



Dokazi koji osnažuju!

By Rebecca Dekker, PhD, RN, APRN of EvidenceBasedBirth.com

Prevela: Amira dr Ćerimagić, NVO Baby Steps

Pitanje: šta je dula?

Odgovor: Porodajna dula je saputnik koji ženama i partnerima pruža stalnu podršku tokom rađanja i poroda.

Pitanje: Kako izgleda podrška dule?

Odgovor: Fizička podrška dule uključuje masažu, upotrebu pritiska i umirujućeg dodira. Dule stvaraju mirno okruženje, pomažu u terapiji vodom i pomažu vam da se okrijepite kockicama leda, hranom i pićem.

Emocionalna podrška dule pomaže ljudima da dožive osjećaj ponosa i osnaženosti nakon poroda. Primjeri emocionalne podrške uključuju ohrabrenje i pohvale, pomažu vam da pozitivno sagledate svoju situaciju, prave vam društvo, pokazuju da se brinu za vas i pomažu vam da sagledate situaciju nakon porođaja.

Dule vam također mogu pružiti informacije tokom trudnoće i poroda. Na primjer, oni mogu voditi vas i vašeg partnera kroz porod i sugerisati tehnike poput disanja, opuštanja, pokreta i promjene položaja. Dule vam pomažu pronaći informacije utemeljene na dokazima o vašim mogućnostima i mogu vam pomoći u objašnjavanju medicinskih postupaka.

Što se tiče zagovaranja, većina dula neće govoriti u vaše ime. Međutim, dule bi vas trebale podržavati u vašem pravu da donosite odluke o svom tijelu i bebi. Koristit će i tehnike zagovaranja, poput ohrabivanja da postavljate pitanja i govorite ono što želite. Dule također mogu poboljšati komunikaciju između roditelja i zdravstvenih radnika.

Pitanje: Koji su dokazi o dulama?

Odgovor: Bilo je 26 randomiziranih ispitivanja koja su testirala učinke kontinuirane podrške na porodu na više od 15.000 poroda. Sve u svemu, žene koje dobivaju stalnu podršku imaju veću vjerojatnoću za normalan vaginalan porođaj i manje vjerojatnoće da će dobiti lijekove

protiv bolova, negativne osjećaje oko porođaja i carskog reza. Osim toga, njihov je porod kraći i postoje manje vjerovatnoća za porođajne komplikacije za njihovu bebu. U tim su se istraživanjima najbolji rezultati dogodili kada je kontinuiranu podršku pružala obučena dula - neko ko nije član osoblja u bolnici i nije iz društvenog kruga roditelja.

Pitanje: Kako dule mogu raditi sa partnerima?

Odgovor: U idealnom slučaju, dule i roditeljski partner (tj. supružnik, partner, član porodice) rade zajedno kako bi poboljšali porod majke. Studije su pokazale da su najpozitivnija porođajna iskustva očeva / partnera ona u kojima imaju stalnu podršku dule ili babice. U jednom važnom randomiziranom ispitivanju dodavanje dule partneru porodilje smanjilo je stope carskog reza sa 25% na 13%. Te su razlike bile još očiglednije kod indukcije poroda. Kada je porod induciran, stopa carskog reza iznosila je 59% samo kod prisustva partnera, a 13% kada su partneri radili zajedno sa dulum.

Pitanje: Šta je zaključak?

Odgovor: Od svih načina na koji bi se rezultati poroda mogli poboljšati, kontinuirana potpora porodu čini se kao jedna od najvažnijih i osnovnih potreba kod porođanja kod ljudi. Istraživanje je pokazalo da je podrška porodu od dule istovremeno i bez rizika i vrlo učinkovita.

Izjava o ograničenju odgovornosti i autorsha prava:

Ove informacije ne zamjenjuju odnos medicinski radnik - pacijent i ne smiju se koristiti kao lični medicinski savjet. Bilo kakve informacije ne smiju se sprovesti bez profesionalnog mišljenja medicinskog radnika koji pruža zdravstvene usluge. © 2017. Sva prava pridržana. Evidence Based Birth® je registrovani zaštitni znak. Dopuštenje za reproduciranje ovog izlaganja u štampanom obliku samo sa potpunim odobrenjem autora. Leci se mogu slobodno distribuirati u štampi, ali ne i prodavati. Ovaj PDF se ne smije objavljivati online.

“Dulu treba posmatrati kao vrijednog, na dokazima zasnovanog, člana porođajnog tima.”

1. Bohren, M.A., Hofmeyr, G., Sakala, C., et al. (2017). "Continuous support for women during childbirth." Cochrane Database of Systematic Reviews 2017, Issue 7. Art. No.: CD003766.
2. Johansson, M., Fenwick, J., & Premberg, A. (2015). "A meta-synthesis of fathers' experiences of their partner's labour and the birth of their baby." Midwifery 31(1): 9-18.
3. Jordan, C. (2013). "Therapeutic presence and continuous labor support." In Best Practices in Midwifery, Ed. by Anderson, B. A. & Stone, Sjourna. E.
4. McGrath, S. K. and Kennell, J. H. (2008). "A randomized controlled trial of continuous labor support for middle-class couples: effect on Cesarean delivery rates". Birth 2008; 25:3.
5. Morton, C. H. and Clift, E. G. (2014). Birth Ambassadors. Texas: Praeclarus Press.

