



Babiški kafé.

Pogovori o babištvu

Urednici: dr. Zalka Drglin in Irena Šimnovec



Babiški kafé. Pogovori o babištvu

Urednici: dr. Zalka Drglin in Irena Šimnovec

Avtorice: Tea Bevk, Zalka Drglin, Mateja Kusterle, Eva Macun, Sabina Oblak, Nina Radin, Špela Rebernak

Ilustracija in oblikovanje: Tajda Pavletič

Fotografije: osebni arhivi, Maja Rokavec

Elektronska različica publikacije Babiški kafé. Pogovori o babištvu v slovenščini je prosto dostopna [Povezava](#)

Elektronska različica Midwifery Cafe. Let's Talk About Midwifery v angleščini je prosto dostopna [Povezava](#)

Elektronski datotečni format: pdf

Založnik: Združenje Naravni začetki

Kraj izida: Ljubljana

Leto izida: 2024

Kataložni zapis o publikaciji (CIP) pripravili v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani

[COBISS.SI-ID 214483459](#)

ISBN 978-961-95882-3-9 (PDF)

Gradivo ni lektorirano.

Stik z urednicama: info@mamazofa.org

Spletna stran Združenja Naravni začetki www.mamazofa.org

Naslov: Zaloška cesta 54, 1000 Ljubljana

[fb Združenje Naravni začetki](#)

www.praviceporodnice.org

Publikacija je nastala v okviru projekta »Babiški kafé«, ki ga sofinancira Ministrstvo za kulturo.



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA KULTURO

Copyright © 2024 Združenje Naravni začetki. Vse pravice pridržane.

Uporaba in širjenje tega dokumenta za nepridobitne namene je zaželeno;
v vsakem primeru je obvezno navesti vir in avtorstvo.

Babiški kafe.

Pogovori o babištvu

Vsebina

I Uvodna beseda

Zalka Drglin

Babiški kafé: O čem govorimo, ko se pogovarjamo o babištvu? In o kom? str. 5

II

Nina Radin

Babica – zaveznica žensk in varuhinja fizioloških procesov str. 8

Špela Rebernak

Babištvo je veliko več kot samo pomoč pri porodu str. 12

Mateja Kusterle

Babištvo v iskanju ravnovesja med modrostmi tradicije in pričakovanji sodobnosti str. 15

Eva Macun

Kulturni in družbeni vidiki sodobnega babištva skozi oči porodničarke str. 19

Sabina Oblak

Babištvo – podpora fiziološkim procesom str. 22

Tea Bevk

Upati si delati dobro str. 27

Zalka Drglin

Babištvo kot prototip sodelovanja ženske z žensko? str. 31

III Za razvoj sodobnega babištva v dobro žensk in otrok.

Združenje Naravni začetki se predstavi str. 35

Babiški kafé: O čem govorimo, ko se pogovarjamo o babištvu? In o kom?

dr. Zalka Drglin

Vsepovsod po svetu se vsako sekundo rojevajo otroci. Rojstvo se globoko dotakne staršev, družine in celotne skupnosti. V teh trenutkih so izkušene babice v podporo ženskam, ki rojevajo. Babištvo je nastalo na podlagi potreb porodnic po navzočnosti drugih, ki dajejo podporo na različnih ravneh ter nudijo spremstvo v edinstvenem življenjskem dogodku. Porodno dejanje in vstop v materinstvo v mnogočem preobrazijo žensko, v številnih vidikih spremeni njeno življenje in preoblikuje življenje najbližjih. Ob otrokovih starših je babica prva predstavnica družbe, ki ga sprejema medse.

Danes je v ospredju zdravstveni vidik babištva, torej skrb za zdravje in življenje porodnice in otroka. Znova pa se krepi tudi zavedanje kulturnih in družbenih pomenov babištva, ki smo jih z vpisom na Unescov seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva 6. decembra 2023 na novo premislili in osvetlili. Kot smo sodelujoči strokovnjakinje in strokovnjaki iz osmih držav zapisali v dokumentu nominacije, babištvo v svojem delovanju združuje temeljito poznavanje sodobnih znanstvenih izsledkov, vednosti, pridobljene s kritično pretehtanimi tradicijami babiške porodne pomoči ter premišljene izkušnje. Poznavanje lastne tradicije in razvoja drugih, razumevanje zgodovine in sodobnega sveta je predpogoj za nadaljnji razvoj babištva onstran ozko pojmovanega zdravstvenega poklica.

Kako bi torej opisali sodobno, napredno babištvo? V samem jedru gre za globoko spoštovanje ženske, njenega telesa in procesov, ki so potrebni za to, da nosi, rodi in doji otroka ter ga neguje in sodeluje z njim. To spoštovanje se kaže v znanju, spretnostih in odnosu z žensko. Pomembna značilnost je poglobljeno razumevanje družbenih in kulturnih dejavnikov, ki sooblikujejo pogoje materinstva, spremljanje sprememb, povezanih z njimi, in zavzemanje za tiste, ki vodijo k ženski avtonomiji. To je neposredno povezano z omogočanjem ženskih izbir glede tega, kako bodo svoje materinstvo uresničevale in živele. Babištvo pomeni tudi nenehno spoznavanje same sebe, svojih zmožnosti sodelovanja z žensko, in znanja ter sposobnosti za spoštljivo oskrbo. Napredno babištvo je zmožno kritično reflektirati lastno teorijo in prakso, kaže se v razumevanju lastnega položaja v razmerju do drugih

spoznavnih področij in drugačnih dejavnosti, v premišljevanju in naravnavanju lastne poti. Usmerjeno je k vzpostavljanju in ohranjanju avtonomije, na tej podlagi pa je odprto za sodelovanje.

Vse naštetu omogoča tisto ključno: babica se s posameznico v pričakovanju otroka poveže v vedno posebnem in osebnem, individualnem sodelovanju, s spoštovanjem in zagotavljanjem človekovih pravic ženske. To pa poteka v specifičnem kulturnem kontekstu, če si ga babica in ženska delita, ali v prepoznavanju in spoštovanju razlik ter iskanju skupnih korakov. Vse s ciljem podpreti žensko, ko rojeva novo življenje, da bosta otrok in mama živa, zdrava in da bo začetek, ko se postavljajo temelji družine, kar najboljši, z dolgoročnimi pozitivnimi učinki.

Unescovo izjemno pomembno priznanje babištvu beremo kot prepoznanje kompleksne babiške vloge, ki kliče po uresničevanju v vsakdanjem življenju žensk v Sloveniji.

Združenje Naravni začetki smo cikel javnih, pogovorov z babicami in porodničarko, poimenovali *Babiški kafé* – kot povabilo k premisleku, razpravi in izmenjavi o temi, ki se tiče nas vseh: o sodobnem babištvu. Povabili smo šest žensk, vsaka izmed njih govori svoj lastni jezik porodne pomoči, vse pa z odločenostjo, prispevati nekdanj dobrega k prvotnemu besedilu življenja.

Babiški kafé smo zasnovali na podlagi dejstev,

- da danes vse več nosečnic in mladih parov želi babiško oskrbo in vodstvo skozi celotno nosečnost, porod in obdobje po njem, saj vedo, da babice odločilno prispevajo k porodnemu izidu in k dobrem psihičnem in telesnem okrevanju porodnice;
- da babice ženskam pomagajo pri razumevanju poteka poroda, jih podpirajo, da bodo njihove potrebe izpolnjene, krepijo zaupanje žensk v lastno telo, da zmore in ve roditi in dojiti; njihova skrb je spoštljiva, v središču je ženska in njene potrebe;
- da je babištvo izjemno pomembna človeška dejavnost, utemeljena na vednosti o človekovem telesu, naravnih in kulturnih dejavnikih, ki sooblikujejo potek nosečnosti, poroda in zgodnjega obdobja po porodu pri materi in novorojenčku, vključno z dojenjem;
- da sta za sodobno, napredno babištvo bistvena spoštljivo in enakovredno sodelovanje z žensko, ki nosi in rodi otroka, s staršema, ki zanj skrbita in se ga veselita; pa tudi med vsemi posamezniki in posameznicami ter med skupinami, udeleženi v teh naravnih procesih, na primer pri zagotavljanju babiških storitev in podpore;
- da je potrebno ponovno okrepiti zavedanje o babištvu, ki je ob svoji osnovni zdravstveni vlogi tudi ključna kulturna in družbena praksa. Smisel babištva presega ozko zdravstveno usmerjeno babiško stroko. Vprašanje o kakovosti, nalogah in izzivih babištva ne zadeva zgolj babiških združenj. Kajti v samem bistvu je babištvo odgovorno tistim, zaradi katerih je izvirno tudi nastalo, torej ženskam in družinam, vsem nam, ki to družbo soustvarjamo in v kateri rastejo naši otroci.

Z *Babiškim kaféjem* babištvo obujamo v njegovi srži, da bi zaživel kot ključno, sočutno in spoštljivo spremstvo na vratih življenja. V ciklu pogovorov omogočamo neposreden živ stik med izbranimi gostjami – babicami, porodničarko in nosečnicami, drugimi babicami, mamami, doulami, radovedno publiko. Vedno drugačna, živa izkušnja predstavitve posamezne gostje, pogovora in dinamične razprave razkriva različne vidike babiškega dela. Na podlagi pripovedi posamezne gostje o izkušnjah, odločitvah in življenjskih vprašanjih, povezanih z babištvom, porodom, materinstvom, študiju, izzivih, s katerimi se srečuje pri svojem delu, druge babice kukajo čez meje svojega običajnega delovnega okolja. Premisleki in izkušnje, srečanja s tegobami in ovirami, želje in usmeritve za prihodnost so nam v oporo pri razumevanju in poglobitvi v zahtevno, a hkrati nagrajujočo babiško prakso. Potovanje skozi platenje pomenov o tem, kaj pomeni *res biti z žensko*, in kaj ženski pomeni pristna babiška pomoč in podpora, kaj pomeni izkušnja ženske *biti z babico*, služi kot zgled drugim babicam in kot opora ženkam, ki morda z nekaj strahu pričakujejo svoj porod.

V drugi polovici dvajsetega stoletja se je povezava med babicami in skupnostmi razpustila. V *Babiškem kaféju* pa nam, mlajšim ali starejšim, z izkušnjami poroda ali brez njih, zagotovo pa radovednim, babištvo spet spregovori in se pokaže onstran nalog, ki jih ima v porodnih sobah ter se nameri v poglobitev svoje vloge med ljudmi v njihovem vsakdanjem življenju v prihodnje.

Nosečnice, pari v pričakovanju, matere, očetje, babice vsi, ki nas rojstvo zanima, na *Babiških kaféjih* na novo spoznavamo babištvo. In prepoznavamo njegovo vrednost ne le v ženski pomoči drugim ženskam pri porodu v preteklosti, pač pa tudi kot sodobno zavezo: v središču babiške pozornosti je dobrobit vsake posameznice, ki postaja mama. Vez med babico in porodnico je sicer začasna, zaradi veličine porodnega dejanja pa v spominu ženske ostane celo življenje. Če je nekakovostna, lahko zagreni doživetje in ostane zapisana kot negativna izkušnja, ali pa zaradi dobre podpore, pomoči in spremstva okrepi zaupanje v sočloveka. Kakšna odgovornost, in kakšen dar!

[V pričujoči e-publikaciji v slovenščini](#) berete predstavitve in zapise posameznih gostij, babic in zdravnice. Vsaka ubira svojo ton, reflektira izkušnje in spoznanja s svoje lastne poti v napredno porodno pomoč. V našem prispevku pa osvetljujemo njen temelj: babiško zavezanost ženskam. Pred vami so dragocene sledi, ki smo jih skrbno pripravili za čas po tem, ko se po *Babiških kaféjih* razidemo in s prenovljenimi močmi nadaljujemo svoje delo.

[Na tej povezavi je dostopna e-publikacija v angleščini.](#)

Babica – zaveznica žensk in varuhinja fizioloških procesov



Foto: Maja Rokavec

samostojna babica Nina Radin,
diplomirana babica, diplomirana
slikarka

Nina Radin, diplomirana babica, je najdlje delujoča samostojna babica v moderni Sloveniji. Že deset let pomaga pri porodih na domu in za ženske skrbi tudi v predporodnem in poporodnem obdobju. Pri svojem delu se opira na vedenje, da sta porod in rojstvo lahko lepa, nežna in opolnomočujoča dogodka za novorojenčka, mamo in očeta. Prepoznavna pomembnost zmožnosti ženskega telesa, da zanosi, donosi, rodi in hrani svojega otroka. V središče babiške oskrbe postavlja žensko, otroka in družino. Verjame, da je v Sloveniji napočil čas, da si babice povrnejo izgubljeno ali odvzeto avtonomijo – ne glede na to, ali delujejo v okviru javnega sistema ali zasebno.

Stik: info@babicanina.si
www.babicanina.si
<https://www.facebook.com/babicaninaradin>

1. Kdo je babica

Po definiciji je babica strokovno izobrazena oseba na področju babištva. Osrednje delo babic je skrb za ženske v nosečnosti, med porodom in v poporodnem obdobju, ko skrbijo tudi za novorojenčke. Če se osredotočimo na pomene, ki jih nosijo poimenovanja za babico v različnih jezikih, vidimo, da gre za tisto, ki je z žensko (angleško *midwife*), ki je modra (francosko *sage femme* in nizozemsko *vroedvrouw*), je mati luči (islandsko *ljósmódir*), je tista, ki dvigne (nemško *Hebamme*) ...

Kaj pa slovenska »babica«? Če je »babica« rojevajočemu otroku, je torej »mama« porodnici? In kot mama – kakšna? Je ljubeča in zaupa v svojo »hčer«, jo podpira na poti in pomaga, kjer je potrebno? Ali je »karajoča mati«, ki vse ve, ki žensko usmerja kot majhnega otroka, želi njeno neomajno poslušnost in naredi epiziotomijo ali kak drug poseg brez pojasnila, brez soglasja, ker ima to moč?

2. Kako sem postala babica

Moj prvi spomin na babice sega v čas otroštva, ko sem med pogovorom dveh žensk slišala, da babice žensko pri porodu prerežejo. Vtisa o ženskah, ki jim ne gre zaupati, saj jim ni ravno mar za druge ženske, se dolgo nisem znebila. Ne preseneča torej, da me dve desetletji kasneje, ko sem bila prvič v pričakovanju rojstva svojega otroka to, da lahko del pregledov v nosečnosti opravi babica, ni navdalo z nikakršnim navdušenjem. Celo več: sklenila sem, da bom morebitni babiški pregled zavrnila, veliko varneje sem se počutila v zdravniški oskrbi. O prekomerni medikalizaciji takrat nisem vedela ničesar. O srčiki babiške obravnave tudi ne.

V zdravstvo me nikoli ni vleklo. Zato bi lahko rekla, da sta me na pot babištva pripeljala moja dva otroka skozi porodni izkušnji. Če sem natančnejša, pa lahko povem, da me je na babiško pot postavila predvsem pred-, med- in po-porodna oskrba. Če bi bila deležna sočutne in strokovne obravnave, ki ne bi bila po nepotrebnem medikalizirana, verjamem, da nikoli ne bi postala babica.

Od teh izkušenj naprej so me nagovarjale in se mi vedno znova vračale porodne in obporodne teme. Ozavestila sem, kako drugače bi rojevale ženske in kako drugačen bi bil prihod novorojenčkov na svet, če bi bile babice zares zagovornice in podpornice žensk, če bi se spoznale in bi zanje skrbele že v nosečnosti, nato pa med porodom in v poporodnem obdobju, če bi imeli uveljavljen model: »ena porodnica – ena babica«. Zavedla sem se medikalizacije, ki so se ji podredile babice, ki so iz samostojnih strokovnjakinj postale pomočnice medicine in ki so normalen porod pričele obravnavati kot medicinski dogodek. Na prvo mesto so postavile zdravnika in protokole, nato sebe in na zadnje mesto rojevajoče ženske. Babice so prenehale opravljati ključen del babiškega dela – t. j. ljubeča in spoštljiva strokovna skrb za žensko in rojevajočega otroka, v osnovi skozi podporo fiziološkim procesom.

Skoraj dve leti sta minili od mojega drugega poroda. Ker se še vedno nobena od slovenskih babic ni opogumila postati samostojna babica, sem se odzvala na klic, ki sem ga poslušala v sebi in vneto odganjala: da postanem babica in aktivno prispevam k izboljšanju porodne pomoči v Sloveniji. Odločitev za študij ob dveh majhnih otrocih ni bila enostavna, a bila je prava. Čeprav nisem vedela, ali imam tisto, kar potrebuje dobra babica, je bil zame dovolj velik smisel že misel, da bo moja hči imela večjo izbiro, ko/če bo nekoč rojevala.

3. O pridobivanju babiškega znanja

Babištvo sem pričela študirati na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani leta 2009, ko sem se pričela usposablјati tudi kot doula in nato spremlјati ženske, ki so želele roditi naravno v porodnišnici, doma ali v tujini. Prav skozi porode, ki sem jih spremlјala kot spremlјevalka, in z izobraževanji v tujini, sem pridobila največ babiških znanj in veščin. Žal je bil študij babištva medicinsko orientiran, pravih babiških znanj pa študentke nismo bile deležne v zadostni meri; npr. za učenje marsikaterih babiških veščin smo bile prepuščene same sebi, brez mentorice.

Teorija, ki smo se je učili na fakulteti, je bila marsikdaj povsem nasprotna praksi, ki smo jo videli ali izvajali v okviru vaj v kliničnem okolju, kjer v središču niso bile ženske in njihovi otroci, ampak postopki, ki porodu dajo pridih medicinskega, patološkega, celo nevarnega. Čeprav je porod v večini primerov normalen dogodek v življenju ženske, so rutinski postopki kazali drugače: klistir, britje, neprekinjeno snemanje plodovih utripov, nameščanje intravenozne kanile, ponujanje protibolečinskih farmakoloških sredstev tudi ženskam, ki so izrazile, da jih ne želijo, sprožanje in/ali pospeševanje porodov, slepeče luči, glasno govorjenje, kot da je običajen, ne pa posebno svečan dan, umivanje žensk pred rojstvom otroka, kot da je porod kirurški postopek, rezanje presredka, rezanje popkovnice, ko je ta še polna krvi, le kratek stik mamice z novorojenčkom takoj po rojstvu, ker da imajo umivanje, tehtanje in oblačenje otroka ter šivanje ženske in drugi postopki prednost pred spoznavanjem z novorojenim človekom. V okviru študijske prakse med vsemi vaginalnimi porodi nisem videla niti enega samega fiziološkega. Ko sem pretehtala prednosti in pomanjkljivosti vseh možnosti, je bila zame edina pot, da postanem samostojna babica, ne da bi se najprej za leto ali dve zaposlila v porodnišnici, kot sem načrtovala prej.

4. Vaginalni, naravni in fiziološki porod ter porodno okolje

V splošnem jeziku se termina vaginalni in naravni porod včasih uporabljata medsebojno zamenljivo. A ker so za nekatere naravni porodi vsi, ki niso operativni (vakuum, carski rez), in ker so vaginalni porodi lahko visoko medikalizirani (vključujoč sproženje in pospeševanje poroda, farmakološka sredstva za lajšanje bolečine, sredstva za krčenje maternice po rojstvu otroka, prerez presredka ipd.), je za naravni proces poroda, ki poteka brez medicinskih intervencij in zapletov, primerneje uporabljati termin »fiziološki porod«.

Vsaka babica bi morala biti usposobljena, da zagotavlja v fiziologijo usmerjeno babiško podporo in oskrbo ne glede na porodno okolje, pri tem pa premišljeno in v skladu s potrebami in željami porodnice, uporablja vire, ki so na voljo. Predvsem pa kar se da poskrbi za mirno, intimno in toplo okolje, kjer je cilj, da se ob skrbi za varnost čim manj moti rojevajočo mamo in navezovanje z novorojenčkom.

5. Izzivi v sodobnem babištvu v Sloveniji

Z ozaveščanjem žensk se več znanje o koristih fiziološkega poroda tako za mamo kot novorojenčka in posledično celo družino. Skladno s tem se povečuje tudi povpraševanje po babiškem pristopu, ki fiziologijo podpira. Ker so nosečnost, porod in poporodno obdobje občutljiva obdobja, je nevsiljivo, a skrbno spremljanje ključno za ohranjanje varnosti in zdravja. Podpora fiziološkemu porodu namreč ne pomeni, da razplet poroda kar prepustimo sreči. Ženske potrebujejo žensko osredičeno obravnavo in podporo fiziološkemu procesu v vseh okoljih, fiziološki porod pa v slovenskih porodnišnicah marsikje ni podprt. Nas babice, ki fiziološki porod podpiramo pri porodih doma, je

premalo. Zato bi bilo nujno povečati število babic v Sloveniji, seveda z ustreznim usposabljanjem. Če tega ne storimo, lahko še naprej pričakujemo povečevanje porodov zunaj porodnišnic, ki jih spremljajo osebe brez ustreznih dovoljenj, znanja in povezav z bolnišnicami v primeru potrebe po premestitvi. To bi bilo smiselno storiti z dodatnim številom mest na obstoječem študijskem programu in odprtjem dodatnega študijskega programa. Študij bi moral biti dostopen tudi tistim, ki se sedaj na študij sploh ne morejo vpisati, učni uspeh pa ne bi smel biti ne edini, ne glavni kriterij pri vpisu. Spremeniti bi bilo potrebno kadrovske normativ v kliničnih okoljih, da bi ena babica skrbela samo za eno porodnico.

Babištvo in porodništvo sta dve različni stroki, ki se na nekaterih točkah srečujeta in sodelujeta. Za uveljavitev avtonomnega babištva potrebujemo močno skupnost babic, ki namesto protokolov v središče obravnave postavijo žensko in otroka, in ki namesto farmakološkega in aktivnega pristopa vodenja poroda postavljajo fiziologijo. Poleg porodnišnic in poroda doma potrebujemo druge oblike porodnih prostorov, kot sta npr. porodni center ali babiška hiša, ki bodo delovali pod vodstvom v fiziologijo usmerjenih babic, babice pa morajo aktivno prevzeti tudi oskrbo otročnic in novorojenčkov, ki so jo v zadnjem času prevzele kar medicinske sestre.

Pluralnost in zrelost družbe se morata odsevati tako v možnostih, ki jih imajo ženske, ko se odločajo za porodno okolje in za svojo babico, kot v študijskih in poklicnih možnostih (bodočih) babic.

Babištvo je veliko več kot samo pomoč pri porodu



Foto: osebni arhiv

Špela Rebernak, diplomirana babica

Špela Rebernak, diplomirana babica, deluje v porodnišnici Trbovlje na več področjih: pri babiških posvetih v nosečnosti, v porodni sobi in na poporodnem oddelku. V zdravstvenih domovih Trbovlje in Zagorje sodeluje pri programu Priprava na porod in starševstvo. Aktivno si prizadeva za nadgradnjo in razširitev babiškega znanja, študijsko se usmerja v proučevanje vsebinskih in izvedbenih možnosti v izobraževanju, informiranju, ozaveščanju žensk o njihovem telesu in naravnih zmožnosti za dober in varen porod ter dojenje. V sodelovanju s svojimi kolegicami premišljuje ustaljene babiške prakse in razvija napredne babiške pristope na temelju premišljenih izkušenj in priporočil.

Kontakt: rebernak.spela@gmail.com

Ko me vprašajo, kaj sem po poklicu in jim povem, da sem *babca*, so običajni odzivi: »Oh, kako je to lep poklic«, »Joj, vsi ti dojenčki ...«, »A veš, ko sem pa jaz rodila ...«, »To pa mora biti kar odgovorno in naporno delo«. Vsi ti stavki odražajo, kako družba gleda na nas babice, kažejo, da smo zelo lepo sprejete ter da je naš poklic spoštovan. Marsikatera ženska hitro dobi zaupanje in začne govoriti o zelo intimnih stvareh, kljub temu, da si nismo osebno blizu. In vse, kar slišimo o našem poklicu, je res. Ampak ...

Ampak ... babištvo ni samo delo v porodni sobi, ni samo delo z novorojenčki in ni samo pomoč pri porodu. Babištvo je veliko, veliko več. Je eden najlepših in najbolj odgovornih poklicev, saj babice prisostvujemo pri prehodu novega življenja v svet. Kar pa se meni zdi izrednega pomena, je dejstvo, da babištvo zajema že samo nosečnost ter pripravo bodočih staršev na rojstvo otroka, ko bodo prvič in za vedno postali družina.

Po mojem mnenju je ta del babiške dejavnosti v sedanosti žal večkrat zanemarjen, podcenjen in v nekaterih primerih v celoti spregledan. Prava znanost in umetnost je žensko popeljati skozi nosečnost, da se bo počutila varno, samozavestno in opolnomočeno. Da bo takšna stopila v porodno sobo, prepričana v svoje telo, svoje zmožnosti, z zaupanjem v ljudi, ki so ob njej, in se prepustila toku dogajanja.

Porod je za žensko in njenega partnerja eden najbolj čustvenih dogodkov v življenju, ki ga doživi morebiti enkrat, morebiti dvakrat, trikrat. Je tudi dogodek, ki nam ostane v spominu za celo življenje. Tako tudi babice ostanemo v spominu porodnice za celo življenje. Iz svojih izkušenj vem, kako zelo pomembno je, kdo je bil z žensko pri porodu, kdo jo je spodbujal in ji dal vedeti, da zmore. Za žensko je pomembno, kako porod poteka in kako se zaključi; naše besede in dejanja bodo neizogibno zaznamovala njeno doživetje.

Živimo v času poplave informacij, dostopnosti strokovnjakov, knjig in različnih publikacij. Babice lahko bodoče mamice usmerjamo, ko se znajdejo med takšnimi in drugačnimi nasveti, priporočili, usmeritvami, zgodbami. Pomagamo jim lahko, da ne pozabijo poslušati sebe in svojega telesa. V svetu, kjer se zdi, da je pomembno imeti vse, je težko najti svojo lastno bit. Iz vseh podatkov, ki so na voljo, včasih težko izluščimo tisto, kar bi res potrebovale in kar bi bilo pomembno. Čedalje več nosečnic se srečuje s strahom pred porodom, pred bolečino, pred neznanim. In tukaj pride na dan moč babištva. Znati pomagati in opolnomočiti bodočo mamico. Ji pokazati, da so njeni strahovi povsem normalni, da ni sama in da smo tu zanjo, da ji pomagamo.

Babice smo zaupnice, smo zaščitnice, smo opora ženski v nosečnosti, času poroda in poporodnega obdobja. Naše delo se ne zaključi, ko zaslišimo jok novorojenčka ter ponudimo očetu škarje, da prepreže popkovino. Na naši poti krepimo dejavnosti k doseganju cilja, da bosta mamica in novorojenček povezana, predvsem pa, da bo mamica verjela vase in bo samozavestno skrbela za otroka.

Sama velikokrat pravim, da se je poleg osredotočenja na sam porod in z njim povezana občutenja pomembno posvetiti tudi pripravi na poporodno obdobje. Porod je akt, ki traja nekaj ur, poporodni proces pa traja veliko dlje. Naloga babic je spet razširiti in okrepiti babiške dejavnosti tako, da bi se temeljito posvečale tudi mamici v poporodnem obdobju, jih podpirale pri dojenju, jim pomagale skozi čustvene viharje, telesne spremembe ter utrujenost. Morebiti zaradi ideala in lepe podobe mamice z dojenčkom v naročju, ki se doji in sta oba zadovoljna, marsikatera s presenečenjem ugotavlja, da je življenje z dojenčkom večji izziv, kot si je predstavljala? Kajti nikjer pod sliko ni z drobnim tiskom napisano, da je lahko pot do sem trnova. Za marsikatero je obremenitev preveč, počutijo se lahko nemočne, nezmožne in zopet izgubljene v poplavi informacij ter nasvetov. Tu bo v prihodnosti naša naloga, naše poslanstvo: da materi dajemo oporo in ji korak za korakom pomagamo skozi zahtevno ali celo težko obdobje.

Močno verjamem tudi v to, da ženska, ki je opolnomočena, samozavestna, takšna, ki verjame v svoje zmožnosti rojevanja in materinstva, v ta svet vzgaja tudi takšne otroke. V tem procesu smo lahko babice

močan člen podpore, ki jo nudimo v nosečnosti, med porodom in v obdobju po njem. Skrb za zdravo žensko je posledično skrb za družbo.

Po mojem mnenju se trenutno babice v Sloveniji zelo trudimo narediti babištvo čim bolj »babiško«, če se lahko tako izrazim. Zavedamo se pomena naravnega poroda, predvsem pa vloge, ki jo imamo pri nosečnosti in porodu. Da znamo zgraditi enakovreden odnos s porodnico, da znamo spoštovati njene želje, da jo znamo poslušati in konec koncev tudi me same zaupati v žensko telo, v to, kaj zmore.

Prepričana sem, da imamo še veliko prostora za nadgradnjo babištva, predvsem v predporodnem in poporodnem obdobju. Resnično mislim, da smo babice tiste, ki bi morale skrbeti za žensko ves čas med obporodnim obdobjem, saj smo, konec koncev, za to delo tudi najbolj kompetentne glede na našo strokovno izobrazbo. Tu je tista ključna področje, o katerem bi morali v babištvu premišljevati in se zanj aktivno zavzemati.

Kakovostno babiško sodelovanje z žensko v nosečnosti in med porodom prispeva k dobrim porodnim izidom in pozitivnim izkušnjam porodnic. Za golo številko porodov, pri katerih pomagamo, se skriva še marsikaj: individualen pristop, čustvena angažiranost, potrpežljivost in sočutje, toplina in obnavljanje upanja. Prihajam iz majhne porodnišnice in zelo dobro vem, kaj pomeni, ko kdo pri ocenjevanju našega dela meni, »da štejejo samo porodi«, zanemari pa čas in delo, ki ga namenjamo vsaki ženski posebej, in naš pomen zanjo. Kot sem dejala že na začetku, bom še na koncu ☺. Babištvo je veliko več, kot samo delo v porodni sobi.

Babištvo v iskanju ravnovesja med modrostmi tradicije in pričakovanji sodobnosti



Foto: osebni arhiv

Mateja Kusterle, diplomirana
babica, profesorica angleščine
in španščine

Mateja Kusterle je diplomirana babica, zaposlena v porodni sobi na Jesenicah, poleg tega spremlja zdrave otročnice na poporodnem oddelku, občasno pa se lahko nosečnice posvetujejo z njo v babiški ambulanti. Sodeluje z Oddelkom za babištvo na ljubljanski Zdravstveni fakulteti. Odnosni vidik svojega dela črpa iz humanističnega ozadja, saj je poleg naštetega tudi profesorica angleščine in španščine. Izkustveni vidik med drugim krepí tudi iz lastnega materinstva ter babiških izmenjav na Norveškem in Novi Zelandiji. Zavzema se za uvedbo neprekinjene babiške obravnave v porodnišnicah in za večje vključevanje partnerjev v prvih dneh po porodu. V strast ji je proučevanje in opazovanje, v kakšen rodni proces se vsakič znova prepletejo izkustva uma, duše in telesa posamezne ženske in njenega otroka. Kot natančna in skrbna premišljevalka babištva se posveča tudi vsebinskim in odnosnim vidikom komunikacije med porodnico in babico. Motivacija so ji celosten in human pristop pri delu ter razvoj babiške stroke v družini prijazen neprekinjen model.

Kontakt: mateja.kusterle.jenko@gmail.com

Babica, tradicionalna ali sodobna, je oseba, ki verjame, da ženska zmore zanositi, donositi, roditi, dojiti. Je varuhinja teh procesov. Zaveda se, da delujejo v širšo dobrobit družbe in zato podpira ženske v teh obdobjih. Pomaga dekletom in ženskam razumeti in sprejemati naravne cikle telesa: menstrualni cikel, nosečnost, porod, poporodno obdobje, dojenje, menopavzo. Vzorci delovanja, kot si jih je zamislila narava,

se nam v moderni dobi morda zdijo »zastareli in nebodigatreba«, vendar v babištvu o njih razmišljamo drugače. Če razumemo njihov pomen, jih lažje sprejemamo in so nam v pomoč pri samospoznavanju in samouresničevanju. Saj vendarle smo del narave. Prav zato babice kličemo k spoštovanju omenjenih procesov.

Ženska in babica ter njuno sodelovanje so na preizkušnji vsakič, ko se pri določenem procesu pojavijo težave. Ženska takrat morda podvomi vase ter včasih ne najde moči in podpore za nadaljevanje. Ali imam takrat jaz, babica, dovolj znanja, izkušenj, zaupanja in potrpežljivosti, da jo varno popeljem čez obdobje krize, da si povrne zaupanje vase? Na doživljanje situacije in sprejemanje odločitev v trenutku, ko nastopi težava, med drugim vplivajo (pri ženski in babici) pretekle izkušnje, znanje o nastali situaciji, prepričanja in vrednote, osebna pričakovanja in pričakovanja ter pritiski okolice in nenazadnje tudi kakovost odnosa med babico in žensko. V nadaljevanju bom nanizala nekaj sodobnih pojavov, ki nam v zvezi z obporodnim obdobjem lahko predstavljajo izziv.

(1) Porod se je premaknil iz skupnosti v porodnišnico, kar pomeni, da so ženske izgubile priložnost sprotne, dokaj nezavednega medgeneracijskega učenja. Prikaz v medijih, ki je bolj kot ne odsev strahu in nepoglabljanja v porod, njegovi podobi večinoma škodi. Posledično je priprava posameznice na porod in materinstvo v veliki meri odvisna od njene osebne pripravljenosti, da se poglobi vase, sooči sama s sabo, poveže z bitjem, ki raste v njeni maternici; raziskuje morda, kako so rojevale pretekle generacije v njeni družini. Nekatere ženske se na porod in materinstvo začnejo pripravljati že pred spočetjem ali v zgodnji nosečnosti, spet druge odrivajo misel nanj do konca nosečnosti. Ko se porodni proces začne odvijati, pa je sprotno soočanje s telesnimi občutki, predelovanje osebnih zavor in sprejemanje odločitev lahko zelo zahtevno. Da bi žensko med porodom lahko babica kar se da optimalno podprla, bi bilo dobro, da bi se povezali že v nosečnosti in skupaj pripravili temelje. V Sloveniji neprekinjena oskrba ali izbira svoje porodne babice (z izjemo poroda doma) še ni vzpostavljena.

Ena izmed prednostnih nalog babic v Sloveniji je vzpostaviti stik z ženskami, ki bo segal izza vrat porodne sobe v širšo skupnost.

(2) Da bi bili čim bolj učinkoviti in dokaj konstantni (kar pa je v nasprotju z našo človeško naravo), hitro vzamemo protibolečinsko tabletko in odrežemo občutke nelagodja, kajti njihovo sporočilo nas očitno ne zanima. Podobno smo začeli interpretirati tudi telesne občutke ob porodnih popadkih. Po eni strani jih težje prenašamo zaradi miselnosti, da porod v današnji dobi ne sme boleti, po

drugi strani pa je normalno, da bomo silno intenzivne občutke poroda težko sprejeli, če se prej nismo uspeli soočiti niti z manjšim telesnim nelagodjem oziroma če zaradi pomanjkanja razumevanja ne znamo porodnim silam in hormonski nevihti pripisati pomena, ki ga imajo. V porodni sobi pa je (pre)pozno za poglobljeno razlago in predvsem za ponotranjenje informacij.

Babištvo je razvilo odgovore na tovrstne izzive, ki se ponekod že uresničujejo v praksi, marsikje pa še ne. Vemo, kako lažje bi bilo

sodelovanje med babico in porodnico, če bi se poznali že iz obdobja nosečnosti. Vloga dobre porodne babice je, da spoštuje in upošteva željo ženske glede (ne)uporabe protibolečinskih sredstev. Hkrati zna oceniti, ali je intenzivnost ob popadkih fiziološka ali patološka, in ji glede na okoliščine tudi svetuje. Predvsem pa je prisotna ob ženski, da ji sproti objasni, kaj se dogaja, jo zna osredotočiti na trenutno dogajanje, jo podpre z dihanjem, masažo, spodbuja k spreminjanju položajev, gibanju, počitku, hidraciji in prehrani. Opogumi žensko, da njeno telo sprošča tudi hormone, ki nudijo lajšanje napetosti. Sporoča ji, da ima porodni proces smisel, saj pozitivni stres, evstres popadkov pomaga novorojencu pri prilagajanju na izvenmaternično življenje, žensko pa med drugim podpira pri navezovanju na otroka in dojenju.

(3) Radi smo urejeni in racionalni, porod pa je vse drugo kot to. Da dobro napreduje, se je treba prepustiti delovanju starejših delov možganov; pustiti, da instinktiven sesalski del prevzame taktirko in naredi, kar zna. In za žensko je včasih prav to, da poteka poroda ne more vnaprej predvideti in imeti svojega obnašanja popolnoma pod nadzorom, najbolj strašljivo. Ženska je med rojevanjem namreč drugačna kot sicer. Ima omejeno območje zaznavanja, kar ji omogoča, da se osredotoča predvsem nase. Njen obraz ima spremenjene poteze, njena poza je močna in zaščitniška, njeno vedenje pa zelo različno, odvisno od vsake posameznice, glede na njene pretekle vzorce obnašanja in preživele travme. Če je nepripravljena in jo je strah, je več možnosti, da jo bo ob močnih popadkih prevzela panika. Če je nesproščena, če se počuti neslišano ali ogroženo, se bo porodni proces verjetno upočasnil ali ustavil. Če je v preteklosti doživela spolno zlorabo, jo lahko neprimerne besede, telesna razgaljenost, pogosti vaginalni pregledi in prehod novorojenca skozi porodni kanal retravmatizirajo. Če ima slabšo samopodobo in v porod vstopa nesamozavestno, bo lahko nevede odločanje in ravnanje s svojim telesom in otrokom prepustila drugim, za kar ji bo morda kasneje žal. Če fizično ni dobro pripravljena, se bo morda težje gibala med porodom, porod bo morda dlje časa trajal, njo pa bodo popadki hitreje utrudili. Da ženska razume zmogljivosti svojega telesa in svojo psiho v odnosu do poroda, so spet potrebne priprave nanj, iskrenost s seboj in prepuščanje, da je porod tudi proces spoznavanja s svojim nezavednim.

(4) V sodobnem svetu smo ciljno naravnani, veliko svoje mentalne kapacitete pa uporabimo za predelovanje preteklosti ali načrtovanje prihodnosti. Osredotočeno bivanje v sedanjem trenutku in s tem kakovost dejanskega življenja nam polzita iz rok. Porodna izkušnja nam tukaj nastavlja ogledalo; namreč, pri porodu ne moremo prehitevati ali natančno napovedovati trajanja, sploh pa je nemogoče preskakovati faze ali pobegniti stran. Opolnomoči nas prav to, da zmoremo biti in v polnosti doživeti sedanji trenutek, četudi sredi intenzivnega popadka. V uporabi je izraz, da se pomikamo nekam (fizično ali v prispodobi) *korak za korakom*, pri porodu pa jaz pravim, da gremo vsi skupaj *popadek za popadkom*. Porod je proces, pri katerem se hkrati udeležujejo ekstremiteti in ranljivosti, nadzora nad lastnim telesom in psiho ter popolno odprtostjo tako telesa kot tudi duha. Je izjemno fizično in čustveno intenziven. Hkrati pa najbolj osnoven proces, ki se dogaja vsak dan in človeku omogoča preživetje njegove vrste.

(5) Navajeni smo, da dobimo ali kupimo, česar si želimo. Pri načrtovanju družine (še) ni tako. Vse več parov težko zanosi ali donosi. Tudi sicer se odločamo za manjčlanske družine, kar pomeni, da se spreminja pogled na novega družinskega člana. Opažam, da stremimo k popolnosti, to pričakujemo od sebe, naravnih procesov in medicinskih postopkov. Hkrati pa se zavedamo, da nič ni stoddostno; nikoli, nikdar. Kako torej v svetu, ki je poln navideznega blišča, v zakulisju pa včasih tako neprečiščen in potlačen, delovati dolgoročno v podporo novi družini? Babice bi morale za optimalno delovanje spoznati žensko že v času nosečnosti in jo nato neprekinjeno spremljati do konca poporodnega obdobja; da skupaj začnemo luščiti koščke lupine in pridemo do pomena (ob)porodnih procesov; da ženska občuti varnost za izražanje svoje ranljivosti; da odkriva, kakšna mati si želi postati, kateri so njeni sprožilci, ki obudijo spomine na morebitne travmatične dogodke iz preteklosti in bi lahko negativno vplivali na potek poroda, kakšne so njene realno dosegljive možnosti in kaj jo pri tem podpira. Babice se moramo stalno preizpraševati, ali ženski dopuščamo, da se opolnomočena z znanjem sama odloča, kaj je najboljšo zanj in za njeno družino, ali pa ji (ne)zavedno vsiljujemo svoja prepričanja oziroma ustaljeno prakso v porodnišnici. Ženske pa so vabljeni k razmisleku, če so za svoje odločitve pripravljene tudi prevzemati odgovornost.

Spoštovanje vrednostnega sistema sočloveka in pravica do informirane izbire sta izhodišče za vzpostavitev partnerskega odnosa med žensko in babico.

Seveda ni univerzalnega modela informiranja, ki bi ustrezal vsem ženskam, so pa današnje uradne šole za starše poskus, da zadostimo vsaj racionalnemu delu naše osebnosti, saj kaj dosti globlje ne sežemo. Po drugi strani spremljati nosečnico oziroma njeno družino bolj poglobljeno oziroma neprekinjeno pomeni, da smo v njen razvojni proces, v izid poroda, izzive dojenja, povezovanja z otrokom, obporodne stiske bolj

neposredno vključeni in vanje čustveno vpleteni, kar zahteva od nas večjo predanost in lahko tudi težje intelektualno ter čustveno breme. Tudi ob segmentirani obporodni oskrbi, ki jo zdaj nudimo v trenutnem zdravstvenem sistemu, bi babice za predelovanje težjih izkušenj potrebovale močno medsebojno podporo in možnost razbremenilnega pogovora z osebo, ki pozna našo naravo dela.

Sodobno babištvo in njeni nosilci, babice in babičarji, se razvijamo skupaj z zahtevami in pričakovanji sodobnosti, katere sestavni del smo. Po eni strani ohranjamo tisočletja stara znanja, veščine in prakse, ki podpirajo fiziologijo obporodnega obdobja, po drugi strani pa svoje delovanje prilagajamo glede na stanje v družbi, želje posamezne ženske in nove pristope v medicini. V iskanju skupne uravnotežene poti žensk in babic skozi izzive časa pa bom za popotnico poudarila pomen preudarne in podporne babiške skupnosti, vzpostavitev partnerskega odnosa med žensko in babico ter kritično razmišljanje obeh.

Kulturni in družbeni vidiki sodobnega babištva skozi oči porodničarke



Foto: osebni arhiv

Eva Macun, doktorica medicine, specialistka porodništva in ginekologije

Zdravnica Eva Macun, porodničarka in ginekologinja, je v sodelovanju s skupino babic na porodnem oddelku Splošne bolnišnice Jesenice ustvarila pogoje za pomembne premike v smeri fiziološkega poroda v Sloveniji. Med drugim je ukinila nepotrebna rutinska postopka klistiranja in britja, rutinsko rezanje presredka je spremenila v poseg, ki ga uporabljajo samo v nujnih primerih, zavzela se je za gibanje in pokončne položaje med porodom. V središče postavlja žensko in njene potrebe. Kot porodničarka tesno sodeluje z babicami pri varovanju in promoviranju naravnih procesov nosečnosti, poroda in poporodnega obdobja. Je zagovornica žensk in podpira sodobno avtonomno babištvo. Je dobitnica priznanja Ženska leta 2016 za svoja prizadevanja za spoštljiv in varen porod. Je tudi gorska reševalka in je bila dolgo let zdravnica letalka reševalka.

Stik: eva.macun@gmail.com

V večini zahodnoevropskih držav je babica avtonomna in odgovorna nosilka zdravstvene dejavnosti v oskrbi zdravih žensk. To vključuje preventivo raka na materničnem vratu, svetovanje in predpisovanje kontracepcijskih metod, svetovanje glede preprečevanja spolno prenosljivih bolezni, svetovanje glede prekinitve nosečnosti, pregledovanja dojk in posvetovanje pred nosečnostjo. Babice lahko samostojno opravljajo preglede zdravih nosečnic in v primeru ugotovljene patologije napotijo nosečnice k zdravniku. Samostojno opravljajo porodno pomoč – v različnih porodnih okoljih –, kadar gre za zdrave porodnice in predvidoma zdrave novorojenčke. Prepoznavajo znake možnih zapletov in sodelujejo s porodničarji in s porodničnicami v primeru zapletov ter poskrbijo za transport v ustrezno ustanovo v primeru poroda zunaj ustanove. V poporodnem obdobju izvajajo preglede otročnic

in novorojenčkov in ob odstopanju od normalnega stanja napotijo k ustreznemu zdravniku.

V Sloveniji se je po drugi svetovni vojni večina porodov preselila v porodnišnice in postala del sistemske porodniške oskrbe. Z ustanovitvijo t. i. dispanzerjev za žene so ginekološko-porodniško zdravstveno oskrbo žensk prevzeli specialisti ginekologije in porodništva. Babice so se vključevale predvsem v porodni del oskrbe in deloma v poporodno oskrbo z babiškimi obiski matere in novorojenčka na domu.

Če so prej babice opravljale samostojno babiško službo na terenu, so se sedaj vključile v sistemsko oskrbo nosečnic, porodnic in otročnic predvsem v porodnišnicah in na ginekoloških oddelkih, vendar ne več samostojno, ampak kot pomočnice zdravnikov.

Naša zakonodaja je ves čas dopuščala preglede zdravih nosečnic s strani usposobljene medicinske sestre ali babice. Vendar je bil pregled pri babici ali diplomirani medicinski sestri nižje finančno ovrednoten in s tem je dispanzerska ambulanta prejela precej manj finančnih sredstev za pregled. Zato so te preglede opravljali zdravniki, čeprav je bil pregled popolnoma enak in so babice ravno tako usposobljene za prepoznavanje odmkov od normale in patoloških stanj, ki bi zahtevala zdravniško obravnavo. Tako je bila babicam odvzeta avtonomnost, strokovnost in tudi odgovornost.

V daljšem časovnem obdobju ni bilo izobraževanja babic, saj je bila ukinjena srednja babiška šola, oddelek za babištvo na Zdravstveni fakulteti pa je bil ustanovljen šele po petnajstih letih. S tem je nastala kar velika vrzel v izobraževanju babic. Posledica tega je bilo pomanjkanje babic v državi.

V naši ustanovi smo zaradi specifičnosti in tudi univerzalnosti babic pred leti načrtno na ginekološko porodniškem oddelku zaposlovali kot diplomiran zdravstveni kader izključno diplomirane babice. Prepoznali smo njihovo pomembno vlogo v vseh obdobjih življenja ženske in oskrbi novorojenčkov. Ustvarili smo si »bazen« babic, ki so zaposlene na različnih delovnih mestih in lahko tudi prehajajo z enega delovišča na drugo. Tako imamo vedno kader, ki lahko nadomesti izpad na tako specifičnem delovišču kot je porodna soba. Prepoznali smo njihovo avtonomnost in strokovnost in jih usposobili za njihovo »primarno« delo. Opravljajo preglede in svetovanje pri zdravih nosečnicah (vsaj pet), pa tudi pri tistih, pri katerih so prisotna bolezenska stanja (skupaj z zdravnikom). To je tako imenovana babiška ambulanta. S tem nosečnice spoznajo babice, dobijo še drugačen pogled na porod, dobijo informacije o običajnih nosečniških stanjih, o dojenju, o oskrbi novorojenčka.

Babice so samostojne tudi v pomoči pri porodu pri zdravih porodnicah, kjer ne pričakujemo zapletov in pričakujemo zdravega novorojenca. Izjemno dragoceno je njihovo znanje pri nefarmakološkem lajšanju bolečine, saj že njihova prisotnost zmanjšuje porodnicam strah, ki drugače bolečino ojača. Babice pri nas so se izobrazile ravno na področju sočutnega (a obenem zelo strokovnega) in na porodnico osredotočenega spremljanja poroda. V sebi so našle tudi starodavna znanja

njihovih predhodnic, razvijajo svojo intuicijo in med seboj nesebično delijo izkušnje, ker je njihov osnovni moto, da imamo vsi skupaj dobro porodno izkušnjo, ne glede na to, kako preprost ali zapleten porod je.

V poporodnem obdobju pri nas babice samostojno opravljajo preglede in vizite pri zdravih otročnicah. Z vsemi potrebnimi navodili jih odpušijo v domačo oskrbo in poskrbijo, da jih doma obiskujejo lokalne patronažne medicinske sestre.

Babice so samostojno razvile dokumentacijo, ki podpira njihovo delo, jim je v pomoč in dokazuje njihovo pripravljenost na avtonomno delo in pripravljenost prevzeti za to delo tudi odgovornost.

Tako je v ustanovi, v kateri trenutno delam. Ni bilo lahko, ne za zdravnike in predvsem ne za babice. Vendar nam je s skupnimi močmi in z dobrimi nameni uspelo. Zato prihajajo v našo ustanovo porodnice iz vse Slovenije, ker verjamejo, da bodo s pomočjo našega osebja, predvsem pa babic, izkusile porod, kakršnega si želijo zase, za svoje otroke in družine. Tako so postale pri nas babice avtonomne strokovnjakinje, ki s pomočjo zdravnikov (in ne obratno) spremljajo nosečnice skozi normalno nosečnost, so pri vseh porodih prisotne in tudi ob zelo težkih porodnih izkušnjah ženskam nudijo zavetje pred viharjem poroda in nato pomagajo po porodu pri tako »nepomembnih« težavah kot je dojenje in čustvena nihanja. Babice so vse to in še veliko več so lahko, če si same postavljajo cilje in si skupaj pomagajo premagovati ovire.

Vem, da ni tako v vseh ustanovah. Verjamem, da bi si marsikatero babice želele tovrstnega okolja, ki jih tako podpiral. V času, ko je hudo pomanjkanje zdravnikov ginekologov-porodničarjev, vidim v takšnih premikih sistema priložnost. Zdravnike bi lahko razbremenili s tem, da babice ponovno začno izvajati svoje delo v celoti. Po naših izkušnjah so babice sposobne prevzeti to nalogo. Zdravniki bi imeli tako čas za ženske, katerih stanja zahtevajo daljšo in bolj poglobljeno obravnavo, da jim lahko pomagajo povrniti zdravje in jih varno pripeljati skozi nosečnost, porod in poporodno obdobje z večjimi izzivi. Upam, da bodo v naši dobri praksi prepoznali dobro priložnost za racionalizacijo svojega dela in opolnomočenje babic za njihovo delo.

Kakovost oskrbe je mogoče še nadgrajevati. Želela bi si, da je naša oskrba nosečnic, porodnic in otročnic, ter njihovih otrok in družin vedno sočutna, strokovna in etična. Ne glede na vrsto porodnega okolja. In želim si, da je ta odnos vzajemni, da tudi uporabnice naših storitev spoštujejo naše delo, napore in tudi naš čas in tudi čas drugih uporabnic. Da eden drugega slišimo, spoštujemo in tudi razumemo, da smo vsi samo ljudje, tudi s svojimi napakami. Da se eden od drugega tudi učimo in si nesebično predajamo znanja in nudimo pomoč.

Ker ni vse v božjih rokah, pa tudi v človeških ne.

Babištvo – podpora fiziološkim procesom



Foto: osebni arhiv

samostojna babica Sabina Oblak, diplomirana babica

Sabina Oblak je diplomirana babica, ki danes deluje kot samostojna babica. Petnajst let je bila zaposlena v porodni sobi, zadnja leta delno tudi v babiški ambulanti Splošne bolnišnice Jesenice. Bila je tudi svetovalka za dojenje z IBCLC licenco.

Je mama štirih otrok ter zagovornica naravnega poroda in pozitivnih izkušenj za porodnice. Še posebej se posveča ohranitvi in razvoju oziroma nadgradnji posameznih babiških veščin, kot so pristopi za varovanje presredka, raba različnih porodnih položajev v prvi in drugi porodni dobi. Usmerjena v predajanje teh veščin kolegicam in študentkam, da bi prispevala h kar se da naravnim potekom nosečnosti, poroda in dojenja. Vse to je izrazito pomembno za telesno in duševno zdravje žensk ter dojenčkov.

Stik: sabina@babica.eu

Moja pot do babištva

Prvič sem bila prisotna pri porodu med delovno prakso v srednji zdravstveni šoli. Imela sem možnost prisostvovati čudežu rojstva, doživeti neverjetno moč ženske, in to kljub nepodporni babici, ki je zanemarila njeno potrebo po spremembi položaja in zahtevala porod leže na hrbtu. Postalo mi je popolnoma jasno, da si želim postati babica, vendar drugačna od te, ki je porod vodila. Želim biti podporna, sočutna, spoštljiva, pa vendar strokovna in odločna takrat, ko je to potrebno. Na tej poti do cilja sem še danes, s stalnim učenjem in izobraževanjem, ki me vodi do babice, kakršna želim postati.

Med študijem babištva ter praktičnim usposabljanjem se nisem prav veliko naučila o fiziološkem porodu, ki me je sicer najbolj zanimal. O prekomerni medikalizaciji poroda in prepogosti rabi rutinskih postopkov sem brala v knjigi *Rojstna hiša: kulturna anatomija poroda* dr. Zalke Drglin ter tuji literaturi. Žal pa nikoli nisem videla niti enega fiziološkega poroda, prav gotovo pa nobenega poroda, kjer ženska ne bi bila v položaju leže na hrbtu z nogami dvignjenimi in pokrčenimi

k telesu. Brez uporabe sile težnosti otroka so tako ženske primorane uporabiti precej več moči in napora za njegov iztis in pogosto potrebujejo umetni oksitocin, pritisk na vrh maternice ter prerez presredka, saj se pri take vrste medikalizirani porodni pomoči pričakuje, da bo iztis hiter in presredek nima časa, da se vodilnemu plodovemu delu prilagodi in postopoma razteza. Poleg tega položaj na hrbtu s široko razprtimi nogami ne naredi usluge ženskemu presredku. Porodi so bili nemalokrat popolnoma brez zasebnosti, žensko rojevajoče telo pa pod bolnišničnimi lučmi vsem prisotnim na ogled, kar je pogosto še danes. Vsak od navzočih si vzame pravico za različne komentarje in včasih navijanje kot pri kakšnem športnem dogodku.

Leta 2007 sem diplomirala ter se januarja 2008 zaposlila v porodnišnici Jesenice. Tam se je po mednarodni porodni konferenci v Laškem zgodil velik preobrat v načinu dela. Eva Macun, specialistka porodništva in ginekologije, je v središče obporodne skrbi postavila žensko in ukinila vse nepotrebne rutinske postopke, kar je hitro vodilo do zmanjšanja sprožitvev in pospeševanj porodov, carskih rezov, potreb po epiduralni analgeziji ter k zavidljivo nizkemu odstotku prerezov presredka. Posledica novega načina dela pa so zadovoljne ženske, bolj zdravi ter v boljši kondiciji rojeni otroci. Novembra 2011 sem prvo žensko opogumila za porod v drugem položaju, kleče na kolenih. Zadovoljstvo ženske, ki sama porodi svojega novorojenčka s čim manj ali nič poseganja v porod, se mi je zdelo preprosto neprecenljiva izkušnja, ki bi jo privoščila vsaki ženski, vsakemu novorojenemu bitju. Babištvo je zame dobilo povsem druge razsežnosti.

Svojo pot sem novembra 2023 nadaljevala s samostojno prakso, saj želim ženskam in družinam ponuditi še več – neprekinjeno babiško skrb, ker le tako lahko podprem žensko v celotnem obporodnem obdobju in nudim spremstvo pri porodu doma ali v porodnišnici. Želim si, da bi več žensk imelo možnost predporodne in poporodne oskrbe s strani babice.

Babica

Babica je v svojem bistvu zagovornica fizioloških procesov v življenju ženske. Skrbi za dobro psihofizično stanje ženske, z njo sodeluje v partnerskem odnosu, ji dopušča, da svobodno izraža svoje želje in potrebe, jo pri tem podpira ter nudi informirano izbiro. Ima dovolj strokovnega znanja, ne le o fizioloških porodih, temveč tudi o stanjih pri ženskah in novorojenčkih, kadar pride do zapletov, pomaga pri njihovem reševanju in pri tem sodeluje z ostalimi strokovnjaki v zdravstvenem timu.

Pri svojem delu babica upošteva z dokazi podprto obporodno skrb in pomaga porodnici do pozitivne porodne izkušnje, saj se zaveda, da le-ta vpliva na zdravstveno stanje, psihofizično počutje ženske po porodu, zmožnost dojenja ter skrbi za otroka, zdravje otroka ter cele družine.

Babica se neprestano izobražuje in stremi k še bolj kakovostni skrbi za ženske.

Fiziološki porod

Zdrava nosečnost brez dejavnikov tveganja naj bi se zaključila s fiziološkim porodom. Vse ostalo je alternativa: carski rez na željo, porod z analgezijo, visoko medikaliziran porod, tudi porod v vodi. Zdrava nosečnica je edina kompetentna za rojstvo svojega otroka. Vendar se zaradi medikalizacije poroda, ki vključuje pretirano uporabo raznih rutinskih intervencij in zdravil, in moti fiziološke procese s sprožitvami in pospeševanju poroda, pogosto fiziološki porod spremeni v visoko tvegano stanje, ki ga je potrebno reševati.

Svetovna zdravstvena organizacija je leta 2018 posodobila priporočila za obporodno oskrbo in pri tem poudarila pomen pozitivne izkušnje otrokovega rojstva.¹ Za pozitivno porodno izkušnjo matere, novorojenega otroka in celo družino mora biti izpolnjeno veliko pogojev.

Ne smemo pozabiti, da lahko že odhod porodnice od doma pojmuje kot intervencijo. Babice, ki podpiramo fiziološke procese, razumemo, da se ob prihodu v porodnišnico običajno popadki razredčijo ali se celo ustavijo. Porodnici omogočimo dovolj časa, da se porod spet nadaljuje. Babice dobro poznamo *hormonologijo* poroda in razumemo, da je to intimen dogodek, ki ga hitro zmotijo različni dejavniki, na primer neznane osebe, neznani prostori, močna svetloba, hrup, strah, glasno govorjenje, pomanjkanje zasebnosti, kopica navodil, nezaupanje ...

Izjemnega pomena je, da babica vzpostavlja dober odnos, v katerem se lahko razvije zaupanje, da porodnico povpraša o porodnih željah, če jih ta ni vnaprej napisala, da opusti vse nepotrebne in škodljive postopke, kot so na primer klistir, britje, vstavljanje intravenozne kanile, neprekinjeno spremljanje plodovih srčnih utripov s CTGjem.

Ob sprejemu porodnice preverimo lego ploda z Leopoldovimi prijemi, razen če je porod očitno že v zadnji fazi ali močni popadki tega ne omogočajo. Vaginalni pregled ni vedno potreben, ko pa potrebujemo bolj natančno informacijo, ga lahko izvedemo le z dovoljenjem porodnice. Kadar porod poteka normalno, vaginalni pregled v aktivni fazi poroda izvajamo na štiri ure, seveda z vsakokratnim soglasjem porodnice. Neprestano skrbimo za udobje, varnost in zasebnost porodnice ter ji zagotavljamo informirano izbiro. Omogočamo in spodbujamo pitje tekočin ter uživanje hrane, saj bo le tako lahko porod napredoval in bo otrok v dobri kondiciji. Omogočamo ter po potrebi svetujemo nefarmakološke tehnike za lajšanje bolečin ter uporabo različnih položajev.

Fiziološkega poroda ne »vodimo«, temveč ga spremljamo. Porodnici omogočamo spremljevalce po izbiri. Zastremo svetlobo, pogovarjamo se tiho, ne sprašujemo po nepotrebnih informacijah, da ženske ne motimo med procesom rojevanja.

Sam porod poteka v položaju, ki ga ženska izbere. Izogibamo se položaju leže na hrbtu, ki je neudoben tako za nosečnico kot otroka, ne izkorišča sile težnosti, presredek je prekomerno napet, prostora v

1 World Health Organization, WHO Recommendations: Intrapartum care for a positive childbirth experience, 2018. Dostopno na: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/272447/WHO-RHR-18.12-eng.pdf>

medenici pa je manj, saj se križnica ne more odmakniti rojevajočemu vodilnemu delu ploda.

V zadnjem delu otrokove poti potrpežljivo čakamo, da se glavica počasi pomika proti presredku, kar je pri prvorodnicah še posebej pomembno! Med popadkom se glavica pomakne rahlo naprej, po koncu popadka pa zopet nazaj. Ženska naj sama začuti spontani pritisk, ne usmerjamo in ne dajemo navodil, največkrat to ni potrebno. Morda potrebuje le kakšno spodbudno besedo. Glavica si s tem počasnim pomikanjem naprej in nazaj utira pot. Nožnice ne širimo s prsti, kajti poveča se možnost za poškodbe tkiva! Ko je glavica otroka že na presredku ali »se krona«, spodbudimo žensko, da sama porodi glavico oziroma otroka. Takrat ima porodnica najboljši občutek za to, poleg tega tudi sama začuti, da se bo otrok kmalu rodil. Izkušnje kažejo, da prej babici ne more zares verjeti, kako je rojstvo otroka čisto blizu, ker so občutki preveč intenzivni. Babica se otroka po glavi čim manj dotika, niti ne usmerja glavice čez presredek s tehniko pomikanja otrokove bradice navzgor preko presredka. Porojene otrokove glavice nikoli ne brišemo po obrazu, sluz iz noska se bo iztisnila sama, ko bodo mišice nožnice iztisnile celo telo. Ves čas poroda se zavedamo, da je otrok živo in občutljivo bitje, čuti vse naše »manevre« – prediranje ovojev s praskanjem »amniohoka«² po glavici, vaginalne preglede, sliši zvoke CTG naprave in s tem svoje lastne srčne utripe ... Pritisk na vrh maternice – to je zunanji potisk otroka navzdol prek materinega trebuha – je pre pogosto uporabljena intervencija, ki bi jo vsekakor bilo treba beležiti v porodni zapisnik.

Zaupamo ženski in zaupamo njenemu presredku, da se bo takrat, ko bo čas za to, prilagodil otrokovi glavi. Nikakor ženskega presredka ne moremo oceniti, ko je glavica vidna v globini nožnice, to je prezgodaj. Presredek se postopoma širi in mehča pod vplivom hormonov in ne prej kot je to potrebno. Zato poseg s trajnimi posledicami za žensko – prerez presredka – ni potreben v najmanj 95 %!!!

Ko je glavica porojena, damo maternici čas, da si »odpočije«, zaradi zmanjšanja prostornine v maternici ženska potrebuje navadno popadek ali dva, da porodi celo telo. Nikoli ne usmerjamo glave otroka in ne manevriramo v vse smeri, delo prepustimo sili popadka. Medtem med popadkom opazujemo, v katero smer se bodo porodila ramena. Z usmerjanjem otrokove glavice lastnoročno povzročimo zastoj pri ramenih oziroma otežimo porajanje!! Ženski svetujemo močnejši pritisk le ko je potrebno, šele takrat morebiti tudi pomagamo pri rojevanju ramen. Še boljše pa je, da tisti trenutek svetujemo spremembo položaja.

Novorojenega otroka nemudoma položimo na materin trebuh ali prsi. Še bolje je, če mama sama dvigne otroka in ga privije k sebi – občutek je popolnoma drugačen. Seveda lahko to stori tudi oče otroka. Otroka obrišemo, da ne izgublja toplote, oba z mamo toplo pokrijemo in poskrbimo za neprekinjen kožni stik najmanj tri ure po porodu. Neprekinjen kožni stik pomeni, da v tem času otroka nikoli ne odnesemo stran od mame. O dobrobiti kožnega stika je napisanega že veliko: uravnava

2 Angl. *amniohook*, pripomoček za prediranje plodovih ovojev, ki spominja na kvačko.

temperaturo, dihanje, krvni sladkor novorojenčka, življenjsko pomemben mikrobiom ... Poskrbimo za kasno prekinitev popkovnice, saj na ta način otrok prejme do tretjine svoje krvi, ki se še pretaka po popkovnici. Vsi ostali postopki in meritve otroka počakajo na kasnejši čas.

V tem času je izredno pomembno, da je materi udobno, toplo, da ima nemoten čas za povezovanje z otrokom, saj bo tako tudi posteljico brez težav porodila. Če je porod potekal brez dodanih umetnih popadkov v obliki Syntocinona, je običajno ta nepotreben tudi po porodu. Pomembno je, da se posteljica odlušči, pred tem je ne vlečemo za popkovo, saj lahko povzročimo krvavitev. Žensko spodbudimo, da posteljico porodi sama, včasih jo spodbudimo, da se dvigne v pokončen položaj.

Moje osebno mnenje je, da kot babica za žensko in otroka največ naredim s tem, da ne posegam v porod, ko to ni potrebno ter si ne lastim zasluge za porod ženske. Vsaka izkušnja poroda žensko zaznamuje za vse življenje, rojstvo pa je enkratna izkušnja rojenega otroka, ki se vtisne tudi v celični spomin. Pomembno je, kako se rodimo.

Babištvo

Babištvo je poklic, poslanstvo, stroka, profesija in umetnost. Tesno se prepleta z našo kulturo, načinom življenja, zdravjem, skrbjo za druge, z medicino, etiko, s človekovimi pravicami. Babištvo krepi našo intuicijo, poslušaj, zaupanje v fiziologijo ter vse naše čute.

Je privilegij biti ob ženski, spremljati čudež rojstva.

Zahvala

- Združenju Naravni začetki za dolgoletno delo na področju izboljšav obporodne oskrbe in podpora nam babicam pri delu ter ženskam v občutljivem obdobju življenja;
- kolegicam ter mentoricam babicam iz Splošne bolnišnice Jesenice, ki so kasneje sprejele nov (stara modrost s sodobno znanostjo) koncept babištva ter dokazale, da nikoli ni prepozno spremeniti načina dela;
- Evi Macun, specialistki ginekologije in porodništva, za spodbujanje avtonomnega babištva v Sloveniji;
- ženskam in parom, ki izražajo svoje potrebe po fiziološkem porodu in si želijo odlične obporodne oskrbe.

Upati si delati dobro



Foto: osebni arhiv

Tea Bevk, diplomirana babica

Tea Bevk je diplomirana babica, do pred kratkim zaposlena v Porodnišnici Izola. V svojem diplomskem delu je raziskovala izkušnje žensk treh generacij z izbranega geografskega območja v Sloveniji, ki so jih imele z babicami v nosečnosti in med porodom. Poudarja pomen dostopnosti babic za ženske in družine in to tam, kjer te živijo. Prepričana je, da sodi babica med ljudi, v lokalno skupnost, blizu ženskam in družinam. Pri tem pa je pomembno, da je ta babica strokovna in sočutna, da redno neguje svoje znanje. O svojem babištvu pravi: »Pomembnejša kot odločitev, da postanem babica, je bila odločitev, kakšna babica želim postati. In najmanj, kar se kot babica trudim dajati porodnicam, poleg profesionalne obravnave, je sočutje. Kako?« O sočutni porodni oskrbi, ki jo odlikuje delovanje z občutkom za posamezno žensko in otroka ter pozornostjo do potreb ženske, otroka, družine, tudi piše in predava.

Stik: peteh.tea@gmail.com

Zunaj dežne kaplje na lahko močijo vrt, ki je ob začetku jeseni izčrpan od poletja in zato velikodušno sprejema drobne kapljice vode. Tik pred očmi se poletje prelija v jesen. Ta prehod poteka v miru, v intimi narave in ob svojem času, pa kljub temu vsem nam pred očmi. In tako v miru, intimi narave ter babicam pred očmi naj bi se odvijal porod. Prehod v novo življenje. Kakšen bo ta prehod za žensko, je odvisno od mnogih dejavnikov, med njimi tudi povsem nepričakovanih. V času svojega dela v porodni sobi sem spoznala, da se ženskam po porodu globoko v spomin vtisne občutek, ki so ga imele ob babici v porodni sobi. Je to, da si ženska v času poroda želi imeti ob sebi babico, ki bo sočutna, jo bo sprejemala in se odzivala na njene potrebe, se bo ob njej počutila varna in hkrati sprejeta kot enakovredna partnerica v odnosu, ki se ustvarja med porodom, samo »modna muha« sodobnih žensk? To vprašanje se mi je porodilo že zgodaj v času mojega študija in me je potem spremljalo skozi diplomsko delo »Doživljanje babiške oskrbe z vidika žensk treh generacij« ter skozi strokovno udejstvovanje. Zakaj bi si le današnje ženske želele sočutja in zakaj se nekaterim ta potreba zdi povsem nepotrebna, ko gre za porodno pomoč? Če je ženska kdaj kljub rojenemu zdravemu otroku potožila, da ji odnos

babice ali zdravnika med porodom ni bil vseč, sem večkrat slišala komentarje: »Saj je rodila zdravega otroka, kaj sedaj komplicira.« Take besede so izrekle babice, drugi zdravstveni delavci ali pa ljudje, ki se strokovno ne posvečajo porodu. A prisluhnimo ženski: morda meni, da so bili zdravstveni delavci neprijazni, da jih je kaj prosila, pa je niso upoštevali, da je niso poslušali, da niso zapirali vrat v porodno sobo ali ginekološko ambulanto, da so se ob njej pogovarjali o povsem drugih temah, ki niso imele nobene povezave z njenim porodom. So ti občutki zanemarljivi? Se nam, zdravstvenim delavcem, zdijo ti občutki zanemarljivi, če jih občutimo mi, ko smo v vlogi pacienta?

Sočutna oskrba je zelo raziskana v paliativni obravnavi pacientov in tam, se strinjam, je zares pomembna. Vendar pa sta tako smrt kot rojstvo enkratna dogodka. Vsakemu pritiče le eno rojstvo in ena smrt. Oba dogodka se odvijata v intimi posameznika in če ima srečo, njemu najbližjih ljudi, ljudi s katerimi si želi deliti enkratnost dogodkov, ki se odvijajo, v njih poiskati oporo in varnost. Tehten premislek torej pokaže, kako pomemben je sočuten pristop v paliativi, vprašanje pa je, zakaj ne bi bili sočutni tudi ob trenutkih veselega pričakovanja. Še več, morda to pričakovanje sploh ni veselo in tega ne vemo, ker si enostavno ne vzamemo časa, da bi prisluhnili. S sočutjem nikoli ne zgrešimo. Sočutno sodelovanje z žensko še zdaleč ni pavšalen pokroviteljski odnos, je prepoznavanje potreb posameznice, na podlagi katerih se ji skušamo približati.

Pogosto rečem, da je bila pomembnejša kot odločitev, da želim postati babica, odločitev, kakšna babica želim postati. Kdaj in kako sem sprejela odločitev, da želim postati babica, se v resnici niti ne spomnim. Moji domači niso niti vedeli, da obstaja fakulteta, na kateri se izobražuje za ta poklic. Poleg tega sem se po odločitvi za študij še kar nekaj časa na vse pretege trudila otresti babištva, a me je vedno nekaj babiškega poklicalo nazaj. Zdelo se mi je področje, ki ima še veliko prostora za izboljšave – in kar je najboljše, z izboljšavami lahko pričneš v istem trenutku, ko stopiš v stik z žensko. Morda v porodni sobi, na poporodnem oddelku ali pa v njenem domačem okolju, še bolje pa že kar v času njene nosečnosti. Ko vidiš, da so te drobne izboljšave možne, se ti odpre nov svet. Kaj vse bi se še dalo narediti, kaj vse bi še lahko omogočili ženskam in kaj vse, še bolj kot kdaj koli, potrebujejo ženske danes. Ženske danes potrebujejo izbrano babico, ki jim bo na voljo že v času nosečnosti pa vse do zaključka obdobja dojenja. Babico, ob kateri se bodo počutile varne. Odnos, v katerem bo vzpostavljeno obojestransko zaupanje. Kar pa po mojem mnenju v današnjem času še posebej potrebujejo, je babica, od katere bodo zagotovo dobile preverjene in resnične informacije o nosečnosti, porodu in poporodnem obdobju, vključno z dojenjem.

V kraju, kjer sem odrasčala, je živela babica. Vsi so jo poznali, vsi so vedeli, kje stanuje, in po pripovedovanjih so se nanjo obračali po raznorazne zdravstvene nasvete. Bila je dostopna, nosečnice so hodile k njej na dom, da je malo »potipala« in jim povedala, kako kmalu bo prišel čas poroda. V pogovorih so poleg njenega imena pogosto dodali naziv *bab'ca*. Kot otroku se mi je ta naziv zdel skrivnosten. Kaj neki počne ta *bab'ca*. Zakaj vsi vedo, da je ona *bab'ca*. Bila je moj prvi stik z

babištvom in nekaj na njej me je pritegnilo. Skozi odraščanje sem na vse te otroške razmisleke in pomisleke pozabila, sem pa vseskozi imela občutek, da jo ljudje cenijo in da je njen poklic pomemben. Sedaj, ko je gospa že pokojna, se je krajani še vedno spominjajo kot *bab'ce*. Kako močan vpliv ima babištvo na skupnost. Po drugi strani pa danes veliko ljudi sploh ne ve, kje smo babice skrite.

Babice smo danes po večini, čeprav sem vesela vseh pozitivnih premikov, ki se dogajajo pri zaposlovanju babic, skrite v porodnih sobah. Včasih smo celo tako »skrivnostne«, da se ob koncu poroda naše ime nikjer ne zabeleži, ženska pa se po porodu pogosto niti ne spomni, katera je bila z njo. Zapomni pa si občutek, ki ga je imele ob njej. Babice nikakor nismo samo pomočnice v porodnih sobah. Naše izobraževanje zajema veliko širše področje in marsikatera si želi uresničevati svoje babiško poslanstvo zunaj porodnih sob. Babica je zdravstvena strokovnjakinja, ki je kompetentna za obravnavo fiziološke nosečnosti, poroda in poporodnega obdobja, vključno z oskrbo novorojenčka. Usposobljena je za babiške obiske pri ženski in novorojenčku, ko se vrneta domov iz porodnišnice. V času študija pridobivamo sistematično in poglobljeno znanje, da bi bile lahko v pomoč ženskam in družinam v tako ključnih trenutkih, kot sta ustvarjanje družine in skrb za novorojenca. Zdi se mi, da je naš poklic še posebej pomemben sedaj, ko so družine pogosto izolirane celice, daleč od svojih primarnih družin. Po rojstvu otroka se življenje para spremeni. Kar naenkrat je tu med njima še nekdo, ki je dvojino spremenil v množino in spremenil njuno dinamiko bivanja. Preizkušnje, s katerimi se srečuje par in novonastala družina v teh prvih trenutkih, ki minejo, in potem morda življenje spet steče, niso zaradi svoje minljivosti nič lažje ali manj pomembne. Še več, to so trenutki, ki so lahko za novonastala starša zaradi nove vloge in odgovornosti, ki ji pritiče, ter pogosto šibkih socialnih povezav, zelo težki. Kam naj se obrneta? Koga naj pokličeta? Kdo jima bo podal relevantne informacije? V sodobni družbi socialnih omrežij sta obdana z neštetimi idealiziranimi ali pa tudi travmatiziranimi starševskimi in materinskimi zgodbami ter ponudniki raznih svetovalnic, ki so lahko tudi povsem laične. A so le klik stran. Po mojem mnenju je to odgovor na vprašanje, ali so babice tudi danes pomembne za lokalno skupnost. Ženske si več kot očitno želijo našega znanja in veščin blizu svojega doma. Ne trdim, da so ponudnice spletnih babiških storitev in šol za starše le izkoristile podjetniško priložnost. Verjamem, da so se marsikateri za to pot odločile, ker so prepoznale potrebe, ki jih imajo ženske, vendar so ob tem čutile, da zanje ni prostora drugje kot na spletu in v samostojni poti.

Poporodne obiske na domu v Sloveniji opravljajo patronažne medicinske sestre. Ko govorimo o tem, da bi babice morale biti blizu ženskam, jih obiskovati na domu, pogosto naletimo na odpor. Kot da želimo komu vzeti nekaj njegovega. To ni res. Nikomur ne želimo ničesar vzeti. Želimo le uresničevati ta del svojih kompetenc. Ne zaradi nas samih, ampak za dobro žensk in družin.

Ženskam, ki si želijo našega znanja, ga želimo dati, vendar je pogoj za to, da to znanje najprej zares imamo. Spati na lovorikah znanja iz časa našega študija se mi zdi neodgovorno. Babice se moramo izobraževati,

redno in do svoje upokojitve. Ampak kako do znanja? Vse, ki hodimo na delo, in imamo morda poleg tega še svoje lastne družine, težko najdemo čas, da bi brskale po najnovejših babiških dognanjih. Potrebovali bi izobraževanja, ki bi opolnomočila babice za uresničevanje njihovih kompetenc, in skupino raziskovalk, ki bi sledila razvoju teorije, ter svetovala, kako teorijo vpeljati v prakso. Šele ko znanje imaš, ga lahko uporabiš in premakneš meje. Z nadgrajevanjem znanja stroka raste in posledično kakovost življenja širše skupnosti. Pogosto je bila prva opazka, ko je prišlo do rupture tretje stopnje: »Zakaj nisi naredila epiziotomije?« Nihče pa me ni vprašal, na primer, ali sem izbrala ugoden položaj za porod oziroma kakšno drugo babiško veščino. Resnici na ljubo, ne vem, če bi ga takrat sploh znala izbrati. Tega me nihče ni naučil, ne na fakulteti in tudi ne kasneje, nihče mi tega ni pokazal, in nisem še zasledila izobraževanja o porodnih položajih, vsaj ne v sklopu izobraževanj, ki sem jih dolžna opraviti. Potemtakem je resnično lažje narediti epiziotomijo?! O njej le redkokdo dvomi. A meni se to ne zdi prava pot. Po mojem mnenju je prava pot v znanju in vzajemnem sodelovanju med različnimi strokovnjaki. Pomembno pa se mi zdi, da se zavedamo, do kod segajo naše kompetence in kje se začnejo zdravnikove. Seveda tudi v obranem vrstnem redu – do kod segajo zdravnikove kompetence in kje se začnejo naše. Izključevanje in merjenje moči ne sodi v obravnavo žensk v času nosečnosti, poroda in starševstva. Ženske potrebujejo babico in zdravnika, ki sodelujeta.

Kakovostna babiška oskrba ima dva vidika, ki se ne smeta izključevati, ampak se podpirata. To sta komplementarna dela, ki eden brez drugega ne moreta. Samo zaradi tega, ker smo strokovni, še ne pomeni, da nam ni treba biti sočutni. In tudi samo sočutje ni dovolj. Potrebno je znanje. Za oboje. In pogum – upati si delati dobro.

Babištvo kot prototip sodelovanja ženske z žensko?

dr. Zalka Drglin

Na čem temelji potreba po porodni pomoči?

Rado se govori, da je babištvo najstarejši poklic na svetu, a to bi bilo treba šele dokazati. Lahko pa argumentirano trdimo, da je porodna pomoč pri človeški vrsti utemeljena na potrebah porodnic in novorojenčkov. Antropološke študije kažejo, da je navzočnost drugih pri (človeškem) porodu pomenila evolucijsko prednost tako zaradi praktične pomoči porodnici in novorojenčku, kadar je ta potrebna, kot tudi zaradi čustvene podpore v izjemnem življenjskem prehodu. Predpostavljamo lahko, da babištvo korenini v zmožnostih in sposobnostih sodelovanja med ženskami: med porodnico, ki je v ranljivem položaju, in navadno nekoliko bolj izkušenimi ženskami, ki so njena podpora. Najverjetneje so živele v isti skupnosti, in tudi sicer vsaj pri določenih opravilih sodelovale. Značilnost izvirne porodne pomoči bi torej lahko opredelili kot izrazito žensko sodelovanje.

Osnovne potrebe porodnic so tudi danes podobne kot v preteklosti. Porodna pomoč se je sčasoma profesionalizirala, oblikovala sta se babištvo kot podpora fiziološkimi potekom nosečnosti, poroda, poporodnega obdobja, dojenja, in porodništvo, ki se posveča patološkim stanjem in procesom, vsako s specifičnim znanjem in veščinami. Vendar pa je za dobršni del današnje babiške prakse značilno prav pomanjkanje priložnosti, da bi se nosečnica in babica dobro spoznali in da bi se med njima spletla vez. Poglejmo nekaj zelo povednih dejstev o obstoječi porodni kulturi. Po premiku poroda v porodnišnice v petdesetih letih dvajsetega stoletja se je vzpostavila praksa, da za porodnico poskrbijo babice, ki so takrat na delovnem mestu. Največkrat je to pomenilo, da sta se ženska in babica prvič srečali šele, ko je porod že potekal, da je oskrbo po zaključku delovnega časa prve babice prevzela druga, poleg tega pa je pogosto ena babica skrbela za več porodnic hkrati. Obiske na domu matere in novorojenčka je opravljala druga oseba. Ta oblika deljene oskrbe je prevladujoča še danes. Med drugim kaže na presenetljivo pomanjkanje zavedanja o temeljnih potrebah ženske v obporodnem obdobju – v nosečnosti na primer po čustveni varnosti in razvoju zaupnega odnosa z osebo, ki bo navzoča pri porodu. Ob dobri povezanosti s strokovno usposobljeno porodno pomočnico se ženska lažje prepusti dejavnostim svojega telesa med porodom, kajti na podlagi sodelovanja v nosečnosti lahko babici utemeljeno zaupa. Babica pa lahko svoje znanje in spretnosti prilagaja, da bodo v kar najboljšo pomoč prav tej posameznici med porodom in v obdobju zgodnjega

materinstva, kajti spoznala je njeno zdravstveno stanje, njene strahove, dvome, njene vire moči, njene specifične potrebe in želje. Ali ne bi bilo utemeljeno pričakovati aktivnih prizadevanj za drugačno ureditev obporodnega zdravstvenega varstva s sistemskimi spremembami: za neprekinjeno babiško oskrbo in v obliki »ena porodnica – ena babica«? Posamezne slovenske samostojne babice uresničujejo tako skrb, prav tako si zanjo prizadevajo nekatere, ki delujejo v javnem zdravstvenem sistemu, v porodnišnicah so zaživele t. i. »babiške ambulate«. Individualne iniciative in trud posameznic je treba prepoznati in ceniti, a to ni dovolj, potrebno je angažiranje babiške skupnosti.

Razmisliti bi morali, kako je mogoče, da je prišlo do fragmentacije skrbi v obporodnem obdobju in kaj nam to pove o statusu babic. Kako lahko bodoče matere izrazijo svoja pričakovanja, izkušnje in potrebe, povezane z njihovo potjo v materinstvo? Kaj nam pove manko možnosti za artikulacijo potreb uporabnic zdravstvenega varstva oz. njihovega prepoznavanja in upoštevanja? Ali ne gre za neke vrste spregled potreb žensk? Zmanjševanje, zanikanje, zabrisi imajo vedno svojo funkcijo tako pri posamezniku oziroma posameznici kot tudi pri družbenih pojavih. Zato jih je treba »brati« ne le na individualni ravni, pač pa tudi razumeti na ravni določenega družbenega in zgodovinskega trenutka. Sploh pri tako pomembnih dejavnostih, kot je porod, ki se tiče velikega deleža žensk. In to je ključno: porod je ženska dejavnost, zato moramo razmišljati o pozabi – in spozabah – v okviru vsakokratnega položaja žensk, še posebej žensk kot mater.

Babice ko prenašalke sporočil o materinstvu

Babica pri svojem delu prenaša sporočila skupnosti o tem, kaj materinstvo je, natančneje, kako ga skupnost definira, določa, katere materinske prakse so zaželenе in nagrajene, katere pa deležne zavračanja, v kakšnem prostoru ne-svobode se gibajo ženske, ko so matere, kako so skozi materinstvo deležne urejanja in omejevanja. Kakšna naj bo mama: požrtvovalna, trpeča, ponižna, ubogljiva, naj sebe postavlja v ozadje? Povezana s seboj, razmišljujoča, informirana, v središču oskrbe in odločanja o sebi in svojem telesu? Ključno vprašanje je: »v čigavi službi« so babice? So prinašalke opresivnih patriarhalnih sporočil? Sodelujejo, vede ali nezavedno, zavestno ali nehote, pri ohranjanju ali celo krepitvi tradicionalnih, podrejenih, ne-avtonomnih leg, vlog, funkcij ženske? Ali prispevajo k opolnomočenju ženske, k samorefleksiji in premisleku o ženskah kot materah, k njihovi avtonomiji, k samoodločbi?

Zavedati se moramo, kako nobena poklic ni imun pred možnostjo, da pri njegovem udejanjanju, pri »storitvah«, prihaja do uporabe moči v nasprotju s temeljnimi potrebami in interesi tistega, ki mu je v namenjen, tudi če se izvaja v obliki »skrbi« ali »nege«. Manj ko se babice povezuje z ženskami in njihovimi potrebami, večja je možnost, da bo njihova skrb za ženske rutinska, ne-individualizirana ali celo neprimer- na. Skrajna oblika nepovezanosti z ženskami je pojav systemskega in institucionalnega nasilja: to je mogoče, kadar se vzpostavljajo in ohranjajo hierarhični odnosi na podlagi moči, ali, bolje rečeno, v oblastnih razmerjih. V njih lahko tista, ki ima več moči, ki ji jih daje njen status

(zaradi specifičnega znanja, ki se zdi večvreden, spretnosti, informacij, položaja) te uporablja in tudi zlorablja proti resničnemu interesu porodnice, ki je v odvisnem položaju (zaradi potrebe po porodni pomoči, tega, da se nahaja v preoblikujočem življenjskem prehodu ...).

Babištvo kot prototip sodelovanja med ženskami? Kako?

Zaradi velikega pomena babištva za kakovost življenja žensk in otrok je še kako pomembno, kakšno babištvo razvijamo in negujemo. Babiško delo je v svoji najplemenitejši različici resnično poslanstvo. Kajti babice so res lahko varuhinje nosečnic in čuvarke živega porodnega dogajanja – takrat gre zelo zares –, tega utripanja življenja v popadkih, silnih telesnih občutkih in preplavljajočih čustvih; in skrbnice mater in dojenčkov. Fiziološki procesi se odvijajo samodejno, to dela »narava«, zanje babice nimajo zasluga. Njihova naloga pa je, da jih omogočajo, storijo, kar je v njihovi moči, da preprečijo delovanje dejavnikov, ki bi jih motili ali preprečevali, ob tem pa skrbno spremljajo počutje, zdravstveno stanje obeh in morebitna odstopanja ter ustrezno ukrepajo, če je ogroženo zdravje otroka ali matere.

Kaj je treba storiti, da babiška zavezanost ženski ne bo izjema ali zgolj lepo zveneča opredelitev, pač pa vsakdanja izkušnja vsake nosečnice, ki si takega odnosa želi? Spraševati se je treba, kakšna je »narava« te sicer začasne povezave med babico in žensko, na čem naj temelji, če ne more in ne sme na hierarhično zastavljenem odnosu.

Če vas za babico učijo tako, da opazujete žensko, otroka, porod »od zunaj«, jih vidite kot objekt proučevanja in delovanja. Seveda gre pri porodu tudi za »stvar«, za stvarnost poroda, in to zahteva poglobljeno znanje o telesu, o njegovi zgradbi, o mišicah, kosteh, ligamentih, hormonih ... in o njegovem delovanju, zmožnostih, o utripanju, dihanju, popadkih. A hkrati gre za doživljanje in odzivanje, za notranji svet, ki se prepleta z zunanjim. Gre za splet ne le okoliščin poroda in dejavnosti fizičnih teles matere in dojenčka, ampak za srečanje (najmanj) treh subjektivnosti: matere, novorojenčka, babice, in še koga, če je navzoč med porodom. Zato je izjemno pomembno, če se na poti učenja zgodi, da študentka zares vstopi neposredno v porodni prostor kot prostor odnosov, da vstopi v odnos z žensko. Takrat se zgodi tisto ključno: ugotovi, kako zelo je že vpeta, spozna, da deluje s tem, kar je – utelešeno bitje, bitje, ki občuti, čustvuje in misli, in deluje s pomočjo svojega čutečega telesa, in te procese tudi reflektira. Napredne babice odlikuje poglobljeno sodobno znanje in veščine kot tudi znova in znova ozaveščeni notranji procesi, da lahko delujejo v odnosu in s pomočjo odnosa. To kliče k razvoju drugačnih pristopov v izobraževanju babic.³

Ustvarjanje in negovanje skupnosti, iskanje sožitja v odnosih je morda najbolj učinkovit protistrup za pogubno pretirano materialno potrošnjo današnjega časa. V srčki skupnosti na vseh ravneh življenja najdemo temeljni vzgib k vzpostavljanju vezi. Povezava med materjo in otrokom, očetom in otrokom, med odraslimi, ki se odločijo posvetiti

3 Celodnevno izobraževanje take vrste smo Združenje Naravni začetki izvedli pod naslovom V varnih rokah 15. marca 2024 v Ljubljani.

skrbi za dojenčka – vse to je uresničevanje hrepenenja, utemeljenega v evoluciji, v želji po živosti.⁴ Za otroka to ni mogoče brez skrbi in posvetitve odraslih. V babištvu je potencial, da (ponovno) postane zaveznik ženske. In po ženski (prek ženske) zaveznik otroka, ki ga ženska nosi, rojeva, doji. Vse to brez vsakršne idealizacije materinstva, in brez nje-gove naturalizacije, z zavestjo o pomenu avtonomije žensk.

Materinstvo lahko razumemo kot eno temeljnih človekovih ustvarjalnih dejavnosti. Sooblikujemo lahko podporne okoliščine, da bi se udeleževali v vsej svoji pestrosti. Tu je pomembno sodelovanje otrokovega očeta in po možnosti drugih ljubečih bližnjih. In v krogu podpore materinstvu ima babištvo svoje mesto, če bo v polnosti živelo svojo primarno vlogo, ki je utemeljena na zavezi ženskam. Cilj – ki se zdi preprost, pa tako zahteven hkrati – je negovanje procesa, ko ženska nosi in daje življenje, in vlaga svoj čas in energijo, svojo ljubezen, da bo to novo človeško bitje počasi, v svojem lastnem tempu, postalo sicer samo-svoje in samo svoje in zase, pa vendarle neizogibno povezano z drugimi. Da bo našlo samo sebe in iznašlo svoj lastni način govora v gosti tkanini pogovorov med nami bivajočimi.

Zato, da bomo še naprej ustvarjali družino, dom, in da bomo poskrbeli, da Zemlja ostane dom vseh živih bitij, za vsa živa bitja. To lahko počnemo le skupaj, v sodelovanju.

4 Utemeljeno v premislekih t. i. »nove biologije«, v slovenščini glejte npr. delo Andreasa Webra, Čuteča narava, Modrian, Ljubljana 2011.

Za razvoj sodobnega babištva v dobro žensk in otrok

Združenje Naravni začetki se predstavi

Kdo smo Združenje Naravni začetki?

Združenje Naravni začetki smo nevladna, neprofitna in prostovoljska organizacija s statusom društva v javnem interesu na področju družine, ki smo jo ustanovili leta 2000, neformalno pa delujemo od leta 1996.

Za kaj si prizadevamo?

Prizadevamo si za kakovostno in spoštljivo obporodno skrb v Sloveniji. Eden ključnih dejavnikov za to je sodobno babištvo, utemeljeno na etiki skrbi. Zavezani smo ženskam in kakovosti družinskega življenja. Zavzemamo se za pravico matere do izbire porodnega okolja, za neprekinjeno babiško oskrbo v nosečnosti, med porodom in v obdobju zgodnjega materinstva v obliki ena ženska – ena babica.

Kaj počnemo?

Zagovarjamo posameznice in njihove družine v sistemu obporodne skrbi, jim pomagamo v stiskah v tem obdobju, izobražujemo bodoče starše in starše na začetku njihove poti. V dolgoletnem delu z nosečnicami, bodočimi očeti in starši dojenčkov se je usmeritev Združenja h krepitvi možnosti za naravni, fiziološki, normalni porod nenehno potrjevala. Zato tudi vsa leta našega delovanja vztrajno sodelujemo z babicami, študentkami in učiteljicami babištva, Sekcijo medicinskih sester in babic, jih podpiramo pri krepitvi njihove vloge in ponovnem pridobivanju babiških kompetenc v skrbi za zdravje žensk v nosečnosti, med porodom in po njem, pa tudi veliko širše: v skrbi za žensko zdravje od prve menstruacije do konca življenja. Intenzivno sodelujemo pri krepitvi avtonomnosti babištva, kot ga potrebujejo ženske.

Babištvo raziskujemo in spodbujamo njegov razvoj na nacionalni ravni, objavljamo znanstvene, strokovne, poljudne prispevke, pripravljamo predavanja in okrogle mize za različne javnosti, ustvarjamo prostor za prenašanje babiškega znanja, veščin, praks, izkušenj babic v Sloveniji in iz tujine, organiziramo gostovanja uveljavljenih babic iz mednarodnega prostora, sodelujemo s strokovnjakinjami in organizacijami v Evropi in širše.

In naši dosežki? Predstavljamo nekaj izbranih:

· *Babiški kafé*

V letu 2024 smo organizirali in izvedli cikel javnih, živih, poglobljenih pogovorov z babicami in porodničarko o babištvu, porodu, materinstvu; o aktualnih temah, povezanih s sodobnim babištvom in njegovo vlogo; prvič v Sloveniji so diskusije potekale v tej obliki.

· *Publikacije, priročniki, brošure*

Pripravili in objavili smo publikacijo sistematično zbranih pravic porodnice z razlagami.

Drglin, Z. in Šimnovec, I., ***Pravice porodnice: pravice nosečnice, porodnice, matere novorojenčka v porodnišnici***. Združenje Naravni začetki, Ljubljana 2022.

<https://praviceporodnice.org/wp-content/uploads/2022/09/NOSECNI-CE-in-STARSI-Pravice-Pordnice.pdf>

Pripravili, izvedli in objavili smo preliminarno študijo o porodnih izkušnjah, o katerih so poročale matere, ki so vključevale neprimerne prakse in različne vrste nasilja v porodnišnicah, ki je prva tovrstna študija v Sloveniji.

Drglin, Z. in Šimnovec, I., ***Ničelna toleranca do nasilja med porodom. Za sočutno ter ženski in otroku naklonjeno strokovno utemeljeno obporodno skrb***. Združenje Naravni začetki, Ljubljana 2022.

<https://praviceporodnice.org/wp-content/uploads/2022/09/STUDIJA-Nicelna-toleranca.pdf>.

Obširen povzetek te študije je objavljen tudi v angleščini: Drglin, Z., Šimnovec, I., ***Zero Tolerance for Violence During Childbirth. For Respectful and Evidence-based Perinatal Care of Women and Children. Preliminary Assessment of Institutional Violence Against Women and Parents and Inappropriate Practices***. Natural Beginnings Society, Ljubljana 2022.

<https://respectfulcare.eu/wp-content/uploads/2024/08/2024-Drglin-Z.-Zero-Tolerance-for-Violence-During-Childbirth.-For-Respectful-and-Evidence-based-Perinatal-Care-of-Women-and-Children.pdf>

Pripravili in objavili smo **sklop besedil o porodu v reviji Apokalipsa**

Apokalipsa: revija za preboj v živo kulturo, 2018, št. 221–222, v njem so objavljeni: prevod prispevka Davis-Floyd, R., »Tehnokratska, humanistična in holistična paradigma obporodne in zdravstvene skrbi«, str. 89–134 s spremnim besedilom Z. Drglin; intervju Tee Hvala z Z. Drglin »Porod po meri žensk«, str. 67–88, in »Porodna pobuda za odlično obporodno skrb« avtoric I. Šimnovec in Z. Drglin, str. 177–191.

Prevedli smo **babiški priročnik *Modrost rojevanja***, ki ga je napisala najbolj znana babica na svetu, **Ina May Gaskin**, in ki je najbolj zažele na literatura na tem področju v Sloveniji.

Gaskin, I. M., ***Modrost rojevanja***, Založba Sanje, Ljubljana 2007, 2022 (dopolnjena in posodobljena).

Prevedli smo **priročnik za informirano pripravo na porod *Moj porodni načrt***, ki ga je napisal svetovno uveljavljeni Marsden Wagner, perinatolog, direktor Oddelka za zdravje žensk in otrok pri Svetovni zdravstveni organizaciji, v katerem osvetljuje pomen fiziološkega poroda in babiške podpore.

Wagner, M., ***Moj porodni načrt***, Založba Sanje, Ljubljana 2008.

Pomen babištva za ženske in družino smo osvetlili tudi v brošuri

Moj trebušček, najin porod, naše rojstvo <http://www.mamazofa.org/akcije/moj-trebuscek-najin-porod-nase-rojstvo-20-pravic-za-20000-druzin>

Prevedli in objavili smo pobudo za materam prijazen porod

Deset korakov Pobude za materam prijazen porod Zveze za izboljšanje obporodne skrbi. <https://www.mamazofa.org/sites/default/files/clanki/144-file-imbci-slovene/imbci-slovene.pdf>

- *Predavanja, okrogle mize, konference z vabljenimi gosti in gostjami*

Na naše povabilo so Slovenijo obiskali, predavali in se udeležili okroglih miz ugledni, svetovno uveljavljeni strokovnjaki s področja obporodne oskrbe, porodnih kultur in babištva **Ina May Gaskin, Debra Pascali Bonaro, Marsden Wagner, Robbie Davis-Floyd**. Pogovore z njimi smo med drugim objavili v Sobotni prilogi Dela in Objektivu časnika Dnevnik.

- *Portal Pravice porodnice*

V letu 2022 smo odprli **spletni portal Pravice porodnice** www.praviceporodnice.org, na katerem na kratko in poglobljeno ozaveščamo ženske, ki se pripravljajo na porod, njihove partnerje ter zdravstvene strokovnjake, še posebej babice, o pravicah porodnice, pravicah v praksi, neprimernih praksah in dobrih rešitvah. Portal je edinstven, ne samo za Slovenijo temveč tudi za širši evropski prostor, saj so prvič na enem mestu zbrane in utemeljene pravice porodnice. Izvleček je preveden tudi v angleški jezik <https://praviceporodnice.org/wp-content/uploads/2022/09/ENG-Human-rights-in-childbirth-in-Slovenia.pdf>

· *Izobraževanja za babice*

V izobraževanju babic že vrsto let sodelujemo s predavanji in delavnicami.

V letu 2024 smo razvili in prvič izvedli celodnevno izobraževanje za babice o uresničevanju pravic porodnic v praksi **V varnih rokah. Za uresničevanje sočutne porodne oskrbe.**

· *Podporne skupine*

Organizirali in vodili smo podporno pogovorno skupino za študentke in študente babištva in tekaško skupino za študentke babištva. Pri mentorskem delu z njimi spodbujamo raziskovanje babištva, babiških praks v preteklosti in danes ter razvoj sodobnih konceptov in praks.

V skupini '**Za babice**' omogočamo aktivno prenašanje babiških znanj in spretnosti med babicami, skupaj si prizadevamo za večje uresničevanje pravic žensk, novorojenčkov in družin med porodom, za neprekinjeno babiško skrb »ena porodnica – ena babica« in razvoj spoštljive, na žensko osredičene obporodne oskrbe, ki zagotavlja kar najboljše telesno in duševno zdravje matere in otroka kratkoročno in dolgoročno.

· *Pobude*

Oblikujemo pobude za izboljšanje obporodne skrbi na nacionalni ravni z večjim poudarkom na babištvu.

Na podlagi naših predhodnih dokumentov, poznavanja porodnih praks pri nas in v tujini, sodobnih znanstvenih in strokovnih dognanj, podobnih pobud v tujini in mednarodnih smernic smo leta 2010 objavili dokument Drglin, Z. in Šimnovec, I., **Porodna pobuda za odlično obporodno skrb**, Združenje Naravni začetki, Ljubljana 2010.

<http://www.mamazofa.org/sites/default/files/akcije/56-porodna-pobuda/porodna-pobuda-pojasnila.pdf>

Osnovni cilj pobude je varna in učinkovita skrb za žensko in otroka, usmerjena pa je v razvoj sistema obporodne skrbi v Sloveniji, ki združuje babiški in zdravniški pristop in vključuje telesne, duševne in socialne vidike in vključuje različna porodna okolja. Pripravili smo tudi angleški povzetek https://praviceporodnice.org/wp-content/uploads/2022/06/ENG_Maternity-Care-Initiative.pdf

V petnajstih točkah smo zajeli vse najpomembnejše vidike odlične obporodne skrbi v Sloveniji, ki vključuje tako vidik uporabnic in uporabnikov kot babic kot ključnih skrbic žensk med naravnimi procesi nosečnosti, poroda in v poporodnem obdobju, in drugih zdravstvenih strokovnjakov. Pobudo smo predali Ministrstvu za zdravje. Dokument je še danes enako aktualen, kot je bil v času nastanka, in je edina tovrstna pobuda v Sloveniji. Pri pripravi dokumenta in zaključnega dogodka smo intenzivno sodelovali z babicami, zdravniki in mediji.

V dokumentu Drglin, Z. in Šimnovec, I., **Nežna pobuda**, Združenje Naravni začetki, Ljubljana 2015 osvetljujemo ključne potrebe otroka, mame in očeta v prvih urah po rojstvu in predlagamo oblikovanje pogojev za njihovo zadovoljevanje. Pobuda je namenjena nosečnicam, njihovim bližnjim in zdravstvenim strokovnjakom, še posebej pa babicam, ki so v neposrednem stiku z staršema in otrokom v porodni sobi. Z aktivnim informiranjem babice na podlagi prikazanih dejstev spodbujamo k zagotavljanju pravic matere, očeta in novorojenčka takoj po porodu. https://www.mamazofa.org/nmo/site/assets/files/1022/nezna_pobuda.pdf

Pripravili smo tudi izvleček v angleščini https://praviceporodnice.org/wp-content/uploads/2022/06/ENG_Gentle-Initiative.pdf

- *Zasnova, priprava in objava dveh celovečernih filmov*

Ustvarili smo dva **celovečerna dokumentarna filma** **Postaja** in **Narocje**, v katerih skozi neposredno izkušnjo materinstva in očetovstva v Sloveniji osvetljujemo potrebe in izkušnje staršev in izpostavljamo pomen babištva, ki presega ožji zdravstveni okvir, in izbire porodnih okolij.

<http://mamazofa.org/filmdok/>

<http://mamazofa.org/narocje/>

- *Sodelovanje pri vpisu babištva v Slovenski Register nesnovne kulturne dediščine in nominaciji babištva za vpis na Unescov Reprezentativni seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva*

Združenje Naravni začetki je kot **sopobudnik 14. 1. 2021 vložilo predlog za začetek postopka vpisa babištva v slovenski Register nesnovne dediščine**. Zalka Drglin je vodilna avtorica **opisa enote Babištvo**, ki je bilo 14. 12. 2021 vpisano v Register nesnovne kulturne dediščine v Sloveniji; enota 99. <http://www.nesnovnadediscina.si/sl/register>.

Zalka Drglin in Irena Šimnovec sta pripravili dokumentacijo predloga, s katerim se **Združenje Naravni začetki vpisujejo kot nosilci babištva v slovenskem Registru nesnovne dediščine**, vpis je bil izveden 27. 1. 2023. <http://www.nesnovnadediscina.si/sl/register/babistvo>.

Babištvo je bilo 6. 12. 2023 vpisano na Unescov Reprezentativni seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva. Pri nominaciji so sodelovale naslednje države: Ciper, Kirgizija, Kolumbija, Luksemburg, Nemčija, Nigerija, Slovenija in Togo. **Zalka Drglin je kot ekspertka za babištvo sodelovala v mednarodni ekspertni skupini za pripravo dosjeja nominacije babištva za vpis na reprezentativni Unescov seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva**, in koordinirala delo. Zalka Drglin je govorka v mednarodnem filmu o babištvu, ki je del spremljevalne dokumentacije nominacije in je javno objavljen kot **Midwifery: knowledge, skills and practices** <https://ich.unesco.org/en/RL/midwifery-knowledge-skills-and-practices-01968>.

Združenje **Naravni začetki** je aktivno sodelovalo na sestankih v procesu priprave nominacije in pri pripravi pisne dokumentacije (dosjeja nominacije), kot eden izmed dveh nosilcev babištva za Slovenijo je **podalo tudi pismo soglasja** k nominaciji babištva za uvrstitev na Unescov seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva.

Zalka Drglin je pripravila scenarij **dokumentarnega slovenskega filma o babištvu *Babištvo***: znanje, veščine in prakse (2023), producent Ministrstvo za kulturo, in vodila pogovore s sodelujočimi babicami v filmu, je govorka v tem filmu, v njem pa kot govorka sodeluje tudi Irena Šimnovec, predsednica Združenja Naravni začetki. Dokumentarni film je bil premierno prikazan 24. 1. 2024 v Slovenskem etnografskem muzeju. Združenje Naravni začetki je sodelovalo v pogovoru na premieri, ki ga je vodila Zalka Drglin.

Združenje Naravni začetki smo kot nosilci babištva prejeli Unescovo listino 6. maja 2024 na slavnostni podelitvi v Narodni galeriji v Ljubljani.

O ustvarjalkah programov pri Združenju Naravni začetki

Irena Šimnovec je predsednica Združenja Naravni začetki. Z Zalko Drglin sta sodelovali pri zasnovi in izvedbi nacionalne raziskave »Porodnišnice za današnji čas. Razvoj kakovosti obporodne skrbi – žensko osrediščena perspektiva«, v kateri sta osvetljevali potrebe žensk in družin po aktivnejši vlogi babic v nosečnosti, med porodom in v obdobju dojenčka; sta soavtorici vsebin na portalu Pravice porodnice www.praviceporodnice.org in dokumentov, ki temeljijo na človekovih pravicah ženske, otroka, staršev dojenčka in osvetljevanju vloge babištva, predstavljenih zgoraj. Med drugimi je vodila projekte »Še vsaka je rodila!: Pravice žensk v obporodnem obdobju«, »Pravica je (tudi) ženskega spola!«, v katerih smo intenzivno sodelovali z babicami, tudi z organizacijo in izvedbo podporne skupine zanje. Sovodi projekt »Porodnice ne ležite, babice vstanite!«.

Dr. Zalka Drglin je doktorica ženskih študij in feministične teorije, magistrica sociologije kulture, profesorica pedagogike in svetovalka za obporodne stiske. Zaposlena je kot raziskovalka na Nacionalnem inštitutu za javno zdravje. Je priznana strokovnjakinja in aktivna raziskovalka na področju babištva, porodne oskrbe, antropologije poroda, kulture rojevanja; še posebej pa se osredotoča na sodobno porodno pomoč, materinstvo, babištvo, dojenje, obporodne duševne stiske, kot so depresija, tesnoba, travma, soočenje z izgubo, spolna zloraba, obremenjujoče izkušnje, različne oblike nasilja. Od leta 2001 je vodja projektov in prostovoljka pri Združenju Naravni začetki; vodi programe za ženske in pare v pričakovanju in starše dojenčkov ter nosečnice in matere v stiski, soustvarja pobude in gradiva o obporodni skrbi, pravicah porodnic in babištvu. Je avtorica, soavtorica in urednica znanstvenih, strokovnih in poljudnih publikacij in prispevkov, v Cobissu je zavedenih 578 enot njenih znanstvenih, strokovnih, poljudnih idr. avtorskih del (dostop 29. 9. 2024). Je avtorica znanstvene monografije

Rojstna hiša in urednica ter soavtorica znanstvene publikacije *Rojstna mašinerija*. Je prevajalka *Modrosti rojevanja* Ine May Gaskin in priročnika *Moj porodni načrt* Marsdena Wagnerja, predavateljica, mentorica študentkam. Z nazivom višja predavateljica redno predava na Fakulteti za zdravstvo Angele Boškin, več let je sodelovala kot zunanja predavateljica na Oddelku za babištvo Zdravstvene fakultete ULJ; predava tudi na drugih fakultetah, izvaja vabljen strokovna in znanstvena predavanja v Sloveniji in tujini; mentorica študentkam babištva na različnih stopnjah šolanja; doktorskih, magistrskih in diplomskih nalogah, povezanih z babištvom; od marca 2024 častna članica Zbornice zdravstvene in babiške nege. Je tudi pesnica.

Izbrane publikacije:

Drglin, Z., *Rojstna hiša. Kulturna anatomija poroda*, Delta, Ljubljana 2003.

Drglin Z. (urednica in avtorica poglavij): *Rojstna mašinerija. Sodobne obporodne vednosti in prakse na Slovenskem* Univerza na Primorskem, Znanstveno-raziskovalno središče, Založba Annales, Koper 2007.

Drglin, Z., *Zima v srcu*, Nacionalni inštitut za javno zdravje, Ljubljana 2017.

Naravni začetki

Združenje za informiranje, svobodno izbiro in podporo
na področju nosečnosti, poroda in starševstva