

DOULA, MAJKA MAJKAMA

Nina Novotni, Doula i predsjednica udruge Klub „Doula“

Nazivaju je doulom što na grčkom znači robinja, odnosno ona koja služi. Doula je tu da roditeljima stoji na raspolaganju i ispuni svaku njezinu želju ili potrebu kako bi porod bio što lakši, a dolazak novog bića na svijet što nježniji.

Podrška doule započinje još za vrijeme trudnoće, tijekom koje se postepeno upoznaje s trudnicom, njezinim potrebama, navikama i željama. Upoznavajući ženu, dopušta i da žena upozna nju kako bi mogle ostvariti odnos, povezanost i osjećaj smirenosti, opuštenosti i sigurnosti koji će, kad porod krene, prenijeti iz roditeljskog doma u bolnicu.

Koristeći se tehnikama opuštanja, disanja i masaže, te kretanjem, promjenama položaja ili mirnim promatranjem iz prikrajka doula pruža psihofizički oslonac i individualnu podršku roditeljima. Ključ prisustva doule je u kontinuitetu potpore, kao i u povjerenju te osjećaju sigurnosti koji iz toga proizlazi. „Sve ovo može pospješiti fiziološke porođajne procese, kao i ženin osjećaj kontrole i sposobnosti i tako smanjiti potrebu za rizičnim intervencijama.“ (“1“)

Naime, smanjeni broj intervencija znanstvenici povezuju s prisutstvom doule ili druge bliske osobe (muž, majka, prijateljica) kod poroda. „Cochrane sustavni pregled analizirao je literaturu o kontinuiranoj potpori tijekom porođaja. U analizu su bila uključena 23 klinička pokusa iz 16 zemalja s ukupno 15.228 žena u različitim okruženjima i okolnostima. Najveću korist kontinuirane potpore priskrbile su žene koje su prisustvovala porodu isključivo s ciljem pružanja potpore, koje nisu pripadale društvenoj mreži roditelja, koje su bile iskusne u pružanju potpore tijekom poroda i koje su imale određenu prethodnu edukaciju. Zaključak autora sustavnog pregleda: kontinuirana potpora tijekom porođaja ima klinički značajnu korist za ženu i dijete, a nema poznatih neželjenih posljedica. Sve žene bi trebale imati potporu tijekom porođaja.“ (“1“)

Sa željom da se u Hrvatskoj poveća broj doula, a samim time i njihova dostupnost, od 23. do 26. svibnja u Daruvaru, održat će se prva DONA International* doula obuka koju će voditi certificirana DONA International instruktorka Reka Dezsi iz Mađarske.



**DONA International je najstarija, najveća i najuglednija doula organizacija na svijetu čiji su certifikati na široko poznati kao mjera kvalitete i profesionalnosti.*

Literatura:

1. Hodnett ED, Gates S, Hofmeyr GJ, Sakala C. Continuous support for women during childbirth. Cochrane Database of Systematic Reviews 2012, Issue 10. Art. No.: CD003766. DOI: 10.1002/14651858.CD003766.pub4., cijeli članak raspoloživ na: <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD003766.pub4/abstract>

E-mail: nina.novotni@gmail.com

Mobitel: 098/871-794