

opakovaně, do některých třeba raději, ale spolupráce bývá většinou vstřícná všude a jde opravdu hlavně o to, aby podmínky vyhovovaly rodičím ženě," říká Květa Cermanová. Její kolegyně Lucie Kašová dodává: „Zkušenosti z porodnic mám dobré. Samozřejmě záleží na lidech. Jsou zařízení, která duly vítají jako přínos pro rodičku, ale jsou i taková, kde se na nás hledí nedůvěřivě.“

JAK JI VYBRAT

U nás existuje profesní sdružení České duly, jehož zásady si můžete přečíst na www.mojedula.cz, kde také najdete seznam žen věnujících se této užitečné práci řazený podle jednotlivých regionů. Právě toto sdružení duly vzdělává v psychologii, medicíně, legislativě, podpoře kojení a péči o dítě. Výuka trvá celkem tři a půl roku. Ženy, které se právě učí, jsou duly ve výcviku, ty, jež absolvovaly prezenční část kurzu, ale ještě nesplňují některou z podmínek pro udělení certifikátu, jsou duly absolventky a ty, které splnily veškeré podmínky pro získání osvědčení, jsou duly certifikované. Při výběru si proto vždy zjistíte, jaký stupeň vzdělání ta vámi zvolená absolvovala. Maminky, které takový porod zažily, mají většinou samé pozitivní zkušenosti. „Rodila jsem v Brně-Bohunicích s manželem a zároveň s doulou a příště to udělám taky tak. Bylo to úplně super, věděla jsem po celou dobu, že jsou se mnou lidé, kteří mě chápou (manžel) a rozumí porodu (dula), a tudíž za mě všechno pohlídají. Zvlášť ke konci jsou totiž chvíle, kdy nemáte sílu se rozhodovat sama, zajímá vás jen, kdy bude po všem. Takhle jsme to zvládli úplně bez stresu a s minimální možnou bolestí. Navíc moji dulu už znal personál v nemocnici, což je na přístupu vždy vidět," svěčila se jedna z maminek v internetové diskusi. Mnohdy najdou ženy u duly porozumění, které jen těžko hledají jinde. „Byla to pro mě báječná hodina týdně, kdy jsem mluvila o svém těhotenství s někým, kdo nesrovnával moje zážitky, pocity a přání se svými vlastními prožitky, nehodnotil, neodsuzoval mne, a naopak mne podporoval. Toto byl okamžik, kdy jsem zvolila za důvěrníka místo své matky někoho cizího, i když je to zvláštní – protože tohle by mi máma nikdy poskytnout nedokázala, náš vztah je bohužel takový. Nikdy nepřipustí, že jiný pohled na svět může být také správný, nebo existenci alternativy k věcem, které se podle ní musí vytrpět a nelze jinak. I lékaři mám právo oponovat nebo neudělit k něčemu souhlas," napsala další žena. A že dula dokáže dodat sebejistotu a sebevědomí, potvrzuje i třetí maminka, která rodila ve Vyškově. „Po příjezdu do porodnice jsem byla otevřená a během dvou hodin mi praskla voda. Teoreticky mi začala druhá doba porodní, ale miminko nebylo dorotované. Jelikož jsem ale nechtěla žádné urychlovače, tak jsme to po domluvě s doulou a doktorem nechali na přírodě. Rodila jsem ještě osm hodin. Jinde by to bylo nemyslitelné. V Olomouci mi řekli, že na druhou dobu porodní nechají maximálně dvě hodiny. Nakonec jsem rodila v dřepu u žebřin s pomocí porodní stoličky. I když to trvalo tak dlouho, mám rozhodně pozitivní pocity a všechna ta bolest se dala zvládnout. Klidně bych do toho šla znova. Ale kdybych tam neměla dulu a manžela, tak bych rozhodně zpanikařila, že se pořád nic neděje, a nechala do sebe napíchat oxytocin.“ ■



MAMINČIN ODBORNÍK

Květa Cermanová

Certifikovaná dula. Původní profesí je zdravotní laborantka, má čtyři děti a jedno vnouče. Doulou je od roku 2002, k porodu doprovázela již stovku matek.
www.kvetadula.estranky.cz