu contracţii, le examinam şi le făceam un CTG. După aceea rămâneam aproximativ una-două ore în cabinetul meu şi apoi mergeam împreună la clinica la care femeia era înscrisă pentru naştere. Aşteptam în faţa clinicii, în maşina mea, să aflu cum s-a încheiat naşterea. De multe ori am aşteptat foarte mult, iar această aşteptare devenea pentru mine un chin, pentru că ştiam cât de repede aş fi adus eu acest copil pe lume.

Pagina 159

Draga mea Nelly, astăzi este o zi deosebită. Este a 11-a aniversare a fiului meu, Severin. În plus, noi două am vorbit astăzi din nou, după foarte, foarte mult timp. Cu această ocazie am putut simţi din nou legătura deosebită dintre noi. De aceea stau acum aici şi îţi scriu aceste rânduri. Ne cunoaştem deja de aproape 18 ani. În viaţă există întâlniri care au ceva predestinat în ele. Iar întâlnirea cu tine a fost una dintre acestea!

Când eram însărcinată cu primul meu fiu (pe atunci nici nu ştiam încă că va fi băiat) şi căutam o maternitate, precum şi o moaşă bună, care să ni se potrivească, destinul ne-a condus la TINE.

Pentru noi, viitorii părinţi, a început un maraton de vizite şi de evenimente de informare. Deşi eram, de fapt, convinsă încă dinainte că nu voi naşte niciodată în (pe atunci) Clinica Boruth, soţul meu şi cu mine am participat la seara de informare de acolo. Se adunase un număr restrâns de viitori părinţi nesiguri, care aşteptau cu nerăbdare turul prin clinică şi prin sala de naşteri. Ai fost TU cea care ne-a condus, împreună cu ceilalţi viitori părinţi, prin clinică şi prin sala de naşteri şi ne-a povestit despre nenumărate experienţe legate de aducerea pe lume a copiilor. Soţul meu şi cu mine am fost imediat de acord: „Aceasta este

moaşa potrivită pentru noi!” De fapt, nu pot exprima în cuvinte ce ai declanşat TU în noi. Probabil a fost felul tău de a fi: experimentat, hotărât, sincer, natural, cu picioarele pe pământ. Am simţit că îţi trăieşti profesia cu fiecare celulă a corpului tău. Pentru noi era clar: „Te vrem ca moaşă! Şi numai pe TINE!” Aşa că ne-am înscris la unul dintre cursurile tale de pregătire pentru naştere pentru parteneri. Încă de la primul contact personal a existat ceva ce nu poate fi exprimat în cuvinte. Pur şi simplu s-a potrivit: eram pe aceeaşi lungime de undă, era o legătură interioară, mai mult decât simplă simpatie. Şi aceasta durează până astăzi.

La această primă întâlnire ai spus o frază foarte importantă pentru mine, respectiv pentru noi. Este valabilă şi astăzi şi încă îmi răsună în urechi: „Copilul intră la voi în contractul de închiriere, de aceea nu trebuie să vă mutaţi!” Cu această frază s-a spus, de fapt, tot ceea ce te caracterizează pe tine şi atitudinea ta. Copilul şi felul în care se simte sunt foarte, foarte importante pentru tine, acest lucru este în afara oricărei îndoieli. Dar şi mai importantă pentru tine este starea de bine a (viitoarei) mame. Pentru că numai când femeia însărcinată se simte bine şi în largul ei, şi copilului îi este bine. Iar ca părinţi nu trebuie să uiţi niciodată că eşti şi partener! Nu trebuie să te uiţi niciodată pe tine însuţi! Cu aceste cuvinte ne-ai cucerit inima. Sabine

Pagina 160

Cu timpul am acceptat că sunt fără clinică şi am trăit situaţii în care femei care fuseseră deja la clinica lor de naştere apăreau dintr-odată în faţa uşii cabinetului meu şi îmi povesteau, plângând, că fuseseră trimise înapoi sau că ar trebui să meargă la plimbare, „pentru că mai era mult până atunci.”

Atunci le-am asistat eu la naştere.

Prima mea naştere la cabinet a avut loc la 11.05.2003, la ora 20:02.

Pagina 161

Bună, Nelly, Iris, mame şi taţi,

Toţi cei care au citit aceste pagini se vor întreba dacă o naştere la cabinet, fără medici sau alte unităţi medicale, este corectă sau greşită. Bineînţeles, ne-am pus şi noi această întrebare şi la început am fost foarte nesiguri. Luca este al treilea copil pe care soţia mea îl aduce pe lume cu Nelly. Asta înseamnă că o cunoaştem pe Nelly de câţiva ani şi avem încredere în ea. Eu, ca tată, cred că este mai important să ai încredere într-o moaşă decât în clinica cea mai bine dotată, în care mama este adesea doar un număr printre multe altele. Din cauza schimbării turelor şi a lipsei de personal din clinici, mamele nu au adesea o persoană de referinţă stabilă, care să le ofere siguranţă.

Discuţiile cu Nelly, în care ne-am putut vorbi temerile şi dorinţele, au fost pentru mine deja o parte a naşterii.

Pentru mine, o naştere cu Nelly înseamnă încredere, siguranţă şi ocrotire!

Atmosfera relaxată de la cabinet şi faptul că ştii că este mereu cineva acolo fac naşterea aproape o joacă de copii (cel puţin pentru noi, bărbaţii).

Dragi părinţi, vă doresc să vă bucuraţi când veţi avea copii (cu Nelly totul va fi bine). Dragă Nelly, dragă Iris, vă mulţumesc pe această cale pentru îngrijirea voastră plină de iubire şi

pentru naşterea rapidă, necomplicată şi aproape fără dureri a fiului nostru, Luca. Să aducem copilul pe lume la cabinet a fost pentru noi decizia corectă şi am lua-o oricând din nou.

Cu drag,

Mathias

Paginile 162–163

Cabinet sau clinică?

Eu, Luca Nick Kamrau, am văzut lumina zilei la 11.05.2003, la ora 20:02, în cabinetul de moaşă al lui Nelly şi Iris.

Septembrie 2002! Mămica mea află că este însărcinată. Plină de optimism, a sunat- o imediat pe moaşa Nelly, care le adusese pe lume şi pe cele două surori ale mele, Christin, de opt ani, şi Annalena, de cinci ani, la Clinica Boruth din Bogenhausen. Din păcate, s-a dovedit însă că ea nu mai lucra în clinică. Se făcuse independentă şi avea acum un cabinet în Allach. Se putea oare naşte un copil acolo? Destul de epuizată, mama mea şi-a făcut de atunci gânduri despre unde ar trebui să vin pe lume şi cine, în afară de tata, ar sta alături de ea la naştere. Săptămânile au trecut. Clinici precum Dritter Orden, Geisenhofer şi Taxis nu intrau deloc în discuţie pentru mama mea. O voia pe Nelly, dar şi o clinică. Pentru că mama mea, o fricoasă destul de mare, nu îşi putea imagina o naştere fără anestezie epidurală. În săptămâna a 38-a, părinţii mei au mai avut o discuţie cu Nelly. Erau poate totuşi posibile amândouă? O clinică din Ebersberg îi permitea lui Nelly, după o anumită perioadă de acomodare, să-şi asiste pacientele la naştere acolo. Mai aveam noi acest timp? Nu, nu îl mai aveam. Acum părinţii mei, mai ales, bineînţeles, mama mea, trebuiau să decidă ce era mai important. O clinică, cu eventuala speranţă la anestezie epidurală, dar fără Nelly, sau o Nelly fără anestezie epidurală şi fără clinică. Repede a fost clar ce era mai important. NELLY!

Duminică, 11.05.2003, la ora 16:00, părinţii mei merg la cabinet. Colul uterin este deschis la opt centimetri, dar din păcate nu sunt contracţii. Moaşa Iris este chemată, pentru că o naştere chiar astăzi probabil nu mai poate fi exclusă. Ea apare la cabinet în jurul orei 17:30. Şi ea este sigură că mă voi naşte chiar astăzi. Este ora 18:00. Colul uterin este aproape complet deschis, dar tot nu sunt contracţii. Dar devine serios. Părinţii mei trebuie să decidă dacă mă voi naşte la cabinet sau la clinică. Pentru tata, această întrebare s-a rezolvat repede, dar cum era pentru mama mea, doar ea trebuia să mă nască! Puţin nesigură, s-a hotărât şi ea, după o scurtă gândire, pentru o naştere la cabinet cu Nelly şi Iris. Acum s-a trecut la fapte. În jurul orei 18:15, Nelly pune perfuzia pentru contracţii. 15 minute mai târziu, Iris îi rupe mămicii punga amniotică. La ora 19:00 vin, în sfârşit, primele contracţii. Părinţii mei devin încet-încet nervoşi. Când voi veni?! O jumătate de oră mai târziu, contracţiile devin mai puternice. Acum totul merge extrem de repede. Două contracţii de expulzie, este ora 20:02 şi eu, Luca Nick Kamrau, văd lumina zilei.

Mulţumesc, Iris şi Nelly, pentru naşterea rapidă şi necomplicată şi pentru îngrijirea minunată de dinainte, din timpul şi de după naştere.

Luca

Din cauza acestor întâmplări şi a povestirilor femeilor despre ceea ce trăiseră în maternităţi, mi-am dat seama pentru prima dată că asistenţa la naştere consta în:

- înregistrarea CTG-ului,
- o privire aruncată în carnetul gravidei,
- cadă,
- plimbat,
- urcat scări.

Din înțelegerea mea, aceasta era: Naștere DA, Ajutor NU.

În 2002, la 53 de ani, ajunsesem în punctul în care părăsisem România în 1978. Vechile mele cunoștințe din acea perioadă, precum și MÂINILE mele, erau singurul meu ajutor. Iris, prietena mea și moașa nepotului meu Vincent, care s-a născut la 23.11.1997, a fost alături de mine la fiecare naștere la cabinet și la domiciliu.

Pagina 164

Nelly – vrăjitoare româncă ce ești!

Da, dragă Nelly, deci așa a fost, așa ar fi putut să fie, vrăjitoare româncă ce ești! Mâinile tale grozave și inima ta răsăriteană joacă pe... copiii TĂI – nu-i așa? Cum spun dușmanii tăi: ai poțiuni de vrăjitoare – pfui – și descântece – blablablabla –, dar le au și ceilalți, iar ce e simplu e simplu și ce e la îndemână e aproape – ca întotdeauna –, dar cu ochii nu-l poți pipăi așa și cu (...) nu-l poți pur și simplu încasa. Deci chiar știi să faci vrăji. Și așa îți călărești mătura – programări, programări, eterul (...) – telefoane, telefoane. Da, dragă Nelly, pentru câteva ore ai fost apoi acolo pe deplin și nici că s-ar fi putut mai bine.

Andi

Apoi au venit spre mine nașterile la domiciliu. Femeile care își născuseră primul copil cu mine nu erau de acord să meargă la o clinică fără mine. Erau dispuse să pregătească totul, au organizat tot ce era necesar pentru o naștere la domiciliu și s-au îngrijit să aibă un medic pediatru în spate, numai ca eu să fiu de acord să le asist la naștere acasă.

Pagina 166

Slavă Domnului că am reușit să te convingem să asiști nașterea acasă. Așadar, la 21.04.2002, prima naștere la domiciliu a lui Nelly și a mea, de asemenea. Pentru amândouă, ceva nou. Și totul a fost simplu și frumos. O experiență foarte frumoasă, fără chinuri pentru mamă și pentru copilul Auguste, în schimb cu spaghete cu leurdă și cu propriul pat. Poate că așa era și pe vremuri. Te cunoști, te placi și ai încredere și în meșteșugul moașei (care astăzi, din păcate, nici nu este susținut, nici nu se bucură de respectul cuvenit). Dragă Nelly, îți mulțumesc pentru apropierea ta și pentru tot sufletul pe care îl pui în nașterea unui copil.

Mulțumiri și lui Iris, cea săritoare, și Christinei, care iubește copiii.

Iris

Dragă Nelly, mulțumesc că ne-ai însoțit. Îmi amintesc de nașterea lui Marlon ca de o experiență minunată. 4,5 ore în nouă imagini; bineînțeles că s-au întâmplat mult mai multe. Dar cele mai importante momente le-am pus pentru tine în benzile desenate. Așadar: până la următoarea naștere.

Cu toată căldura,

Ale tale Mel, Marlon şi Dirk

Paginile 168–169

Vin spumant cu căpşuni pasate

Oh – din nou însărcinată! Încă de la început îmi este clar că vreau să nasc din nou cu Nelly, cu doamna dr. Kulbe şi cu Markus.

Primul şoc: doamna dr. Kulbe iese la pensie în mijlocul sarcinii mele. Din fericire, îmi pune totuşi în mână cartea de vizită a cabinetului tău.

Al doilea şoc: la prima noastră discuţie aflu de la tine că, în prezent, însoţeşti femeile până la naştere, dar cauţi un nou loc pentru naşteri. Din fericire, Sabine şi Iris te-au convins apoi să asişti o naştere la domiciliu. Eu însămi nu mă gândisem niciodată până atunci la o naştere la domiciliu, dar acum sunt fericită peste măsură că aşa „s-a nimerit”! Ştiam că bebeluşul şi eu suntem în mâini bune la tine. Pentru că o adusesem deja pe lume pe Nina cu tine, pentru Markus şi pentru mine decizia unei naşteri la domiciliu cu tine nu a fost nicio întrebare. Data probabilă a naşterii se apropia, iar tu erai convinsă că o voi naşte pe Julie chiar în acea zi – un copil de duminică. În plus, din cauza bioritmului meu, ea trebuia să vină înainte de ora 22:00 (calculat, bineînţeles, chiar de tine). Ei bine..., cu o săptămână înainte de naştere ne vedem zilnic. Sâmbătă îmi prescrii primul meu cocktail – vin spumant cu căpşuni pasate – mmm, delicios!

Duminică vii dis-de-dimineaţă şi ne întrebi ce planuri avem?! Iar eu credeam că astăzi îmi voi naşte bebeluşul.

Aşa că Markus şi cu mine ne strângem lucrurile de baie şi mergem, în această zi minunată, la lacul Starnberg. Nina este deja la bunica şi la bunicul pentru tot weekendul, iar vecinii sunt avertizaţi dinainte în privinţa unor posibile ţipete. Totuşi, la trei după-amiaza trebuie să fim din nou acasă, ca să-mi beau al doilea cocktail: cocktailul cu ulei de ricin. Din câte îmi pare, la mine nu are efect. Simt o uşoară tragere în spate, dar ar putea fi şi durerile mele obişnuite de spate. La ora 18:00 se rupe punga amniotică şi hopa – acum începe imediat de-adevăratelea. Markus o sună pe Nelly şi, ca măsură de precauţie, punem deja folia de zugrăvit peste canapea. Tu eşti imediat aici – cu CTG şi butelie de oxigen şi cu multe altele. În jurul orei 19:15 vine apoi şi Iris, iar cu puţin înainte de naştere, asistenta de pediatrie Christina. În timp ce toţi cei din sufragerie aproape că se topesc de căldură, eu mă încovoi în baia noastră şi chiar găsesc că durerile, în mediul meu obişnuit, nu sunt chiar atât de rele. Şi apoi: la ora 20:18, Julie a noastră este deja aici! O minune! Nina vine apoi imediat acasă cu bunicile răvăşite şi cu bunicul şi a venit imediat să-şi salute sora.

Dragă Nelly, îţi mulţumim din toată inima că ne-ai însoţit în acest moment important şi că ai fost acolo pentru noi! Julie este un bebeluş atât de echilibrat şi de vesel, iar acest lucru se datorează cu siguranţă împrejurării fericite a unei naşteri la domiciliu cu tine!

Mulţumim mult, mult!

Ale tale, Manuela şi Markus

Paginile 170–171

În această etapă a vieţii mele am ajuns să apreciez în mod deosebit acele locuri în care îmi era posibil să ofer asistenţă la naştere în cele două lumi - natura şi medicina. Acest lucru era posibil numai într-o clinică.

Am avut multe naşteri frumoase, am acumulat multe experienţe, dar nu eram fericită. Îmi lipseau clinica şi parteneriatul cu medicii mei. La 20.04.2003 am plecat în România pentru a sărbători Paştele împreună cu familia mea şi pentru a vizita mormântul tatălui meu, care murise cu trei ani înainte. Fraţii mei erau foarte îngrijoraţi pentru mine, deoarece mă vedeau numai plângând. Din punctul meu de vedere, ceea ce făceam în Germania nu era o „muncă bună", iar ei au crezut la început că eram fără „muncă". În ziua plecării mele, fratele meu Peter a venit la mine şi mi-a povestit visul său, în care tata spusese: „Niculina trebuie să meargă la trei mănăstiri." Aceste trei mănăstiri se aflau în apropierea locului meu natal. Prima mănăstire era de călugări. Acolo nu mi-a plăcut. A doua mănăstire era închisă, iar în cea de- a treia, Celic-Dere, unde fusesem adesea în copilărie cu bunica mea din partea tatălui, m-am simţit imediat ca acasă. Acolo am întâlnit-o pe Gabriela, o călugăriţă care m-a recunoscut imediat, pentru că semăn foarte mult cu tatăl meu. Această întâlnire a deschis toate zăgazurile din mine şi, plângând puternic, i-am povestit despre temerile şi durerea mea. Ea a avut un singur răspuns pentru mine:

„Timp de 40 de zile, în fiecare seară înainte de culcare, scrii ceea ce îţi doreşti. Important este să crezi în ceea ce notezi." (Călugăriţa Gabriela)

Mi-am scris CREDO-ul timp de 40 de zile. La 14.05.2003, după 20 de zile, a sunat telefonul în cabinetul meu, iar directorul unei clinici aflate la aproximativ 50 km est de München mi-a spus: „Doamnă Stancescu, vă aşteptăm din 17.04.2003, deoarece am primit o candidatură din partea dumneavoastră, depusă la noi de o doamnă Buchmann."

Eram nehotărâtă. Puteam să le cer femeilor mele ca, având contracţii sau cu membranele rupte, să parcurgă 50 km până la clinica de naşteri? Am acceptat, iar ele au venit toate.

Astăzi privesc înapoi la nouă naşteri la domiciliu, aproximativ 20 de naşteri în cabinet şi la sutele de femei pe care le-am însoţit şi îndrumat în această perioadă pentru naştere.

A 4-a etapă: Clinica la 50 km est de München (15.05.2003 până la sfârşitul lunii august 2007)

Era pentru prima dată când lucram într-o clinică fără sistem de medici colaboratori. Pentru mine asta însemna că nu ştiam niciodată cu ce medic voi asista naşterea. Am înţeles foarte repede că aici se proceda după un „protocol". Pentru mine nu mai exista individualitate şi mi s-a cerut să respect acest „protocol". În perioada în care nu lucrasem într-o clinică îmi lăsam femeile la uşa de la intrare, aşa că nu ştiam că acest „protocol" devenise procedura normală în obstetrică. Acum trăiam eu însămi, pentru prima dată, toate acele lucruri pe care mi le povestiseră femeile care născuseră în cabinetul meu. Eram obişnuită ca medicii colaboratori să aibă încredere în mine şi să pot acţiona pe propria răspundere. „Eram parteneri." Fără acest sistem, pentru mine acest lucru nu mai era posibil. „Nu mai eram parteneri." A trebuit să mă adaptez.

Pentru că aveam naşteri bune, mi s-a permis să introduc o cameră de familie, asistentele de pediatrie m-au primit cu braţele deschise şi se bucurau de fiecare dintre bebeluşii mei care mirosea a ulei de trandafiri, iar medicii de la anestezie îmi erau de asemenea foarte

binevoitori, au existat totuşi multe momente luminoase în timpul activităţii mele în această clinică. Temerile mele erau legate de acele naşteri la care simţeam, de exemplu, că nu va fi posibil ca acel copil să se nască pe cale naturală şi că ar fi mai bine să se facă o cezariană. În asemenea cazuri nu mai aveam putere de decizie. Dacă medicul chemat avea o altă părere decât mine, nu se făcea cezariană. Intuiţia mea nu mai conta.

Paginile 172–173 · Gânduri și trăiri la nașterea lui Joseph

Mi s-au rupt membranele în toiul nopţii, fără contracţii. Îmi imaginasem începutul naşterii puţin altfel, „normal”, adică. L-am trezit imediat pe soţul meu, Felix.

La început eram amândoi destul de derutaţi. Bucuria anticipării copilului se amesteca cu nesiguranţa privind ce trebuia să facem în continuare. Eram extrem de bucuroşi că puteam lua telefonul şi o puteam suna pe moaşa noastră, Nelly, pentru a primi alte instrucţiuni. „Veniţi mai întâi la mine”, ne-a spus. După aceea, Felix şi cu mine am alergat complet dezorientaţi prin apartament ca să împachetăm ultimele lucruri pentru clinică. Eram amândoi destul de nesiguri în privinţa a ceea ce urma şi ne simţeam tremurând şi puţin neliniştiţi.

Apoi am pornit spre Nelly. Pe drum ne-am liniştit brusc, având încrederea că în scurt timp vom fi pe mâini bune.

Când am ajuns la Nelly, eram aproape bine dispuşi. La aceasta a contribuit mai ales întrebarea ei dacă vrem o cafea. Calmului lui Nelly şi firescul cu care ne-a primit ne- au făcut foarte bine şi ne-au liniştit enorm. Cel târziu din acel moment am fost siguri că, cu ajutorul lui Nelly, totul va fi bine. Nelly m-a examinat şi a pus contracţiile în mişcare. Aveam încredere deplină în capacităţile ei; fricile şi nesiguranţa dispăruseră şi eram mai degrabă curioasă cum se va simţi naşterea. Emoţia o simţeam doar la gândul că, în curând, viaţa noastră se va schimba complet. Nelly ne-a oferit micul dejun şi, în stilul ei inimitabil, a creat o atmosferă aproape lejeră şi relaxată. Apoi am pornit spre Ebersberg.

În drum spre clinică aveam contracţii la intervale de cinci minute, dar erau suportabile. Nelly mergea înaintea noastră cu maşina ei şi ţinea un ritm bun. Felix şi cu mine ascultam ştirile şi muzica la radio, vorbeam cât se putea şi eram chiar veseli; când veneau contracţiile, încercam pur şi simplu să respir cât mai bine.

Ajunşi la clinică, Nelly ne-a dus imediat în sala de naşteri, unde m-am putut schimba şi întinde. Următoarele două ore au decurs puţin greoi; aveam contracţii la intervale regulate, din ce în ce mai puternice, şi mă concentram complet asupra respiraţiei. Mi-a fost de mare ajutor faptul că Nelly mi-a dat o estimare aproximativă a momentului în care se va naşte copilul: în aproximativ trei ore, pe la ora 10, spunea ea.

Mă simţeam în siguranţă în mâinile lui Nelly. Făcea tot felul de pregătiri, ne distra cu diferite poveşti şi era aproape permanent în mişcare; soţul meu Felix a stat tot timpul lângă mine şi vorbea cu mine când nu aveam contracţii. Atmosfera era destul de relaxată, iar eu eram aproape puţin „dusă”. Încet am devenit nerăbdătoare; voiam, în sfârşit, să-mi cunosc fiul.

Dar naşterea se prelungea. După două ore, Nelly şi-a corectat estimarea şi a spus că, după părerea ei, va dura totuşi până la ora 11. Mă examina mereu, dar lucrurile nu avansau cu adevărat; colul uterin pur şi simplu nu voia să se mai deschidă. După ce aşteptaserăm destul de mult, Nelly a propus o anestezie epidurală. Spunea că, în proporţie de 80%, nu va fi nevoie

de cezariană, dar exista o problemă cu copilul meu, respectiv cu cordonul ombilical, şi nu înainta cum trebuie. Pentru a face naşterea să progreseze, trebuia să mai lucreze puţin asupra mea, iar acest lucru ar fi fost, după toate probabilităţile, foarte dureros. O epidurală ar fi fost mai bună pentru mine şi copil.

Pentru prima dată m-am neliniştit; în special cuvântul „cezariană" m-a făcut atentă. Nu voiam sub nicio formă cezariană şi dintr-odată mi-am făcut griji pentru fiul meu. Cu orice preţ trebuia să-i fie bine. Deşi în acel moment nu aveam încă sentimentul că eram complet epuizată şi de fapt mai aveam energie, am fost de acord cu epidurala. Aveam încredere deplină că Nelly, din toată experienţa ei, ştia ce era mai bine pentru noi. Medicul prezent a spus atunci că totul arăta bine şi că ar propune o rahianestezie, nu epidurală. Apoi Nelly şi medicul au vorbit afară cu anestezistul, iar medicul a comunicat în final că voi primi totuşi o epidurală.

Anestezistul, foarte simpatic, a discutat relaxat cu mine despre economie în timp ce monta epidurala. Acest lucru m-a relaxat foarte mult; toţi cei implicaţi se comportau „normal" şi fără agitaţie. Epidurala şi-a făcut efectul foarte repede şi bine. Nelly a putut lucra nestingherită şi a făcut ca naşterea să avanseze. Lipsa bruscă a durerii a fost o eliberare enormă; nu-mi venea să cred şi, dintr-odată, eram din nou foarte încrezătoare.

Când au început contracţiile de expulzie, a trebuit să mă concentrez foarte mult ca să simt când trebuia să împing. Nelly supraveghea situaţia şi îmi dădea indicaţii. Dintr-odată a apărut o adevărată atmosferă de „sprint final". Aveam un singur gând: voiam să fac tot ce puteam ca să-mi aduc fiul pe lume cât mai bine. Cu acest scop în faţă, susţinută de Felix, mi-am pus toată puterea în contracţiile de împingere. Când micuţul a apărut în faţa mea după zece contracţii, am fost complet copleşită de emoţie şi fericire. I-am văzut picioruşele şi nu am mai făcut decât să plâng. Restul îl percepeam ca printr-un văl; nu-mi mai amintesc exact ce s-a întâmplat după aceea. Ştiu doar că Nelly, după ce avusese grijă foarte bine de micuţ, s-a retras foarte discret şi ne-a lăsat mai întâi singuri pe noi trei. Ne-a oferit astfel minunata posibilitate de a ne privi şi de a ne cunoaşte unul pe altul, un timp foarte intens şi intim. Când s-a întors, a adus o friptură minunată de porc cu găluşte, pe care am devorat-o cu o poftă uriaşă.

Paginile 174–175

Lux divin absolut - o mie de mulţumiri, Nelly!

Per total, îmi imaginasem naşterea mult mai rea decât a fost în realitate. În niciun moment nu am avut sentimentul că ajunsesem la capătul puterilor şi, cu excepţia acelui moment dinaintea epiduralei, nu mi-a fost nici frică. Două lucruri au fost decisive: pe de o parte, soţul meu, care a fost permanent prezent şi m-a însoţit în toate fazele naşterii; pe de altă parte, moaşa mea Nelly, faţă de care simţeam un fel de încredere fundamentală. Mă gândeam doar că, dacă urmez tot ce îmi spune, totul va fi bine. Privind în urmă, sunt deosebit de recunoscătoare că am putut trăi naşterea fiului meu atât de conştient şi fără teamă. A fost o experienţă cu adevărat la limită, dar absolut emoţionantă şi puternică, pe care nu aş vrea să o fi ratat niciodată.

Gândurile şi trăirile noastre la naşterea lui Joseph din 30.01.2005, cu marele ajutor al lui Nelly Niculina Stancescu

1. Încredere

Amândoi am avut, în fiecare moment, de la primul telefon până la camera de familie din spital şi îngrijirea ombilicului după naştere, încredere deplină în recomandările şi sfaturile lui Nelly. Chiar şi deciziile mai importante, precum epidurala sau altele asemenea, au durat doar câteva secunde, pentru că recomandarea clară a lui Nelly era pentru noi cel mai bun reper. Mai ales într-o situaţie de necunoaştere şi nesiguranţă, cum este prima naştere, faptul că ne puteam baza necondiţionat pe sfaturile lui Nelly ne-a ajutat foarte mult.

2. Siguranţă

Din încrederea în sfaturile lui Nelly şi din cunoaşterea experienţei ei am dobândit un mare sentiment de siguranţă. Nici măcar o secundă, de la ruperea membranelor până când am avut copilul în braţe, nu ne-a fost cu adevărat frică. Rolul clar de conducere al lui Nelly în sala de naşteri şi modul ei abil de a gestiona medicii şi personalul au întărit de asemenea sentimentul că suntem „pe mâini sigure”. Telefonul dat lui Nelly transformase situaţia „s-a rupt apa”, puţin înfricoşătoare, în doar câteva minute într-o situaţie de tipul „ne descurcăm noi”.

3. Surpriză plăcută

Am fost surprinşi pozitiv de aproape fiecare etapă a naşterii, pentru că a fost mai puţin dureroasă/intensă şi/sau mai frumoasă/mai plină de bucurie decât ne imaginam. În plus, discuţiile lui Nelly şi câteva momente amuzante („şorţul de măcelar”) au făcut ca atmosfera să fie pe alocuri chiar relaxată. Faptul că un copil atât de mare a putut veni pe lume atât de repede şi cu atât de puţine „dureri de după” a fost cea mai mare şi mai importantă surpriză.

4. Personal / intimitate

Nelly a contribuit în multe feluri la transformarea naşterii lui Joseph într-un eveniment cu totul personal: de la micul dejun la ea acasă până la friptura de porc cu găluşte după naştere. Deosebit de remarcabil este şi faptul că Nelly ne-a oferit mereu spaţiu pentru intimitate: câteva minute singuri în sala de naşteri, mult timp pentru noi trei după naşterea lui Joseph, în timp ce Nelly, din fundal, organiza camera de familie şi rezolva tot ce era necesar.

Pe scurt: suntem nespus de fericiţi şi recunoscători că naşterea a avut loc cu ajutorul lui Nelly. Nu am vrea să facem nimic altfel şi putem spune doar că încrederea foarte mare a lui Nelly în propriile ei capacităţi ca asistentă la naştere este mai mult decât justificată. Felul lui Nelly, poate neobişnuit pentru unii, a fost o binecuvântare din prima până în ultima secundă a naşterii.

Naşterea celui de-al doilea fiu al nostru, Franz, a decurs repede şi destul de fără complicaţii. Ca şi prima dată, Nelly ne recomandase un cocktail pentru declanşarea contracţiilor, care conţinea, printre altele, pastă de migdale, ulei de ricin şi whisky. Îi chemaserăm deja pe bunica şi bunicul să stea cu „cel mare”, în vârstă de doi ani şi jumătate, şi planificasem să iau cocktailul după-amiaza, sincer fără mari speranţe de reuşită. După ce am înghiţit cu greu cocktailul, m-am întins puţin să mă relaxez. Şi chiar aşa: după aproximativ o jumătate de oră au apărut primele contracţii. Am aşteptat neîncrezătoare, iar contracţiile au devenit mai regulate, astfel că, în cele din urmă, am anunţat-o pe Nelly. „La Ebersberg!”, acesta era ordinul. Apoi totul a mers foarte repede. În numai patru ore Franz era pe lume, fără epidurală, numai cu ajutorul lui Nelly! Ca şi prima dată, ne-a ghidat sigur, hotărât şi empatic, cu farmecul ei foarte special, prin naştere, inclusiv cu „Felix, adu cafea!” atunci când lucrurile deveneau puţin neplăcute, având permanent grijă ca mai ales eu să mă simt cât mai bine. Nu-

mi mai amintesc în detaliu naşterea, totul s-a petrecut atât de repede, dar un lucru era clar: Nelly avea totul sub control şi reuşea, în ciuda efortului şi durerii, să ne facă mereu să râdem. Eram infinit de recunoscători! Din păcate, după naşterea lui Franz, din cauza gradului mare de ocupare, am avut doar o noapte în trei în camera de familie, apoi am plecat deja acasă cu micul nostru pacheţel.

Când urma să se nască fiica noastră Antonia, locuiam deja în Regensburg. Pentru controalele prenatale mergeam la München; Nelly trebuia neapărat să ne asiste din nou la naştere. Când termenul - aproximativ la mijlocul lui aprilie - se apropia, Nelly ne-a spus că pe 21.04 trebuie să plece pentru o perioadă mai lungă în România, la sora ei bolnavă, şi că Antonia trebuia, prin urmare, să vină pe lume înainte de acea dată dacă voiam ca Nelly să fie prezentă. Aveam unele îndoieli, dar încredere deplină în Nelly. Apoi a venit 18 aprilie. Am hotărât să mergem la München şi să încercăm, împreună cu Nelly, să

„lucrăm" pentru declanşarea naşterii. Plini de speranţă, ne-am cazat într-un hotel din München şi am mers la Nelly acasă pentru a-i cere părerea. M-a examinat, dar încă nu venise timpul.

Trebuia să aşteptăm, iar dacă până pe 20 aprilie nu se întâmpla nimic, să iau cunoscutul cocktail pentru contracţii. A venit 19 aprilie, nimic. Pe 20 aprilie, cocktailul şi un masaj de relaxare. Şi iată: câteva ore mai târziu am simţit primele contracţii. Am mers la Nelly. Arăta bine, spunea ea, dar mai dura; trebuia să urcăm pe jos pe Olympiaberg şi să bem acolo o bere albă. Zis şi făcut. Apoi încă o examinare: da, acum putea începe. „O să aveţi un roşcat!", ne-a spus Nelly. Apoi, pentru prima dată, nu am mers la Ebersberg, ci la spitalul din Pasing.

Clismă, plimbare, aşteptare, un medic drăguţ, contracţii, epiduralã, încurajările lui Nelly, împins... Şi după aproximativ opt ore fiica noastră era pe lume! Din nou, sub cea mai bună îngrijire a lui Nelly. Acum am avut aproape o săptămână întreagă în trei, soţul meu, Antonia şi eu, într-o bulă de spital din cea mai bună categorie. Pentru a treia oară, Nelly a fost pur şi simplu minunată: hotărâtă, de încredere, fiecare gest precis; în fiecare secundă aveai sentimentul că ştia exact ce trebuia făcut.

La toate cele trei naşteri au existat momente Nelly care se repetau: „ok... facem bebe frumos", mâncarea şi înghiţitura de bere, mai mult sau mai puţin fără alcool, pentru Alex după treaba făcută, comenzile clare către viitoarea mamă şi MAI ALES către viitorul tată, comentariile de neuitat despre mărime, aspect, data naşterii şi semne speciale. Iar colecţia de replici ale lui Nelly este oricum legendară.

Paginile 176–177

· „Nelly, mi s-au rupt membranele..." - „La naiba..."

· „Spalier - extraordinar... când ai contracţii, tot ce îţi doreşti este să faci

gimnastică."

· „Felix, locul tău este la cap - nicăieri altundeva."

Mulţumim, dragă Nelly, că ai făcut din cele trei naşteri ale copiilor noştri o experienţă de neuitat şi că şi astăzi ne amintim cu atâta bucurie de ele! Cei trei sunt copii cu totul speciali şi suntem ferm convinşi că ai o mare contribuţie la acest lucru!

Alexandra şi Felix

Ce am simţit la naştere

Sâmbătă, 12.02.2005, ora 20:00: ruperea membranelor. O sun pe Nelly. Înarmată cu trei prosoape mari între picioare şi o folie de plastic, eu şi Georg mergem la Nelly. Pe drum, Georg mă întreabă dacă îmi este frică. Nu-mi este deloc frică, pentru că, până la urmă, o avem pe Nelly şi, prin urmare, cea mai bună moaşă din lume!

Când intrăm în holul casei lui Nelly, am sentimentul că am reuşit deja. Acum nu mai poate merge nimic prost. După ce Nelly mi-a deschis colul uterin la trei centimetri, mergem la Ebersberg, noi în urma lui Nelly. Georg şi cu mine suntem complet euforici: în sfârşit vine pe lume mica noastră rază de soare şi eu scap, în sfârşit, de burta aceasta uriaşă. „Contracţiile” - conform lui Nelly probabil sunt doar „mici contracţii”, dar pe mine mă doare oricum - devin tot mai frecvente şi mai puternice. Ajunşi la Ebersberg, merg cu Nelly în sala de naşteri, în timp ce Georg parchează maşina.

Este o linişte totală şi, în ciuda durerilor tot mai puternice, sunt nespus de fericită. În timp ce Nelly pregăteşte totul, vorbim. Radiază atât de multă energie pozitivă, pur şi simplu de nedescris. Îmi ia sânge pentru epidurala de care poate voi avea nevoie, îmi administrează antibiotic prin perfuzie din cauza streptococilor de grup B, iar Georg îmi ţine mâna. Sunt atât de fericită că am ales Ebersberg. Aici este atât de linişte, iar Nelly şi Georg sunt cu mine.

Durerile devin tot mai insuportabile; am sentimentul că îi zdrobesc mâna lui Georg la fiecare contracţie, iar el simte la fel. Nelly îmi spune cum trebuie să respir în timpul contracţiilor. Între timp soseşte anestezistul chemat de Nelly, iar medicul de gardă îmi explică din nou riscurile. Nu mă interesează nimic, vreau doar să se oprească durerea. Fac tot ce spune Nelly şi, în cel mai scurt timp, epidurala este montată. Nu durează mult şi sunt, cum spune atât de frumos Nelly, în al şaptelea cer. Între timp, prin „lucru manual”, ea mi-a deschis deja foarte mult colul uterin şi totul pare să decurgă din nou bine. Dar, pe măsură ce contracţiile avansează, Nelly constată că Nikolai nu poate fi rotit, respectiv situaţia este încă deschisă.

Paginile 178–179

După mai multe încercări de a-l roti pe Nikolai, Nelly estimează 70% cezariană, 30% naştere naturală, deoarece, din orice motiv, lucrurile nu înaintează. Chiar şi acum sunt optimistă. Nelly ştie ce trebuie făcut şi, dacă spune „cezariană”, atunci facem cezariană. Mă bazez sută la sută pe Nelly. Şi medicul de gardă, doamna Dr. Müller, susţine o cezariană.

Ceea ce urmează este un coşmar absolut. Doamna Dr. W., medic primar, decide să îl scoată pe Nikolai „natural”. Mă uit la Nelly; nu este încântată de idee, dar pentru că nu o consideră lipsită de speranţă, mă încurajează. Aşadar încercăm. Poate că totuşi va merge.

Dar când văd ventuza şi îmi imaginez că bietul meu pui urmează să fie tras afară cu ea, nu mai pot. Ţip de frică, dar şi de durere, pentru că epidurala pare să fi fost „oprită”. Mă încordez complet. Acest lucru o motivează pe doamna Dr. W. să introducă ventuza cu toată forţa. Mi se face cumplit de greaţă. Ţip. Dar Nelly îmi cere acum să „particip”. Aşa că încerc, pentru Nikolai şi pentru Nelly. La fiecare contracţie, Nelly apasă de sus pe abdomenul meu, Dr. W. se sprijină cu piciorul de pat şi trage, iar eu împing. Este îngrozitor. Georg se uită atât de neajutorat. Ce se întâmplă cu bătăile inimii lui Nikolai? Îmi este frică şi nu mai pot, sau mai bine spus, nu mai vreau. Totuşi, repetăm această tortură încă de trei-patru ori, iar eu sunt tot

mai epuizată. De ce nu pune nimeni capăt? Nelly, ajută-mă, nu mai pot!

Dr. W. devine tot mai dură când vede că astfel nu se progresează. Decide să continue cu forcepsul. Din cât mai reuşesc să percep, îmi dau seama că şi Nelly ar prefera să se oprească. Dr. W. îi ordonă lui Nelly, pe un ton obraznic, să aducă forcepsul. Model greşit! Se deschide următorul pachet. Din nou greşit! Al treilea forceps - corect! Acum Dr. W. vrea să folosească foarfeca pentru epiziotomie. Ţip atât de tare încât probabil se trezeşte tot Ebersbergul. Din fericire, acesta este un semnal şi pentru Dr. W. Acum totul trebuie să meargă foarte repede: agitaţie, panică, sala de operaţie! Mai aud cum Dr. W. ceartă întreaga echipă. Nu-mi mai pasă de nimic, chiar dacă mor. Principalul este ca Nikolai să iasă sănătos din mine. Apoi nu mai ştiu nimic - în sfârşit linişte.

Când mă trezesc, pun mereu aceeaşi întrebare: „Este sănătos?" Printr-un văl îl văd în braţele lui Georg. Plânge. Iar Nelly, săraca, tocmai curăţă sala de naşteri, care arată ca un câmp de luptă. Nu-mi vine să cred că, după aceste ore epuizante, Nelly mai trebuie acum şi să facă curăţenie. Cel mai mult aş vrea să o ajut, dar nu pot. După ce mi-a organizat o cameră şi a rezolvat tot ce era necesar, mai vine încă o dată la mine. Este incredibilă, nu poate fi răsplătită nici cu aur.

Privind în urmă, pot spune doar că fără Nelly aş fi fost pierdută. Păcat că Dr. W. a stricat totul. Dacă ar fi ascultat-o pe Nelly, aş fi făcut cezariană cu rahianestezie cu două ore mai devreme şi ne-am fi scutit de două ore cumplite. Până la apariţia lui Dr. W., atmosfera fusese minunată; în ciuda estimării „cezariană", eram optimistă. Nelly îmi transmitea atât de multă energie pozitivă. În ciuda lui Dr. W., mă bucur foarte mult că am ales Ebersberg. Nelly este extraordinară nu doar profesional, ci şi uman, pur şi simplu genială. Sper să pot naşte şi al doilea copil cu ea.

P.S.: Păcat că, la un moment dat, probabil nu o voi mai întâlni pe Nelly. Este un om cu totul special, dintre aceia care există foarte rar. Dar probabil fiecare pacientă îşi doreşte asta. Îmi este clar că nu se poate întâlni cu toate şi „după". Poate ar trebui pur şi simplu să fac foarte mulţi copii...

Gitte

După această naştere, relaţia dintre medici şi mine s-a schimbat în bine. Cu toate acestea, în 2007, când aveam 58 de ani, mă simţeam epuizată. Hotărârea mea de a vinde cabinetul era luată şi mă gândeam să renunţ la tot şi să părăsesc Germania.

În acea perioadă l-am întâlnit pe conducătorul Bisericii Ortodoxe Greceşti, aflat în vizită la München şi originar, ca şi mine, din Dobrogea. M-am oferit să îl duc la aeroport, iar în timpul drumului i-am mărturisit toate temerile, grijile şi hotărârile mele. Când mi-am terminat „spovedania", a spus: „Îţi povestesc ce mi s- a întâmplat. O femeie în vârstă mi-a dăruit un teren de 9.000 de metri pătraţi, pentru că visase că în acel loc trebuie construită o biserică." M-a întrebat dacă mi- aş putea imagina să însoţesc această construcţie şi să mă implic. Am vrut să ştiu unde se afla locul, iar când a rostit numele VISTERNA am rămas fără cuvinte. Era locul copilăriei mele, acolo unde petrecusem mult timp cu bunica din partea tatălui.

Am spus DA.

În primăvara anului 2007 a fost înfiinţată asociaţia, iar la 14.10.2008 a fost sfinţită capela. În timpul construcţiei capelei, sătenii au venit la mine şi mi-au spus că şcoala şi grădiniţa, care

încă aveau o toaletă rudimentară în curte, aveau mai mare nevoie de bani decât construirea unei capele. Asta înseamnă ceva când vine din partea unor oameni profund înrădăcinaţi în credinţa lor. Acesta a fost impulsul pentru mine ca, în paralel cu construcţia capelei, să fie renovate şcoala şi grădiniţa satului. La 23.04.2009, în cadrul unei mari sărbători, şcoala şi grădiniţa au fost redeschise.

Acum eram mai des în România şi le trimiteam pe femeile mele la control sau chiar la naştere la Iris, care în acea perioadă lucra ca înlocuitoare pe perioada concediilor într-o clinică situată la 30 km sud-vest de München. În august 2007, doi taţi, independent unul de altul, m-au întrebat de ce merg 50 km până la o clinică, dacă aş putea lucra împreună cu Iris într-o clinică mai apropiată.

La sfârşitul lui august 2007 am schimbat clinica, în speranţa că voi putea lucra din nou aşa cum fusese la clinica din Röntgenstraße. Din păcate, însă, această speranţă nu s-a împlinit. În afară de pacientele care veneau de peste tot şi de medicii de la anestezie, Iris şi cu mine nu aveam prieteni.

Paginile 180–181

Îngrijirea 1:1, realizată de două moaşe, a fost mereu un ghimpe în ochii lor. După un incident la o femeie aflată la a treia naştere, cu ruperea membranelor şi prolapsul unei mâini - o complicaţie foarte rară la naştere, care necesită acţiune rapidă - două zile mai târziu a avut loc o discuţie cu toate departamentele. Mi s-a reproşat că aş fi „grăbit” asistenta din sala de operaţie şi că spitalul nu doreşte agitaţie în echipă. Nu mi-ar fi trecut niciodată prin minte că, după această urgenţă care s-a încheiat cu bine, eu aveam să fiu motivul acestei discuţii. La aproape 60 de ani nu mai eram dispusă să mă justific pentru implicarea mea într- o naştere. Am încheiat discuţia şi m-am întors la locul meu de muncă.

A vrut o apariţie spectaculoasă Cu Ludwig este al treilea copil care, cu ajutorul tău, a venit sănătos şi voios pe lume. În urmă cu aproape opt ani s-a născut fiica mea cea mare, Sophie. Ginecologul meu mi te-a recomandat ca moaşă, iar o prietenă de-a mea născuse cu tine, cu doi ani înainte, fiul ei şi îmi povestise deja despre tine. Fusese atât de încântată de tine încât nu aveam nicio îndoială că şi pentru mine erai moaşa potrivită.

Sophie a fost cel mai mare dintre cei trei copii. Dar ea a şi ajutat cel mai mult şi după naştere avea un fel de aureolă pe frunte, pentru că rămăsese puţin blocată la nivelul colului uterin. Frank, tatăl, a fost şi el prezent la naştere şi îi explica unui prieten, care urma şi el să devină tată în curând, cât de uşoară, rapidă şi minunată fusese naşterea. Prietenul lui a avut apoi o experienţă mai degrabă negativă la naşterea primului său copil.

Când a apărut dorinţa unui al doilea copil, pentru mine era clar: numai cu tine, Nelly. Medicul meu nu mai făcea obstetrică, de aceea voiam neapărat să vin la tine. La început însă nu a mers cu al doilea copil şi deja mi-era teamă că poate nu vei mai fi acolo. Mă gândeam doar: acum trebuie, în sfârşit, să se întâmple. Şi, slavă Domnului, ai fost prezentă şi la naşterea celui de-al doilea copil. Medicul meu spune că eşti singura moaşă pe care o cunoaşte care practică obstetrică „activă”. Frank spune că tu ne-ai scos copiii; la Florian chiar aşa se putea vedea. Avea probleme cu osul pubian şi nu voia să vină cum trebuie, dar în cele din urmă ai reuşit să-l ajuţi să vină pe lume. Bietul avea adevărate picioruşe în paranteză, pentru că aproape nu mai avea loc în burta mea.

La scurt timp a venit şi al treilea copil şi din nou am sperat să fii prezentă, iar din fericire aşa a fost. Clinica şi drumul nu mă interesau, principalul era să mă ajuţi din nou. Nu numai la naştere, ci şi înainte era important pentru mine, pentru că îmi puteai oferi siguranţa de a şti când vrea să vină copilul, dacă îi este bine, pur şi simplu liniştea de care ai nevoie înaintea unei asemenea naşteri.

Paginile 182–183

Ştiam şi că, în clinică, vei avea grijă ca totul să decurgă cât mai bine pentru mine; nu trebuia să mă ocup de nimic. Tu te ocupai, iar eu mă simţeam în siguranţă şi ştiam că totul va fi bine. Iar ultimul meu băiat te-a solicitat şi el. La început nu s-a întors cu capul în jos; tu ai spus că o va face şi chiar a făcut-o. Apoi, spre sfârşitul sarcinii, eu nu m-am mai simţit atât de bine. Ai spus când ar putea începe şi aşa a şi vrut el, dar altfel decât speraserăm sau ne doriserăm cu toţii.

Stătea cu capul în jos, dar avea braţul peste cap; fără tine nimeni nu ar fi observat. La ecografie nu se putea vedea, dar tu ai simţit la examinările tale. Apoi, dintr- odată, totul a mers foarte repede, a devenit agitat, iar tu ai fost singura care a vorbit cu mine, astfel încât să ştiu măcar ce se întâmpla. Printr-o cezariană de urgenţă, „mezinul” meu a venit pe lume. A vrut o apariţie spectaculoasă.

A fost o intervenţie profesională extraordinară şi totul a decurs minunat, dar trebuie să spun că uneori îmi lipseşte latura umană la medici. Faptul că o mamă se sperie şi vrea să ştie ce se întâmplă ar trebui să fie de la sine înţeles. Singurul medic care a vorbit cu mine a fost anestezistul. Nu-mi amintesc ca medicul-şef să-mi fi adresat măcar un cuvânt sau să-mi fi spus că copilul meu s-a născut sănătos şi bine. Tot tu ai făcut-o, Nelly, şi îţi mulţumesc că mi-ai adus cu bine şi sănătoasă pe lume ceata de copii, cu ajutorul meu, desigur - ştii tu!

Cu drag,

Silke

În februarie 2009 am primit un telefon de la o clinică din vestul Münchenului şi am fost întrebată dacă aş putea veni la o discuţie. Medicul-şef şi directorul de personal mi-au propus să îmi asist pacientele la naştere acolo, deoarece clinica dorea să crească numărul de naşteri.

Am pus trei condiţii:

· Moaşele, care lucrau ele însele ca liber-profesioniste, trebuiau să fie de acord ca

eu, ca moaşă externă, să vin cu propriile paciente pentru naştere.

· Voiam să lucrez numai cu doi medici colaboratori, pentru a le scuti pe pacientele

mele de schimbarea permanentă a medicului.

· Este acceptată epidurala? Pentru că o folosesc pentru scurt timp pentru

ameliorarea durerii atunci când este necesară sau, adesea, pentru a evita o cezariană.

Condiţiile mele au fost acceptate şi am început din nou să lucrez în München. Mi-a fost repartizat un medic colaborator foarte amabil, cu care puteam lucra bine, iar după câteva luni l-am întâlnit pe Dr. Gastroph, care între timp devenise partener în cabinetul medicului meu colaborator. Cu Dr. Gastroph, care a devenit medicul meu colaborator şi este şi astăzi, m-am

simţit în sfârşit din nou acasă. Aveam iar un partener şi a urmat o perioadă minunată de lucru împreună. Am putut asista naşterea naturală a gemenilor; am putut ajuta femei care se aflau deja pe masa de operaţie pentru cezariană să nască totuşi natural. Am asistat femei la a doua şi a treia naştere care, după o primă naştere traumatică, au simţit această naştere „ca pe o vindecare".

Paginile 184–185 · Acordați-vă timp pentru prima discuție

Am cunoscut-o pe Nelly în 2001, când soţia mea era însărcinată cu gemenii noştri. Socrul meu, el însuşi ginecolog, lucrase înainte cu Nelly.

Stăteam în cabinetul lui Nelly de pe Allacher Straße. Eu crescusem în estul Münchenului, locuisem în Maxvorstadt şi Bogenhausen, iar pentru mine tot ce se afla la vest de Olympiagelände era deja periferia Augsburgului şi Landsbergului.

Dar nu m-am lăsat descurajat să merg acolo. La urma urmei, prin vizitele la socrul meu avusesem deja primele contacte cu vestul Münchenului, iar el locuia şi mai la vest decât Allacher Straße.

Stăteam în genunchi, împreună cu alte femei însărcinate şi partenerii lor, în sala de curs a lui Nelly, iar ea m-a întrebat ce caut acolo, din moment ce la acea vreme lucram la clinica universitară din Maistraße. I-am răspuns că socrul meu ne trimisese...

Nu aveam habar...

La scurt timp după aceea, clinica unde Nelly asista naşteri şi-a închis definitiv porţile, iar noi ne-am întâlnit din nou la clinica universitară, unde Nelly căuta un nou loc pentru activitatea ei. Din păcate, în 2002 structurile clinicii universitare de stat nu erau suficient de inovatoare pentru a accepta o moaşă colaboratoare autentică alături de sistemul tradiţional al şcolii de moaşe şi ierarhiile cunoscute. Drumurile noastre s-au despărţit din nou, dar începeam să înţeleg puţin mai mult...

Drumul lui Nelly, sau poate nevoia ei, a dus-o prin Ebersberg la Fürstenfeldbruck, din nou spre vest. În aşteptarea celui de-al treilea nostru copil, am găsit o căsuţă de închiriat în vest. Cabinetul lui Nelly era în apropiere. Eu m-am stabilit în Pasing! Un salt uriaş, deoarece pentru mine Pasing era, istoric şi afectiv, aproape străinătate.

Între timp mă specializasem în obstetrică. Nelly însoţise o pacientă la clinica cu medici colaboratori din Pasing, după care fusese invitată de conducere să vină mai des cu gravidele ei. Era anul 2009. Ne-am întâlnit în sala de naşteri la primul ei caz, ne-am recunoscut, ne-am îmbrăţişat şi acela a fost startul celei mai frumoase perioade din viaţa mea profesională.

Nu a mai durat mult şi nu doar că aveam o idee, ci vedeam limpede. Felul extrem de angajat al lui Nelly de a se purta cu femeile, numeroasele ei discuţii cu „cuplurile însărcinate", oferă o siguranţă după care tânjesc nu numai gravidele, ci întreaga noastră societate. Da, uneori ne numim „vorbăreţi". Foarte bine. Suntem printre puţinii care nu fac doar examinările, spun „totul e în regulă" şi trimit femeile mai

departe. Vorbitul creează încredere, iar unde este aceasta mai necesară decât într-o relaţie medicală? Le spun pacientelor pe care le trimit la Nelly: „Luaţi-vă timp pentru prima discuţie." Ea creează încredere. Atât de multă încredere încât „clinica de copii în aceeaşi clădire cu maternitatea" îşi pierde din importanţă.

Unde mai există în München posibilitatea de a-ţi alege dinainte moaşa care va asista naşterea şi, odată cu ea, medicul responsabil, şi de a-i cunoaşte? Nu cunosc o altă combinaţie de acest fel. Pot da exemplul opus al unei alte moaşe cu care a trebuit să lucrez în clinică. Cu puţin înainte de naşterea unui copil mi-a spus cât de păcat era că nu putea duce naşterea până la capăt. De ce? Pentru că înainte urma schimbul de tură. Păi atunci mai rămâi câteva minute, până se naşte copilul. Nu, pentru ea nu mai merita. I-am uitat de mult numele şi probabil şi femeile pe care le- a îngrijit.

Felul lui Nelly, angajamentul şi, desigur, experienţa şi competenţa profesională le scutesc pe gravide de naşteri care durează 36 de ore şi se termină apoi prin cezariană. Auzim destul de des asemenea poveşti de groază, un alt motiv pentru care gravidele o caută pe Nelly, pentru că au trăit ele însele aşa ceva sau cunosc asemenea experienţe din cercul apropiat. Ele caută siguranţă la Nelly, cu certitudinea că nu vor fi lăsate 36 de ore şi abia apoi li se va face cezariană.

Concepţia lui Nelly despre obstetrică - să lăsăm pentru o clipă cuvântul să-şi facă efectul - este ajutorul la naştere. Nu practicăm „aşteptarea naşterii", pentru ca, dacă copilul nu se naşte singur, să facem apoi cezariană. Din experienţa mea, Nelly aşteaptă cu cezariana până când nu mai are sens să se continue naşterea naturală. Nu numai femeile în timpul naşterii, ci şi eu apreciem foarte mult această „obstetrică activă", deoarece, după practica generală, ar trebui să ne redenumim profesia în „cei care aşteaptă naşterea", un mod nedemn de a trata oamenii.

Simt entuziasmul şi fascinaţia pe care le are în chemarea ei de a ajuta femeile însărcinate. După fiecare naştere ne îmbrăţişăm de fericire.

Datorită colaborării excelente şi, mai ales, a prieteniei loiale şi sincere care s-a dezvoltat cu Nelly de-a lungul multor ani, îmi doresc să nu se retragă încă mult timp. Le doresc acest lucru şi gravidelor. Din inimă, toate cele bune pentru tine, Nelly, şi pentru familia ta.

Ad multos annos.

Dr. Stephan Gastroph

Paginile 186–189 · Ca orice copil

Eu însămi am trăit vindecarea, pentru că mi s-a permis să însoţesc un „copil tăcut" pe această lume, cu deplină demnitate şi respect faţă de mamă şi copil, după ce suferisem o traumă profundă la „naşterea tăcută" a nepoatei mele Ana Louiza.

A fost o sarcină fără complicaţii. Nu mă neliniştisem inutil, iar micuţul nu-mi dăduse niciun motiv. Deşi nu voiam să mă las prinsă în isteria generală a căutării unei moaşe bune, am început totuşi destul de devreme să caut. Nu vrei să greşeşti nimic. O prietenă bună mi-a povestit despre Nelly. Spunea că era mai mult decât o moaşă. O femeie specială, căreia îi datora multe. Totuşi existau şi câteva „daruri": 1. Nu lucra cu orice femeie, ci numai cu cele care acceptau felul ei de a lucra. 2. Nu purta nicio discuţie înainte de săptămâna a 20-a. 3. Avea „clinica ei" şi „medicul ei" şi exista acea cale sau niciuna.

Nu era neapărat ceea ce spuneau paginile clasice de informare despre moaşe, dar aveam sentimentul că ni s-ar putea potrivi. Înaintea primei discuţii, aproape zece săptămâni mai târziu, tot eram emoţionată, dar mi-am dat repede seama că nu aveam motiv. Nelly mi-a explicat cum lucrează. De ce considera ceea ce defineşte de fapt rolul lor. Mă simţeam bine cu

această femeie, care purta în ea un fel de cunoaştere ce nu îşi mai găseşte prea des drumul către sala de naşteri. O cunoaştere care le încuraja pe mame să lase uneori ghidul deoparte şi să-şi asculte din nou mai mult instinctul.

Tot instinctul meu mi-a spus apoi că ceva nu era în regulă. Trecerea dintre ianuarie şi februarie, pe care Nelly o estimase ca perioadă probabilă a naşterii, trecuse fără să apară contracţii puternice. Eram puţin nerăbdătoare, dar nu atât de mult încât să nu mai pot suporta. Controalele săptămânale la Nelly şi la medicul care urma să asiste naşterea arătau că semnele naşterii nu erau încă pronunţate şi că probabil mai aveau să treacă câteva zile. În rest, nimic neobişnuit. Toate valorile erau „perfecte".

Apoi m-am trezit în dimineaţa zilei de 5 februarie. După luni întregi, fusese prima noapte în care dormisem neîntrerupt. Îmi amintesc sentimentul de nedumerire. Mersul nocturn la toaletă, întoarcerea de pe o parte pe alta, toate deveniseră deja o obişnuinţă. Am sunat-o pe Nelly să o întreb dacă aş putea veni în acea zi la un control şi la prânz am pornit spre ea. Ajunsă pe canapeaua ei, am conectat aparatul CTG. Când nu s-a auzit imediat acel zgomot caracteristic, l-am repoziţionat. Existau explicaţii posibile pentru faptul că sunetele nu erau clare, de exemplu poziţia copilului. Când, în cele din urmă, s-a auzit ceva, m-am liniştit pentru moment. Mă agăţam recunoscătoare de orice fir de speranţă că totul era în regulă. De unde aş fi putut şti că auzeam propria mea inimă agitată bătând?

Pe drumul spre clinică am vorbit puţin. Ecografia urma să ne ofere mai multă claritate, orice ar fi însemnat asta. Mi-am alungat toate gândurile şi ne-am dus direct la clinică. Nelly îşi ascundea neliniştea, deşi observam că era îngrijorată. M-a examinat o doctoriţă tânără şi ea a formulat cea mai rea dintre toate temerile: îi părea rău. Nu putea constata activitate cardiacă la fiul meu. Următoarele minute, poate chiar ore, au trecut pe lângă mine ca într-o transă. Soţul meu, care îşi smulgea părul, privirea lui goală. Telefonul către mama mea, lipsa cuvintelor. Şi mereu privirea spre aparatul de ecografie. Nicio mişcare acolo unde sângele ar fi trebuit să curgă prin camerele inimii.

A venit medicul-şef şi am discutat opţiunile. Între timp se făcuse seară, iar perspectiva de a rămâne în spital, de a lua un medicament care să stimuleze contracţiile şi de a aştepta primele contracţii în jurul miezului nopţii mi se părea un coşmar. Nelly s-a oferit să mă examineze „în felul ei" şi să pornească puţin contracţiile, urmând să ne revedem cel târziu în dimineaţa următoare la spital. Am fost de acord, deşi nu-mi puteam imagina cu adevărat că vor începe contracţiile, pentru că copilul meu nu mai era capabil să pornească singur la drum. Oricum, îmi era complet de neînţeles cum putea un corp să ducă la capăt ceva atât de complex precum o naştere când unul dintre principalii participanţi nu mai putea participa. Cum ar fi putut toţi hormonii să fie eliberaţi în aşa fel încât să-mi pot aduce copilul pe lume?

Ajunsă acasă, am ştiut că, pentru acel moment, luaserăm decizia corectă. Era bine să simt căldura locuinţei, îmbrăţişările tăcute, mişcarea timidă din coadă a câinelui nostru. Încă aveam impresia că toate acestea i se întâmplau altcuiva, de a cărui soartă eram doar vag implicată. Privirea neîncrezătoare către burta mea. Era încă la fel de rotundă ca ieri, doar că dintr-odată totul era altfel. Ştiam că trebuie să-mi adun toate puterile pentru a trece prin această naştere. Voiam să-mi aduc copilul pe lume pentru a-mi putea lua rămas-bun de la el.

Puţinele texte pe care le-am găsit m-au convins, în ciuda temerilor mele, să încerc o naştere naturală şi să recurg la cezariană doar în caz de urgenţă. Să procesez naşterea, să-mi primesc

copilul fiind pe deplin conştientă, acesta era primul pas al unui drum lung numit rămas-bun. Nu tot ce citeai era încurajator. O naştere a unui copil mort putea dura multe ore, chiar zile. Totul era foarte complex. Pentru scurt timp s-a pus întrebarea dacă un spital mai mare avea mai multă experienţă şi era mai bine pregătit medical pentru o asemenea naştere. Vedeam avantajele, dar ştiam şi că pentru mine conta acum mai ales un singur lucru: oamenii pe care îi aveam în jurul meu şi în care aveam încredere.

Ştiam că Nelly va fi alături de mine şi de aceea am sunat-o când, la ora două noaptea, contracţiile au început încet. Nu a părut surprinsă şi nu am întrebat-o dacă dormise măcar. Ne-am dat întâlnire la ora patru la spital.

Când am ajuns, aveam deja contracţii regulate. Nelly ne-a primit cu o rutină care ne-a făcut bine. Nu am vorbit despre posibile complicaţii sau despre teama că peste două zile am putea fi încă în sala de naşteri. Eu eram pregătită să dau tot ce puteam, iar Nelly era pregătită să facă tot ce îi stătea în putere pentru a-mi aduce copilul pe lume în câteva ore. Pentru amândouă exista un singur gând care ne unea şi care, în orele următoare, ne-a dat puterea să continuăm: voiam să îi arătăm băieţelului meu drumul spre lume şi să îl primim aici. Voiam să îl tratăm la fel ca pe orice alt copil.

Au urmat ore în care contracţiile veneau peste mine în valuri, Nelly mă liniştea şi mă încuraja pe rând, iar corpul meu lupta. După patru ore în sala de naşteri, la 6 februarie, ora 09:00, Nelly îl ţinea pe băieţelul nostru în mâini şi nu a ezitat nicio secundă înainte să mi-l aşeze pe burtă. Era atât de cald, moale şi fin, încât ai fi crezut că în orice clipă va deschide totuşi ochii. Camera s-a umplut de tăcere, iar lacrimile ni se prelingeau încet pe obraji în timp ce priveam această mică fiinţă perfectă. Era atât de frumos. Micul nostru Ferdinand.

Asistentele ne-au primit cu multă grijă şi ne-au oferit tot ce era necesar. Ferdinand a venit cu noi în cameră şi, în acea zi specială, l-am putut avea alături. Părinţii şi fraţii noştri au venit să îl întâmpine şi să îşi ia rămas-bun, iar el şi-a găsit locul în familia noastră la fel ca orice copil. Fotografa specializată în fotografierea copiilor- stea, chemată de una dintre asistente, m-a făcut iniţial sceptică; subestimasem importanţa fotografiilor. Abia mai târziu mi-am dat seama cât de importante au fost toate aceste lucruri pentru procesul nostru de doliu. Acea zi, acele imagini preţioase, acele momente de amintire au devenit de neînlocuit pentru noi.

Alexandra

Paginile 190–191

Când privesc astăzi înapoi la etapele mele, mi-am dorit doar două lucruri:

· Să ajut femeile să nască după filosofia mea - ASISTENŢĂ ACTIVĂ LA NAŞTERE.

· Să transmit mai departe cunoştinţele mele.

Dacă aţi citit până aici, atunci ştiţi că mi-am asistat ÎNTOTDEAUNA femeile în mod ACTIV la naştere, dar nimeni nu s-a interesat de cunoştinţele mele.

Ajutor, dar numai atunci când este necesar

La mijlocul lunii noiembrie am venit cu soţul meu la München pentru a naşte cu Nelly. Prietena mea trăise o naştere traumatică la primul ei copil şi îmi povestise cât de bine şi uşor decursese naşterea celui de-al doilea copil cu Nelly. Pentru mine era clar că voi naşte numai

cu Nelly.

Dacă vrei să o descrii pe Nelly în câteva cuvinte, e foarte simplu: „să fii îndrăgostit de viaţă”. Naşterea este un moment important în concepţia ei holistică despre viaţă. Pentru Nelly, rolul ei este clar: ajutor, dar numai atunci când este necesar. Din acest motiv încearcă să „citească” misterul vieţii noi care creşte încă înainte de naştere şi construieşte de la început o legătură cu copilul. Din aceasta fac parte istoricul naşterii părinţilor şi tot ce ţine de aura energetic-spirituală. La final vine aspectul fizic: examinarea şi pregătirea pentru naştere. Toate acestea cu mult respect şi cu o deschidere mentală deplină.

Pentru că locuim în Dublin, organizarea nu a fost la început foarte uşoară pentru noi. Până la mijlocul lui noiembrie chiar am mai lucrat în orchestră - concediul de maternitate în Irlanda începe de regulă cu două săptămâni înainte de naştere - iar la medicul din Dublin totul era mereu „OK”.

Dar când am întâlnit-o pentru prima dată pe Nelly, m-a examinat foarte atent. A spus că era puţin îngrijorată, deoarece, după părerea ei, copilul era deja „gata” şi, din acest motiv, bătăile inimii nu mai erau atât de bune. Ne-a explicat că fiecare copil se dezvoltă diferit şi că, în cazul meu, era de neconceput să aşteptăm până în săptămâna 40. Am fost foarte surprinşi, deoarece termenul naşterii trebuia să fie abia la mijlocul lui decembrie. Ginecologul a constatat în ziua următoare acelaşi lucru pe care Nelly îl observase deja cu mâinile şi intuiţia ei. Din acea zi am mers aproape din două în două zile la Nelly pentru examinare. La 1 decembrie, Nelly a spus că nu mai poate prelua responsabilitatea dacă mai aşteptăm. Astfel, naşterea mea a fost declanşată la 4 decembrie. Mai întâi am încercat pe cale naturală cu mâncare grecească şi, mai târziu, două cocktailuri pentru contracţii cu ulei de ricin. Deoarece contracţiile nu au venit, Nelly a declanşat contracţiile cu puţină oxitocină. Având în vedere constituţia mea, Nelly a spus că aveam neapărat nevoie de o epidurală, pentru că altfel nu putea lucra cu mine. Mi-a explicat că trebuie să lucreze mult cu mâinile şi că acest lucru merge, desigur, bine atunci când eu sunt relaxată. Altfel ar exista, în cazul meu, riscul ca copilul „să nu treacă” şi să avem nevoie de cezariană.

Epidurala a fost montată în jurul orei 18:00, iar Nelly a început să deschidă încet colul uterin cu mâinile. La ora 21:45, mica noastră Nina Matilde s-a născut.

Pentru că amândoi suntem muzicieni, putem compara mai bine felul lui Nelly de a acţiona în sala de naşteri cu un eveniment muzical. Ea este ca un dirijor care a descifrat deja toate tainele profesiei sale, dar ştie exact că fiecare reprezentaţie este o premieră şi că, la fiecare reluare, muzica este interpretată din nou. Cu experienţa ei ne-a condus perfect. Soţul meu trebuie mereu să facă ceva şi să ajute. Dar Nelly este o combinaţie între solist şi dirijor, pentru că realizează atât de mult cu mâinile ei. Singura diferenţă faţă de profesia noastră este responsabilitatea. Ea nu are voie să cânte nicio notă greşită! Noi, ca muzicieni, desigur că nici noi, dar din fericire avem mereu o a doua şansă...

Dar munca lui Nelly nu se încheie aici. Un nou-născut „trebuie” să trăiască un ritual de bun venit: o lumânare cu două funde roşii, pe care sunt scrise numele şi data naşterii. Prima baie cu lapte şi miere în apă caldă ar trebui să lumineze copilul. Micuţa noastră s-a relaxat uimitor de bine; şi-a întins cu plăcere picioarele şi braţele în toate direcţiile. Acum, după trei luni, înţelegem şi mai bine semnificaţia mai profundă a acestui ritual. Mai ales de când Nina a început, după numai trei săptămâni, să doarmă noaptea aproape şase ore neîntrerupt.

Apoi urmează masajele şi miile de recomandări. Iar acum, aproape în fiecare dimineaţă după o noapte odihnitoare, vrem mereu să îi mulţumim lui Nelly pentru introducerea atât de naturală a fiicei noastre în viaţă.

Nina Mathilda

Pagina 192

Capitolul 6 – Etapele mele în Germania

Nelly este un fenomen!

Oricine şi-a adus copilul pe lume împreună cu Nelly ştie despre ce vorbim. Înainte auzisem multe despre ea şi eram extrem de curioşi să o cunoaştem.

Cu experienţa ei nesfârşită, cu prezenţa ei şi cu „felul lui Nelly", a reuşit, în doar câteva minute, să trezească şi în noi sentimentul de siguranţă şi o încredere aproape oarbă. Îndoielile şi temerile pe care le are fiecare înainte de naşterea primului său copil parcă dispăruseră.

Când, în sfârşit, a sosit momentul, Nelly a făcut din naşterea fiului nostru Levi o experienţă minunată şi de neuitat.

Mulţumim, dragă Nelly, pentru felul tău direct, deschis, pozitiv, sigur pe sine şi iubitor!

Carina, Mario & Levi

Pagina 193

Niciun cuvânt, nicio petrecere

Dragă Nelly,

minunatul meu drum alături de tine a început deja acum 35 de ani, pentru că acum 35 de ani TU m-ai ajutat să vin pe această lume.

Toată viaţa mea am simţit ce legătură profundă am cu tine şi nimic nu mi-am dorit mai mult decât ca şi copiii mei să găsească, prin mâinile tale, drumul spre acest pământ.

Vineri, 13 august 2010, a sosit momentul...

Prima noastră comoară de aur, Jona, s-a născut cu ajutorul tău. Pe cea de-a doua inimioară a noastră, Amely, am avut voie să o primesc împreună cu tine sâmbătă, 5 mai 2012, iar al treilea nostru pui, Luis, a văzut lumina lumii prin mâinile tale, vineri, 11 martie 2016.

NIMIC

nu ar putea exprima ceea ce simt pentru toate naşterile alături de TINE. Ele sunt întipărite adânc în inima mea precum nişte sanctuare.

În fiecare zi, când îmi privesc copiii, când îi trăiesc şi îi simt, retrăiesc aceste minuni mereu din nou.

Cu mare veneraţie, iubire şi smerenie îţi mulţumesc din toată inima pentru cele mai mari minuni din viaţa mea, pe care am avut voie să le trăiesc alături de tine.

Cu iubire profundă, a ta, Katharina

Pagina 194

Capitolul 6 – Etapele mele în Germania

Pentru că încă sper ca copiii copiilor pe care i-am adus pe lume să transmită mai departe o parte din cunoştinţele mele, am scris această carte.

Cu profundă recunoştinţă,

Nelly Niculina Stancescu

„Ce fac dacă nu pot avea sprijinul activ al moaşei Nelly?”

Capitolul 7 – Ghid

Pagina 199

Pe paginile următoare doresc să le ofer femeilor care vor să rămână însărcinate, care sunt deja însărcinate sau care şi-au născut deja copilul câteva sfaturi pentru perioada sarcinii, naştere şi perioada de după aceea.

După motto-ul: Ce fac dacă nu pot beneficia de sprijinul activ al moaşei Nelly? Sarcina

Fă controalele obişnuite la medicul ginecolog. Fără investigaţii speciale suplimentare şi complicate.

Urmează-ţi propriile senzaţii. Dacă eşti obosită, atunci dormi. Dacă eşti epuizată, atunci fă o pauză. Gândeşte-te mai întâi la tine şi la nevoile tale, în loc să te neliniştești în primele săptămâni dacă vei obţine un loc la clinică. Dacă vii la naştere fără înscriere, îţi vei naşte copilul oricum. Clinica nu are voie să refuze o femeie însărcinată aflată în procesul naşterii.

În primele trei luni, împărtăşeşte bucuria sarcinii tale cu oamenii cei mai dragi ţie. Eliberează-te de tot ceea ce îţi provoacă teamă.

Dacă te hotărăşti să urmezi un curs de pregătire pentru naştere, atunci întreabă- te, în cazul sfaturilor primite, dacă acestea sunt bune pentru tine, dacă ceea ce se recomandă îţi face bine ţie şi copilului tău.

Dacă la curs se exersează această respiraţie de împingere, atunci gândeşte-te dacă este bine să faci acest lucru. Imaginează-ţi că tu şi copilul tău vă aflaţi într-o stare de relaxare şi linişte deplină şi, dintr-odată, trebuie să exersezi aceste tehnici active. Toate acestea sunt teorie, practica arată altfel.

Dacă citeşti cărţi despre sarcină, atunci reţine doar ceea ce ţi se pare plauzibil şi, bineînţeles, ceea ce îţi face bine. Din experienţa mea, în trecut, femeile care erau mai puţin pregătite aveau o naştere mai bună.

Mănâncă şi bea ceea ce îţi place şi ceea ce este sănătos pentru tine şi copilul tău. Noi, străinii, răsfăţăm foarte mult femeia, îi îndeplinim poftele. Dacă mănânci carne, atunci nu este benefic să devii de pe o zi pe alta vegană sau vegetariană. Consumă numai alimente de bună calitate, care provin din regiune şi care se potrivesc anotimpului. Mănâncă pur şi simplu ceea ce îţi place şi ceea ce creşte şi la noi în anotimpul respectiv.

Pagina 200

Nu recomand suplimentele alimentare. În schimb, mănâncă alimente sănătoase care conţin aceste vitamine. Nu mânca după vreo modă, doar pentru că ai găsit-o pe internet. Desigur, faci o excepţie dacă valorile analizelor tale de sânge sunt proaste. Atunci poţi, de exemplu, să bei suc Rotkäppchen sau să mănânci mai des o salată de sfeclă roşie. O alimentaţie după Maria Treben este, de asemenea, foarte bună în acest caz. Dacă numărul globulelor roşii scade, te rog să iei neapărat legătura cu medicul tău ginecolog pentru a primi o perfuzie cu fier, respectiv o consultaţie medicală.

Dacă nu ai nicio problemă, nu trebuie să iei nici medicamente. Oferă-i corpului tău şansa de a se adapta în mod natural. Un exces de minerale nu este benefic. După părerea mea, magneziul poate fi luat până în săptămâna 36, după aceea nu îl mai recomand femeilor mele, deoarece astfel tonusul uterin îşi pierde activitatea asociată contracţiilor.

Dacă nu simţi nevoia să mergi la plimbare, atunci nu trebuie să o faci doar pentru că, în general, este recomandat tuturor femeilor însărcinate. Dimpotrivă: întinde-te cu o pătură pe iarbă şi simte pământul. Lasă-ţi picioarele să atârne într- o apă curgătoare. Însă nu într-un lac cu apă stătută. Nu merge să înoţi într-o piscină publică. Temperatura apei este de cele mai multe ori prea scăzută, apa conţine clor, iar riscul de infecţie cu streptococi de grup B este crescut.

Dacă eşti o persoană activă din punct de vedere sportiv, continuă să faci sport atât timp cât te simţi bine făcând acest lucru. Dacă înainte de sarcină nu făceai sport, atunci nu începe brusc să faci sport în timpul sarcinii.

Sunt adepta naturaleţii în procesul naşterii şi în timpul sarcinii. Există însă unele lucruri care pot avea într-adevăr un efect de susţinere. Prin yoga pentru gravide, femeile învaţă să se lase în voia efortului şi, în acelaşi timp, să rămână conectate la respiraţia lor. Femeile sunt mai centrate, mai conectate cu ele însele şi, de cele mai multe ori, au o percepţie mai intensă asupra corpului lor şi a copilului lor. Iar acesta este un avantaj incontestabil pentru naştere. Ele sunt capabile să renunţe la control în procesul naşterii şi să aibă încredere în moaşă. Dificultatea este, de fapt, să îţi opreşti gândurile atunci când te afli în timpul contracţiilor, astfel încât să nu stai în calea propriului corp.

Nu trebuie să faci masaj perineal cu ulei. După părerea mea, acesta se face în timpul naşterii şi este responsabilitatea moaşei. Începând cu săptămâna 36, le recomand femeilor mele să aducă uleiul amestecat de mine atunci când are loc o examinare şi, bineînţeles, apoi şi pentru naştere.

Pagina 201

Ca femeie însărcinată, nu trebuie să te simţi ca o ratată dacă eşti obosită şi nu ai chef să respecţi programările. Pur şi simplu încetineşte ritmul şi întinde-te. Nu ar trebui niciodată să ai mustrări de conştiinţă dacă nu vrei să faci ceva. Sinceritatea faţă de copilul tău este mult mai importantă. El simte în burtă dacă ceva este sincer şi dorit sau nu şi te protejează ca viitoare mamă.

După părerea mea, săptămâna 34 de sarcină este cel mai bun moment pentru pregătire, dacă vrei să urmezi un curs. Atunci eşti deja în concediul de maternitate şi poţi participa la cursuri la prânz. Petrece mai degrabă timpul seara cu partenerul tău. Ai încredere în tine şi în corpul

tău. Nici faptul că ai urmat un curs de pregătire pentru naştere nu înseamnă că vei avea o naştere bună. Femeile care au avut o sarcină dificilă nu trebuie să aibă automat o naştere dificilă. La fel cum femeile care au avut o sarcină bună nu vor avea neapărat o naştere bună. Lasă ziua celei mai mari experienţe a tale să vină spre tine cu curiozitate şi cu multă încredere.

Naşterea

Există mai mulţi factori declanşatori pentru naştere şi pentru drumul spre spital. În niciun caz nu trebuie să numeri contracţiile şi să estimezi intervalul de timp dintre ele, aşa cum scrie în cărţi. Dacă ai sentimentul că acasă nimeni nu te poate ajuta la fel de bine ca la clinică, atunci porneşte spre spital. Nu trebuie să suni acolo înainte, ci poţi merge direct. Nici la telefon nu vei primi un răspuns cu privire la starea ta. Fără o examinare nu se poate pune un diagnostic. În plus: dacă auzi la telefon că clinica este plină sau că este foarte mult de lucru, în mod firesc te vei teme că nu vor avea timp pentru tine. Nici atunci nu aş recomanda să chemi serviciul de ambulanţă, cu excepţia cazului în care este vorba despre o prezentaţie pelviană, ruperea membranelor sau o naştere prematură.

Dacă ai sângerări fără motiv (cheaguri sau sânge de culoare deschisă), fără să fi avut contact sexual sau fără să fi fost examinată de medicul ginecolog, atunci ar trebui să mergi imediat la clinică cu serviciul de ambulanţă.

Eu nu aş merge niciodată într-o clinică doar pentru a fi examinată cu aparatele, fără ca moaşa să mă examineze şi cu mâinile ei. Astfel, ea verifică ce se întâmplă. Acest lucru este INDISPENSABIL. De asemenea, nu aş merge acasă dacă m-aş simţi mai bine în clinică, chiar dacă aparatele spun că totul este în regulă. Nu te lăsa descurajată şi, poate, chiar convinsă că, din cauza riscului de infecţie, este mai bine să nu fii examinată. Eu...

Eu recomand să soliciţi un examen vaginal începând cu săptămâna 36. Riscul de infecţie este mai mare dacă ţi se rup membranele şi apoi eşti trimisă în cadă. Nu pleca acasă înainte să primeşti confirmarea că totul este în regulă. Fără examinare, nu se poate obţine nici o imagine sigură asupra situaţiei.

După ce moaşa te-a internat şi te afli în sala de naşteri, apare adesea efectul „dentistului”: contracţiile dispar şi aproape că nu mai simţi niciun disconfort. De obicei, le trimit pe femei pentru scurt timp afară, împreună cu soţul lor. Le recomand să bea o cafea şi să mănânce ceva uşor. În această stare de relaxare se poate aprecia cel mai bine cum te simţi. Apoi contracţiile revin, iar femeile se întorc. Dacă aşteptarea durează prea mult şi simţi că nu primeşti îngrijirea necesară, trebuie să ai curajul să spui acest lucru. Să ţi se ofere şi opţiunea unei anestezii peridurale. Şi nu abia când eşti complet epuizată, ci la timp, astfel încât copilul să aibă o mamă relaxată şi să existe destul timp pentru ca femeia să se poată lăsa în voia momentului. Pentru mine, anestezia peridurală este cea mai bună modalitate de a proteja o femeie de cezariană, dacă este făcută la timp. După administrarea ei, copilul dă repede semne şi arată dacă mama este mai relaxată sau dacă, în ciuda relaxării, copilul nu va putea trece prin canalul de naştere.

În timpul naşterii se simte o presiune foarte puternică asupra fundului. Din păcate, aproape toate femeile se jenează să lase această presiune să se manifeste. Le explic fiecărei femei că

naşterea este o curăţare. Dacă trebuie să vomiţi sau ai senzaţia că urmează să ai diaree, este un semn bun. Dacă femeia îmi mai spune că nu a avut contracţii, dar a trebuit să meargă tot timpul la toaletă, atunci mă bucur, ca moaşă. Şi acesta este un proces de curăţare. Astfel, copilul îşi face loc. Dacă nu ai toate aceste simptome, cere o clismă caldă. Adesea, aceasta face minuni. Dar nu cere o clismă pentru că ţi-e ruşine să te murdăreşti în pat, ci pentru că îţi va face bine şi pentru că în pat trebuie pur şi simplu să te poţi relaxa.

Dacă te eliberezi de sentimentul neplăcut că nu vrei să te murdăreşti în pat, totul va fi bine. Nu fac clisma în primul rând pentru curăţare, ci pentru că ajută colul uterin să se înmoaie. Astfel, copilului îi este mai uşor. Am avut rezultate bune şi cu o sticlă cu apă caldă sau cu perne cu sâmburi de cireşe încălzite, aşezate între picioare.

Te rog să nu te ruşinezi dacă ai diaree sau dacă trebuie să vomiţi. Nu este nicio ruşine. Femeile mele străine nu aşteaptă până aduc tăviţa renală. Ele lasă totul să iasă, dau totul afară. Fără jenă. Şi acest lucru este normal. Tot ele sunt cele care ţipă tare. Dar nu pentru că au învăţat acest lucru la cursul de pregătire pentru naştere...

Pagina 203

...ci pentru ca ele să fie ascultate şi să primească ajutorul potrivit. Învăţaţi-le să facă acest lucru. Astfel, nu veţi avea doar o NAŞTERE, ci şi AJUTOR la nastere.

Dacă bebeluşul tău se află într-o poziţie nefavorabilă, lasă-l aşa. Nu încerca să-l întorci şi nici să faci tot posibilul pentru a-i schimba poziţia. Dintre cele trei poziţii, prezentaţia craniană, prezentaţia pelviană şi poziţia transversală , poziţia transversală este cea mai nefavorabilă. În acest caz, naşterea se poate face doar prin cezariană. Se întâmplă cel mai adesea la femeile care au mai născut. Prin întoarcerea externă a copilului din prezentaţie pelviană în prezentaţie craniană se pot întâmpla multe, chiar şi ca bebeluşul să ajungă în poziţie transversală. Copilul decide şi îşi determină poziţia. Ştie foarte bine de ce a ales-o. Consider că intervenţia din exterior este foarte îngrijorătoare.

În ceea ce priveşte tăierea cordonului ombilical, care a devenit între timp o modă, vă pot spune că un bărbat nu devine un tată mai bun doar pentru că a făcut acest lucru. Dacă îşi doreşte cu adevărat şi dacă este posibil, recomand să lăsaţi cordonul să se desprindă de la sine. Să faceţi acest lucru împreună şi să lăsaţi copilul să se desprindă.

Din 2004 recomand ca, după naştere, familia să stea timp de trei zile într-o cameră de familie. Sub supravegherea şi îngrijirea asistentei pediatrice, familia ajunge să se cunoască, iar membrii ei capătă mai multă experienţă în îngrijirea copilului înainte de a ajunge acasă.

Îngrijirea după naştere

În Germania, fiecare femeie care a născut are dreptul la o moaşă pentru îngrijirea după naştere. Am constatat că mă contactează gravide care, în ciuda a 30 de telefoane, nu reuşesc să găsească o moaşă pentru această perioadă. Vă recomand să faceţi demersuri şi să vă susţineţi drepturile. Amintiţi-vă ce am spus mai sus despre anii ’80 şi ’90.

Alăptarea şi primele mese

Mi-aş dori ca femeilor să li se înlăture teama că, dacă nu alăptează, nu sunt mame pe deplin, că au eşuat şi că ele vor face cancer la sân, iar copiii lor vor avea alergii. Copiii se pot dezvolta atât de frumos dacă îi lăsăm, avem încredere în ei şi le oferim spaţiul necesar. Tu, ca mamă,

trebuie să te gândeşti întotdeauna mai întâi la tine, ca să poţi produce lapte de calitate. Dacă nu ai mâncat bine, nici nu poţi oferi lapte bun. Pregăteşte-ţi o masă bună şi hrănitoare, o supă de pui. O poţi pregăti singură în cantitate mare sau poţi ruga pe cineva din familie să o facă, apoi o poţi congela în porţii.

Pagina 204

„Dacă ai grijă de starea ta de bine şi de o alimentaţie bună, acest lucru se va reflecta asupra calităţii laptelui tău. Copilul este mai fericit." (Nelly Niculina Stancescu) În timpul alăptării, copilul tău nu trebuie să poarte nimic pe cap. La următoarea alăptare, începi cu sânul care a fost oferit ultimul la alăptarea precedentă. Cu ajutorul unei mici panglici prinse de sutien îţi poţi aminti care a fost acesta.

Ca moaşă cu experienţă, interzic şi slăbitul în perioada alăptării. Calitatea laptelui se înrăutăţeşte. După părerea mea, o femeie care alăptează are nevoie de cel puţin patru mese pe zi.

Dacă copilul tău doarme în timpul zilei şi bea puţin lapte, atunci, bineînţeles, va cere lapte noaptea. Fără sprijinul tău ca mamă, copilul nu îşi va găsi un ritm normal.

Observă-ţi copilul începând cu luna a patra sau a cincea. Multe femei mi-au povestit că bebeluşii dau imediat drumul sânului mamei atunci când stau împreună cu părinţii la masă. Privesc cu jind la mâncarea de pe masă şi la ceea ce părinţii îşi duc la gură. Nu există niciun motiv să nu le dai şi copiilor puţin din acea mâncare. Din această perioadă poţi începe să îi dai copilului şi alte alimente pe lângă lapte, înlocuind din când în când o masă cu legume, fructe sau griş.

Recomand ca, după ce copilul a băut, să nu îl baţi pe spate. De cele mai multe ori, acest lucru nu face decât să provoace copilul să înceapă să regurgiteze. Există râgâieli şi gaze. Un copil care elimină gaze nu trebuie neapărat să râgâie şi invers. Mângâie copilul uşor şi aşază-l pe o parte pentru a dormi. În primele luni, cât timp copilul încă nu se poate întoarce singur, nu recomand să fie culcat pe spate.

Recomand ca laptele, biberoanele şi borcănelele să nu fie încălzite în cuptorul cu microunde. Radiaţiile sunt dăunătoare pentru mâncare. Mâncarea poate fi încălzită la fel de bine într-o cană mai mare.

Te rog să îi dai copilului tău apă. Din păcate, a devenit modern să nu li se mai dea apă copiilor. Noi, oamenii, putem rezista mult timp fără hrană, dar nu fără apă. Iar laptele este hrană, apa este lichid.

Pagina 205

Babyphone & Co. Contrar opiniei de astăzi, este complet inutil să cumpăraţi aparate care produc rezonanţe şi înregistrează fiecare sunet al copilului. O mamă care se află în perioada de lăuzie îşi va auzi întotdeauna copilul, chiar dacă acesta s-ar afla la kilometri distanţă.

În plus, recomand să nu ţineţi copilul în apropierea aparatelor electronice, adică televizor, PC, laptop, telefon mobil etc. Îţi faci astfel un bine atât ţie, cât şi, bineînţeles, copilului tău. Radiaţiile sunt nocive.

De asemenea, nu recomand salteaua electronică de urgenţă care se află în patul copilului.

Radiaţiile îi fac copilului mult mai mult rău decât să îţi învingi teama şi să ai încredere în copilul tău.

Îngrijirea

Te sfătuiesc să îţi speli copilul o dată la două zile, iar după aceea să îi masezi întregul corp. Copilul ar trebui îmbăiat abia atunci când buricul este uscat şi a căzut. Eu aş lăsa buricul aşa cum este. Acesta cade singur atunci când totul s-a vindecat. Moaşa trebuie să îl verifice şi să îl îngrijească. Înveleşte buricul în scutec, atunci nu se poate întâmpla nimic.

Am constatat că, în Germania, crusta de lapte de cele mai multe ori nu este tratată. Dimpotrivă, medicii recomandă să nu fie îndepărtată. Crusta de lapte se formează imediat după naştere, adică în primele zile de viaţă ale copilului. Crusta de lapte este un fel de sebum pe care copiii îl au în pliurile de sub braţe şi sub bărbie. Cel mai frecvent însă apare în jurul fontanelei mari.

Atunci când copiii stau culcaţi pe spate şi pe lateral, prin mişcările lor contribuie automat la curăţarea acestei zone. Am văzut la familii din străinătate că tund foarte scurt părul copilului la patru săptămâni după naştere. Astfel, părinţii observă imediat când se formează crusta de lapte. Pentru ei, aceasta este un fel de murdărie în combinaţie cu o modificare a pielii. Ei vor să împiedice acest lucru şi spală în mod regulat zonele respective.

Recomand ca, începând de la vârsta de aproximativ trei săptămâni, crusta să fie tratată cu grijă cu o perie mai tare pentru bebeluşi, din păr natural. Acest lucru se poate face înainte sau după baie. Ajută şi împotriva mâncărimii. Ar trebui îndepărtată, deoarece există copii care, la vârsta de trei ani, au o zonă mare a capului acoperită de crustă de lapte, ceea ce poate duce la modificări puternice ale pielii.

Începând cu săptămâna a opta, recomand masarea capului cu ulei de migdale, apoi spălarea părului cu un şampon delicat şi, la final, îndepărtarea crustei de lapte cu peria mai tare pentru bebeluşi. Aceeaşi procedură se aplică şi în cazul sprâncenelor, însă în locul periei se foloseşte o periuţă de dinţi.

Pagina 206

Unghiile nu le tai în primele săptămâni, ci le lasi aşa cum sunt. Dacă se rup singure, este în regulă. Dacă unghiile sunt foarte tari şi lungi, atunci le poţi pili foarte atent cu o pilă de nisip.

Copiii nu au nevoie de încăperi încălzite excesiv şi nici să poarte permanent ceva pe cap. Căldură pe corp, da, dar mai degrabă prin înfăşare. Dacă copiii au picioarele şi mâinile reci, nici încălzirea nu ajută. Picioarele şi mâinile trebuie atunci masate, pentru ca circulaţia să fie pusă în mişcare. Poţi încălzi în prealabil pătuţul cu sâmburi de cireşe. În niciun caz nu folosi pături electrice.

Nu curăţa copilul în zona scutecului cu şerveţele umede, ci foloseşte apă caldă şi vată, pe care o găseşti la raionul pentru bebeluşi. Dacă eşti plecată de acasă, poţi lua cu tine un termos cu apă caldă. Mai bine pune puţin ulei de trandafir şi migdale în apă şi curăţă copilul cu acesta. Dacă copilul este ceva mai mare, îl poţi curăţa şi în chiuvetă şi îi poţi ţine şi picioarele puţin sub apă caldă. Acest lucru face bine circulaţiei. Dacă copilul tău are picioarele reci şi transpirate, atunci masează-le în mod regulat. Acest lucru pune în mişcare circulaţia sanguină. Şi în timpul alăptării poţi masa picioarele copilului. În timpul somnului recomand

protejarea capului cu o căciuliţă fără şnururi sau cu o pernuţă mică pentru ceafă, pentru a preveni pierderea căldurii. Deoarece copiii au mereu mâinile şi picioarele reci, recomand, în locul unui sac de dormit, un fel de pătură pentru înfăşat.

Candidoza este şi ea un subiect. Atât pentru tine, ca mamă, cât şi pentru copilul tău. Candidoza apare în acele zone ale mucoasei care sunt întunecate, umede şi calde. Nou-născuţii o dezvoltă mai întâi în cavitatea bucală, apoi pe limbă. După aceea, ciuperca ajunge la maxilar. Dacă copilul tău are candidoză, o ai automat şi tu la sân. Acest lucru nu poate fi evitat dacă alăptezi. De aceea, ar trebui să vă tratezi corespunzător atât pe tine, cât şi pe copilul tău. Există un gel pe care îl poţi folosi cel puţin două până la trei săptămâni. Pe mameloanele tale, precum şi în gura copilului tău. Candidoza urmează de cele mai multe ori drumul de la gură prin corp până la fund şi provoacă acolo aşa-numita candidoză de scutec. Aceste mici pustule nu trebuie tratate cu ulei, deoarece uleiul este şi el un mediu nutritiv pentru ciupercă. Mama care alăptează nu ar trebui să consume, în cazul unei infecţii fungice, următoarele trei alimente: produse lactate, ciocolată şi aluat cu drojdie. Pentru că aceste lucruri stimulează şi mai mult ciuperca. Pentru candidoza din zona anusului recomand pasta cu nistatină.

Aşteaptă cel puţin o perioadă echivalentă cu jumătate de sarcină înainte de a începe să slăbeşti. Orice dietă în perioada alăptării este dăunătoare. Tot ceea ce forţezi mai devreme este nesănătos şi împotriva naturii.

Pagina 207

Ritualuri

Pentru mine, ritualurile înseamnă regularitate în desfăşurarea lucrurilor. Copiii au nevoie de acest lucru şi le şi place, dacă sunt obişnuiţi cu el. Pentru mine este important ca părinţii să renunţe la nesiguranţă şi la temeri în ceea ce priveşte îngrijirea. Nu pot face nimic greşit; singurul lucru care probabil lipseşte la început este experienţa în îngrijirea nou-născutului şi noul ritm. Cel puţin în cazul celor care devin părinţi pentru prima dată. Copilului îi va fi, de asemenea, mult mai bine dacă părinţii nu se gândesc tot timpul că trebuie să facă pentru copil absolut tot ceea ce este posibil. Acest lucru este pur şi simplu exagerat. Ceea ce au nevoie copiii sunt mame care au încredere şi care, prin iubirea lor, îi oferă copilului mult mai mult decât prin toate celelalte lucruri.

Urmarea ritualurilor nu înseamnă doar îngrijire şi îngrijirea corporală, ci şi atingerea copilului. Nu este vorba doar despre faptul că copilul este curăţat, ci pur şi simplu despre timpul petrecut cu părinţii. Un timp pe care îl poate aştepta cu bucurie, pentru că se va întâmpla ceva frumos. Recomand ca seara să fie folosită pentru aceasta. Cu plăcere împreună cu tatăl. Ritualul alăptării

Înainte de a începe ritualul alăptării, poţi încălzi puţin pătuţul în care copilul va fi aşezat după aceea. În acest fel, copilul îşi poate păstra căldura pe care o primeşte de la tine, prin contactul corporal din timpul ritualului. Indiferent de anotimp.

Când începi ritualul alăptării, poţi, de exemplu, să aşezi o pernă de alăptare pe jumătate în jurul abdomenului, adică o jumătate în spate şi o jumătate în faţă. Copilul poate fi apoi aşezat pe ea. Până aproximativ în săptămâna a 8-a până la a 10-a, aş înfăşa puţin copilul cu un scutec textil, aş stabili contact vizual şi i-aş oferi sânul. Alăptarea trebuie să aibă loc în deplină

liniște. Fără ca mama să vorbească la telefon sau să facă alte activităţi în acelaşi timp.

Nici durata suptului nu are importanţă. Unii copii sunt mai lenţi, alţii mai rapizi. După ce copilul aproape adoarme, tatăl îl ridică puţin, îl mângâie uşor de-a lungul coloanei vertebrale, astfel încât să se trezească uşor. Dacă un copil elimină gaze tot timpul, nu trebuie neapărat să râgâie imediat.

După aceea, aşezi copilul pe masa de înfăşat, stabileşti contact vizual şi cureţi copilul în zona scutecului. Mai întâi, cu apă, cureţi zona inghinală şi funduleţul, inclusiv pliurile, tamponezi puţin pentru a usca, apoi aplici uşor ulei. Pentru îngrijirea zonei anusului recomand crema pe care o prepar la farmacie.

Fă-ţi timp şi maseză picioarele copilului, atinge-i mâinile şi faţa. (Acolo se află mulţi muşchi care sunt încordaţi din cauza alăptării.) După aceea, vă puteţi cuibări împreună cu copilul.

Pagina 208

Ritualul băii

Recomand ca baia copilului să se facă seara. Pregăteşte totul pentru masaj şi baie dinainte. Mai întâi poţi da puţin lapte, fie alăptând, fie cu biberonul. Copilul tău va fi astfel mai liniştit. Masează copilul şi fă-i baie după metoda de baie a lui Nelly. După baie, nu îmbrăca imediat copilul, ci tamponează-l uşor pentru a-l usca şi înfăşoară-l în prosoape moi şi într-o pătură. După aceea poţi să-i dai restul de lapte, să îl ţii aproape şi să îl laşi să doarmă în patul încălzit în prealabil. După săptămâna a 8-a recomand să intri în cadă împreună cu copilul. Acest lucru îl poate face cu plăcere şi tatăl, mama sau fraţii. Nu consider că este bine să mergi cu bebeluşul într-o piscină publică în primul an de viaţă. Clorul, bacteriile şi murdăria din apă nu sunt bune pentru copil. De cele mai multe ori, apa este prea rece pentru bebeluş. Aş evita în orice caz înotul pentru bebeluşi, oferit în multe locuri, până când copilul are cel puţin un an.

Ritualul de adormire

Începând cu luna a 6-a, recomand să pui copilul în pat cât timp este treaz. Rămâi lângă el şi cântă-i un cântec de leagăn. Dacă nu îţi place să cânţi, poţi face următoarele:

- Jucării de pluş cu muzică (nu un carusel muzical deasupra patului, acesta împiedică copilul să adoarmă).
- Muzică liniştită, muzică clasică, în funcţie de gustul mamei. Important: întotdeauna acelaşi cântec, aceeaşi melodie.

După părerea mea, fiecare copil este fericit dacă începi ritualul chiar şi mai devreme.

Ritualul masajului

Începând cu săptămâna a 8-a, respectiv a 10-a, recomand, pe lângă masajul de îngrijire, şi masajul bebeluşului.

Acest ritual îi oferă tatălui posibilitatea de a crea o legătură profundă cu copilul, aproape asemănătoare cu cea creată prin alăptare. Masajul bebeluşului trebuie făcut întotdeauna cu bucurie, de bunăvoie, fără sentimentul că trebuie neapărat făcut. Bebeluşii simt imediat dacă acest lucru este făcut de bunăvoie sau nu.

În acest ritual pot fi incluse mici exerciţii de gimnastică. În continuare sunt prezentate exemplele mele de masaj pentru bebeluşi, pe care am început să le folosesc în anul 1991.

Pagina 209

Masajul pentru bebeluşi

Arta atingerii blânde Este o nevoie fundamentală a sugarului să fie atins şi mângâiat cu blândeţe. Atingerea este una dintre cele mai minunate modalităţi de a-i oferi unui bebeluş iubire şi siguranţă.

Masajul este un mijloc de a-i oferi nou-născutului stimulii necesari pentru dezvoltarea sa sănătoasă şi de a intensifica legătura cu persoana de referinţă.

În cursul nostru sunt prezentate multe posibilităţi simple în acest sens.

Ce înseamnă masajul pentru bebeluşi?

Armonia nu poate începe niciodată prea devreme! Prin masajul bebeluşului, liniştea şi forţa părinţilor sunt transmise bebeluşilor. După cum poate ştii deja, fluxurile de energie, atât pozitive, cât şi negative, pot fi întrerupte sau reconectate.

Dacă vezi o persoană care ţine în braţe un bebeluş care plânge, vei observa următoarele: bebeluşul este mângâiat, legănat în braţe (vibraţii) şi i se vorbeşte liniştitor. Uneori i se cântă un cântec sau se fredonează. Toate acestea reprezintă, de asemenea, masaj pentru bebeluşi!

Avantajele masajului pentru bebeluşi

Pentru mame şi taţi

Posibilitatea de comunicare, construirea încrederii, relaxare împreună, ajutor în cazul neliniştii bebeluşului, sentimentul de a fi una cu copilul, schimbul de energie între părinţi şi copil şi posibilitatea de a face ceva pozitiv pentru sine şi pentru bebeluş.

Pentru bebeluş

Bucuria de a atinge şi de a fi atins, lucru care influenţează şi mai târziu comportamentul copilului, dezvoltarea conştientizării propriului corp, un somn mai bun şi rezistenţă la boli.

Nelly-Niculina Stancescu, născută în România, moaşă din 1970 şi, din 1978, în München, a observat, pe baza dezvoltării copiilor şi prin cartea „Mâini blânde” a lui Leboyer, că oamenii din Germania nu îndrăznesc să facă altceva cu bebeluşii decât să îi îngrijească, să îi poarte în braţe şi să le cumpere haine şi jucării scumpe.

Timp de nouă luni, bebeluşul se mişcă în pântecele mamei sale, după aceea stă

Pagina 210

...limitat în pătuţul său. Bebeluşii popoarelor indigene se dezvoltă mai repede, deoarece au un contact corporal mai intens cu mama sau trăiesc în familii numeroase.

Un articol apărut în 1990 despre „moartea subită a sugarului” a convins-o că masajele stimulează circulaţia sanguină şi, astfel, contracarează această moarte infantilă, despre care se discută atât de mult în prezent.

„Masajul zilnic este hrană pentru copil. A hrăni un bebeluş cu atingeri tandre este la fel de important precum a-i umple stomacul.”

Prin masajul pentru bebeluşi pot fi corectate şi uşoare poziţii incorecte congenitale, precum:

- curbura coloanei vertebrale
- nas strâmb
- picioare în seceră
- urechi moi
- cap şi gât asimetrice

Multe probleme ulterioare pot fi evitate prin acest tip de atenţie acordată în perioada de bebeluş.

(Nelly-Niculina Stancescu)

Masajul pentru bebeluşi nu este doar în India o artă tradiţională, transmisă de la mamă la fiică. Şi pe coasta Mării Negre, unde s-au născut Nelly-Niculina Stancescu şi copiii săi, există multe cunoştinţe despre masajul pentru bebeluşi şi metodele de îmbăiere.

Nu există efecte secundare precum în cazul medicamentelor, ci masajul pentru bebeluşi este foarte benefic şi pentru copiii prematuri. Deoarece 30% din uleiul de masaj este absorbit de corp, ar trebui folosite numai uleiuri de calitate superioară

Pagina 212

Ritualul mişcării

La vârsta de două până la trei luni, copiii îşi descoperă mâinile şi se joacă cu ele. După aceea îşi descoperă picioarele. Le place să se joace cu ele. Copiii nu trebuie ţinuţi ocupaţi tot timpul. Până în luna a patra recomand ca bebeluşii să nu fie aşezaţi sub nicio formă pe podea, sub un arc de joacă. La această vârstă, acest arc reprezintă o suprastimulare absolută prin culori şi zgomote.

Copiii sunt curioşi, vor să descopere singuri lumea şi să o privească aşa cum o vedem noi. Începând cu luna a patra, copilul trebuie aşezat pe podea, pe o pătură pentru târât. Acest lucru serveşte la împământare şi, în acelaşi timp, îi oferă posibilitatea de a exersa succesiunile de mişcări şi de a descoperi lumea din poziţia culcat pe burtă. Te rog să nu îi oferi prea multe jucării.

Este recomandat un ţarc de îndată ce copilul începe să se târască. Acesta serveşte drept loc de joacă, dar şi ca protecţie: vrei să întinzi rufele pe terasă, să faci repede un duş sau să rezolvi ceva în bucătărie. În ţarc, copiii se pot ţine, pot încerca să se tragă în sus şi să se ridice în picioare.

În principiu, copiii se bucură foarte mult atunci când taţii preiau ritualurile.

Ritualul pauzei

Dacă în anotimpul cald ai posibilitatea să găseşti o pajişte frumoasă şi curată, atunci întinde-te împreună cu copilul tău pe o pătură. Să simţi aerul proaspăt îţi face bine atât ţie, cât şi copilului tău. Dar, te rog, întotdeauna la umbră. Pentru fiecare anotimp există o cremă de faţă potrivită pentru copilul tău. Nu îl îmbrăca prea gros şi alege un moment al zilei pe care îl poţi include mereu în viaţa de zi cu zi, astfel încât copilul să observe că este un ritual.

Iarna, îţi îmbraci copilul călduros şi faci o plimbare în aer liber, chiar dacă ninge, este frig sau vremea nu este atât de frumoasă. Dacă este posibil, întotdeauna la aceeaşi oră. „Copiii sunt curioşi, vor să descopere singuri lumea şi să o privească aşa cum o vedem noi.”

Pagina 217 · Postfață sau cuvant de incheiere

Există un motiv pentru care, în ultimele decenii, am avut atât de mult succes în sala de naşteri. Aş dori ca şi celelalte moaşe să beneficieze de această experienţă. De aceea povestesc toate aceste lucruri. Nu vreau doar să le sprijin pe moaşele care, până în ziua de astăzi, nu m-au întrebat ce fac eu diferit, de ce şi cum reuşesc să ajut copiii să vină pe lume atât de repede. Îmi doresc mame fericite şi taţi fericiţi.

Astăzi, la vârsta de 70 de ani şi având 50 de ani de experienţă ca moaşă, am găsit curajul de a scrie această carte. A fost o călătorie prin întreaga mea viaţă, prin cele şase etape ale activităţii mele ca moaşă în Germania, cu toate suişurile şi coborâşurile, cu bucurie şi durere.

Începând cu anul 2002, a început perioada mea dificilă şi am devenit conştientă de faptul că pacientele mele mi-au oferit întotdeauna încrederea lor ABSOLUTĂ. Cu toate acestea, am simţit că majoritatea colegelor mele m- au tratat cu respingere. Până în ziua de astăzi, nimic nu s-a schimbat în această privinţă.

Încrederea şi respingerea m-au făcut puternică şi m-au format. Pentru aceasta sunt recunoscătoare.

Nelly Niculina Stancescu