

Kaj ženska potrebuje pri porodu?

»Sočutje. Zavedanje osebja, da je to za nas enkratni dogodek. Da je to dogodek, ki vpliva na veliko življenj.«

»Da se porodni proces obravnava s spoštovanjem, ki si ga zasluži.«

»Da bi me poslušali in slišali.«

»Potrebovala bi spodbudo, toplino.«

»Predvsem spoštovanja telesa in želja.«

»Želela bi si, da bi mi pojasnili postopke in počakali na mojo privolitve.«

»Upoštevanje besede NE.«

»Mirnost.«

»Spoštovanje sposobnosti ženskega telesa, da zna roditi samo, če mu to dovolimo.«

»Omogočanje gibanja, tuširanje, hrane in pijače, ne pa zatiranje osnovnih potreb.«

»Več pomoči pri vzpostavljanju dojenja, in da ima oseba strokovno znanje o dojenju.«

»Da se me upošteva, da se mi verjame, da se mi stvari razložijo, da imam pravico odločati o svojem telesu.«

»Psihična podpora za porodnice in mamice.«

Napredna babica

... nosečnost, rojevanje in dojenje pojmuje kot naravni del človeškega življenjskega ciklusa.
... je skrbnica fizioloških, normalnih, naravnih procesov nosečnosti, poroda, laktacije in dojenja, poporodnega obdobja.
... v središče postavlja porodnico in tesno sodeluje z njo.
... uresničuje pravice porodnice do varne, primerne, ustrezne, učinkovite, pravočasne, spoštljive, vključujoče, osebno in kulturno občutljive obporodne zdravstvene oskrbe najvišje kakovosti, ki jo je mogoče zagotoviti, in s tem do najvišje dosegljivih ravni telesnega in duševnega zdravja ženske in otroka in njunega varovanja.
... njena vednost je plod pretehtanih tradicij porodne pomoči, sodobnih znanstvenih spoznanj in premišljenih izkušenj, ki jih babice pridobivajo pri porodih.
... omogoča opolnomočenje ženske na samem začetku njene nove materinske vloge.
... in tako uresničuje sočutno porodno skrb.

Za polno uresničitev babiške vloge!

- 14. decembra 2021 je **babištvo vpisano v slovenski Register nesnovne kulturne dediščine**.
- Združenje Naravni začetki smo kot nosilec babištva vpisani 27. januarja 2023.
- 6. decembra 2023 je **babištvo vpisano na Unescov Reprezentativni seznam nesnovne kulturne dediščine človeštva**. Slovenija kot ena od 8 držav sodeluje pri nominaciji.
- V kratkem dokumentarnem filmu **o sodobnem slovenskem babištvu Babištvo. Znanje, veščine in prakse**, Ministrstvo za kulturo, 2023, sodelujejo tudi napredne babice in Združenje Naravni začetki.

Pomen in vloga babic, opisana v dokumentaciji vpisa na Unescovem Reprezentativnem seznamu, še nista v polnosti uresničena, saj je bilo babištvo zaradi določenih družbenih in zgodovinskih okoliščin nekoliko zapostavljeno. Tako kot porodnice tudi napredno babištvo potrebuje naklonjeno pozornost, skrb in dejavno podporo. Za razvoj babištva je nujen tudi nenehen kritičen razmislek.

Naravni začetki si prizadevamo

... da bi se vsaka babica res lahko posvetila posamezni porodnici tako, da bi bila ob njej ves čas aktivnega poroda. Idealno bi bilo, da se babica in ženska spoznata že v nosečnosti, babica pa skrbi za otroka in mamo tudi v obdobju po porodu.
... da bi babice sodelovale pri porodih doma, v porodnišnicah, v porodnih centrih.
... da bi babice skrbele za nosečnice, za matere in novorojenčke na poporodnih oddelkih, obiskovale družine z novorojenčkom, informirale in svetovale ženski o skrbi zase v nosečnosti in po porodu, o pripravi na porod in starševstvo, o dojenju, negi dojenčka in sodelovanju z njim ...

dr. Zalka Drglin, Irena Šimnovec
Naravni začetki, Združenje za informiranje, svobodno izbiro
in podporo na področju nosečnosti, poroda in starševstva
Ljubljana 2025

www.mamazofa.org

Porodna pobuda

Nežna pobuda

FB Združenje Naravni začetki

Oblikovanje: Tajda Pavličić

Bi nam hoteli kaj povedati
o vaših izkušnjah ali
pričakovanih glede odnosa
in porodne pomoči?
Dobrodošli na
praviceporodnice.org
Vaša porodna izkušnja



S podporo Slovenske nacionalne komisije za UNESCO.
Copyright © 2025 Naravni začetki. Vse pravice pridržane.

Kaj dela dobra babica pri porodu?



Vzpostavi in ohranja sodelovanje, spremlja, svetuje, podpira, usmerja, vodi, če je potrebno.

Daje psihično podporo in skrbi za dobro telesno in psihično počutje: prisluhne, se pogovarja o tem, kaj se dogaja, o občutkih, potrebah, željah, izzivih.

Skupaj s porodnico izpolni dokumentacijo, povpraša o porodnih željah, poporodni oskrbi, natančno prebere porodni načrt, če ga porodnica ima.

Skrbno spremlja zdravstveno stanje ženske in otroka ter potek poroda – preverja, meri, opazuje, ocenjuje, pregleduje, beleži.

Poskrbi za zastrto svetlobo, tople prostor, udobje.

Pogovori so tihi, umirjeni.

Sledi sodobnim smernicam.

Pred izvedbo vseh postopkov in posegov pri porodnici zagotavlja uresničevanje informirane izbire: predlaga in pojasni, kaj namerava, počaka na odločitev porodnice, ali soglaša ali zavrača predlagano, in to upošteva.

Sodeluje z drugimi zdravstveni strokovnjaki, ko je to potrebno.

Njen dotik je spoštljiv.

Zagotavlja zasebnost, mir, tišino.

Svetuje gibanje, počitek, spreminjanje položajev.

Priporoča pitje tekočine, uživanje prigrizkov.

Svetuje pri soočanju s porodnimi bolečinami: pomaga z masažo, vizualizacijo, obkladki in drugimi tehnikami lajšanja bolečin v skladu z željami porodnice.

Skrbno spremlja raztezanje presredka, uporablja pristope za zmanjševanje možnosti poškodb presredka.

Novorojenčka se dotika spoštljivo in le, kadar je potrebno.

Po porodu omogoči tesen telesni stik med mamo in novorojenčkom, med očetom in novorojenčkom.

Svetuje uporabo sanitarij, prhe.

Poskrbi za prerez popkovnice, ko preneha utripati ali po rojstvu posteljice.

Pomaga pri pristavitvi novorojenčka k prsim in pri podojih, če je potrebno.

Pred izvedbo postopkov in posegov pri novorojenčku zagotavlja informirano izbiro staršev.

Kaj (še lahko) naredi dobra babica? Odvisno tudi od porodnega okolja:

Če porodnica želi zdravila proti bolečinam, ustrezno svetuje.

Redko izvede pritisk na vrh maternice.

V nekaterih primerih predlaga umetno prediranje plodovih ovojev.

V nekaterih primerih daje zdravila.

Ne predlaga aplikacije klistirja in britja.

V nekaterih primerih predlaga uporabo katetra za praznjenje sečnega mehurja.

Redko naredi prerez presredka.

Kaj naj storim, ko se pripravljam na porod?

Ugotovim, kaj potrebujem pri porodu, in izrazim svoja pričakovanja – tudi glede babiške vloge. Pripravim lahko načrt porodne oskrbe in se o vsebini posvetujem z babico, ki bo z mano pri porodu. Raziščem različna porodna okolja in se pogovorim z različnimi babicami. Druge ženske povprašam o njihovih izkušnjah.

Več na povezavi praviceporodnice.org

