

Turde DU føde hjemme?

Kun to procent af de danske kvinder føder hjemme, men det tal burde være meget højere, mener forfatteren bag en ny debatbog, der revser det danske system. Hospitalerne har stjålet fødselsglæden fra kvinderne, siger hun, og hun bakkes op af både en erfaren hjemmefødselsjordemoder og en kvinde, der har prøvet at føde både ude og hjemme.

FORFATTER TIL DEBATBOG:

Flere skal føde hjemme

Hanne Dam har været journalist med fokus på kvindelivet i næsten en menneskealder. Så hun blev meget opmærksom, da de unge kvinder i hendes nærmiljø én efter én begyndte at fortælle om "skodfødsler" – fødsler præget af stress på fødegangene, kunstige igangsættelser, ve-drop og indgreb.

Det undrede Hanne, der selv havde født to piger i start-1980'erne, hvor indgreb og igangsættelser hørte til sjældenhederne. Og det ærgrede hende, at de unge kvinder ikke oplevede samme livsomvæltende glæde og stolthed i forbindelse med at føde, som hun og hendes veninder havde oplevet år tilbage.

Den undren blev startskuddet til den bog, hun nu er på trapperne med: "Giv kvinderne fødslen tilbage". For hvorfor ikke flytte føds-

lerne hjem til kvinderne, når hospitalsvæsnet kan tilbyde så lidt?

– Der sker mange unødvendige indgreb på fødegangene i dag. Lægerne ved godt, at naturlige fødsler er bedst, men de er mest interesserede i sikkerhed, og nogle gange fremskyndes fødsler ved hjælp af kunstige hormoner, fordi der ganske enkelt ikke er jordemødre nok på arbejde. Og en masse igangsættelser sker på den raske, normale kvindes bekostning.

– Det er selvfølgelig fantastisk, at vi har muligheden for indgreb, når naturen ikke slår til, men det, der sker nu, er, at indgreb bliver en del af alt for mange fødsler. Jeg vil gerne være med til at starte en debat om fødselsområdet. F.eks. forstår jeg ikke, at ingen sætter spørgsmålstegn ved, at hver fjerde danske gravide

får fødslen sat i gang med medicin, når tusindvis af de samme kvinder sagtens kunne føde selv, hvis de fik lov, siger Hanne Dam og henviser til statistik, der viser, at der er langt færre indgreb ved hjemmefødsler, hvor kvinderne føder uden indgreb og smertelindring.

ALLE FØDSLER ER FORSKELLIGE

Flere års grundig research på området har overbevist Hanne Dam om, at der skal ske noget nyt på fødselsområdet. Besparelserne på hospitalerne har ramt fødegangene hårdt. De er ofte underbemandede og tidspressede og uden overskud til at give plads til, at den enkelte kvindes fødsel kan få lov at tage den tid, hendes fødsel nu engang tager. Hvad både offentlige og private jordemødre, der interviewes i bogen, er kede af. →



→ – Kvindekroppe er jo forskellige, og en fødsel kan ikke presses ind i et skema, som det sker i dag. Så er det, lægevidenskaben træder til med igangsættelser, ve-stimulering og maskiner og frarøver kvinden den glæde og overskud, hendes naturlige hormoner skaber, hvis de får lov at virke. Kvinden ender med at sidde med baby, men uden den lykkerus, hun skal bruge for at klare familielivet bagefter, siger Hanne Dam.

”Det er selvfølgelig fantastisk, at vi har muligheden for indgreb, når naturen ikke slår til, men det, der sker nu, er, at indgreb bliver en del af alt for mange fødsler”

Hun understreger også, at selv om det kan koste flere penge at investere i flere jordemødre, vil den investering komme tilbage, fordi der vil være færre problemer i den nybagte familie i den første tid, når fødslen har været en positiv oplevelse.

Hanne Dams løsningsforslag er kontroversielt. Det ved hun godt. Hun vil have alle de komplikationsfrie fødsler ud af hospitalerne igen og hjem til kvinderne, hvor de kan føde på deres egne præmisser.

– Jeg vil klart råde mine egne døtre til at føde hjemme. Som det er nu, tilbyder hospitalerne for lidt og ser kun kvinden som biologi. Men kvinder føder jo også med sind og sjæl. Det siger meget, også om sikkerheden ved hjemmefødsler, at 61 procent af alle jordemødre selv vælger at føde hjemme, fastslår Hanne Dam.



Hanne Dam, 68 år, har to voksne døtre. Journalist og forfatter til debatbogen "Giv kvinderne fødslen tilbage", der udkom den 12. oktober 2017 på Tiderne Skifter. Bogen er baseret på interviews med jordemødre, læger og fødende kvinder.



ANJA FØDTE SIT TREDJE BARN HJEMME:

Det var en ren poweroplevelse

Det er otte år siden. Anja Steensig Holmbäck ligger i et fødekar i havestuen hjemme hos sig selv. Hendes mand er hos hende, og jordemoderen sidder inde ved siden af. Hun blander sig ikke det store, men tjekker en gang imellem, at alt er, som det skal være. Mest af alt giver hun parret ro.

Da den næste ve kommer, udbryder Anja et dybt "ah" i stedet for at råbe "av" og spænde imod.

Da barnet kommer til verden ligger Anjas mand og holder om hende. Det er fredfyldt. Der er ingen bippende maskiner, ikke noget grelt lys, ingen, som pludselig åbner døren for at låne noget. Hun og hendes mand har ikke været ude på en dramatisk køretur til hospitalet, hun har ikke skullet møde nye ansigter, nye lyde, nye lugte, lige før hun skal føde.

Lidt efter kommer hendes to store børn hjem. De kravler op til mor og far og den nye lillebror i sengen.

– Der var mange, der gav udtryk for, at de syntes, jeg var

Anja Steensig, 44 år, gift, tre børn, hvoraf den yngste er født hjemme i havestuen. Tidligere TV-vært på både DR, TV 2 og TV 3. Studerer p.t. teologi.

FØDSLER I TAL

31 % af alle førstegangsfødende fik ve-drop i 2015.

20 % af alle fødende fik ve-drop i 2015. I 2000 var tallet **8 %**.

23 % af alle fødsler blev sat i gang med kunstigt hormon i 2015.

I 2000 var tallet **9 %**, og i 1999 var tallet **3 %**.

20 % fødte i 2015 ved kejsersnit.

Knap **2 %** vælger at føde hjemme. Det er en fordobling, fra **1 %** i 2006. Tallet er let stigende.

Ved hjemmefødsler ses en **markant lavere risiko** for bristninger hos den fødende.

Ved en hjemmefødsel er der ikke mulighed for at foretage indgreb som igangsættelse, ve-stimulerende drop, epiduralblokade, brug af sugekop eller spontant kejsersnit. Alligevel viser studier fra bl.a. Holland, hvor hjemmefødsel er mere gængst, at der ikke er større risiko for hverken mor eller barn ved at føde hjemme, end der er på et hospital.

KILDER: ESUNDHED.DK OG JORDEMODERFORENINGEN.DK



modig, at jeg turde føde hjemme. De så som udgangspunkt en fødsel som noget farligt. Men jeg vil anbefale alle, der har muligheden for det, at føde hjemme, fortæller Anja Steensig Holmbäck om sin oplevelse.

– Forskellen kan slet ikke beskrives. Jeg oplevede ro, nærvær og oplevelsen af selv at tage ansvar for min egen fødsel. Det var en ren poweroplevelse. På et hospital overgiver man sig mere til andre.

FRUSTRERENDE FØDSLER

Anja så dog slet ikke selv sit valg som modigt. Mere som en naturlig konsekvens. Hun havde prøvet at føde på hospital to gange, og selv om det ikke var decideret traumatiske oplevelser, var der noget, der skurrede i hende, da hun var gravid tredje gang.

– Jeg oplevede en del frustrationer ved mine første to fødsler. Jeg blev pakket ind i ledninger, og alt blev overvåget, selv om alt var normalt. Alligevel fik jeg et ve-drop, og da smerterne blev uudholdelige på grund af droppet, fik jeg en epidural. Der skulle to-tre mennesker til at vende mig, fordi jeg var forbundet med så mange ledninger, og jeg kunne

af samme grund hverken komme i fødekar eller føde i den stilling, jeg gerne ville. Mest af alt havde jeg ikke mulighed for at lytte til min egen krop i situationen, fortæller hun.

Det, Anja især husker fra de første fødsler, er, at hun var frustreret, selv om fødslerne egentlig var helt ukomplicerede.

”Jeg oplevede en del frustrationer ved mine første to fødsler. Jeg blev pakket ind i ledninger, og alt blev overvåget, selv om alt var normalt”

Hendes anden fødsel var også meget smertefuld. Det har hun ikke lyst til at opleve igen, og det er egentlig det, der sætter hende på sporet af hjemmefødsel, da hun bliver gravid tredje gang.

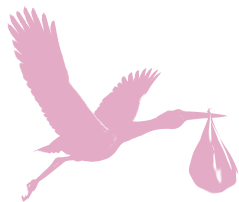
– Jeg vidste, at jeg gerne ville have flere børn, men det skulle ikke være på den måde. De første to gange havde jeg også oplevet, hvor heftigt det var at sidde i en bil med stærke veer. Da først jeg fandt frem til muligheden for en hjemmefødsel, hjalp det på så mange

af de bekymringer, jeg havde. Og det tog også noget af presset af min mand, at vi ikke havde noget transport.

Nu kan man måske godt få den fornemmelse, at alt var rosenrødt og idel lykke ved Anjas hjemmefødsel. Det var det faktisk også. Faktisk har hun ikke noget dårligt at sige om

oplevelsen overhovedet. Den frygt, andre havde på hendes vegne inden fødslen, oplevede hun ikke selv på noget tidspunkt.

– Jeg har faktisk aldrig følt mig mere tryk, end jeg gjorde derhjemme. Jeg følte også, at mine to første fødsler var poweroplevelser, men forskellen kan alligevel slet ikke beskrives. Tredje gang havde jeg følelsen af, at jeg kunne samarbejde med min krop om noget helt vildt fantastisk. Det her var noget, jeg gjorde selv.



DEN PRIVATE JORDEMODER:

Moderne kvinder skal kræve gode fødsler

Anne Ruby er privat jordemoder. Det har hun ikke altid været. Dengang hun var færdiguddannet, arbejdede hun først på en fødegang på et hospital. Men en dag slog det hende midt i travlheden, at "hey jeg er uddannet gourmetkok, men arbejder på McDonald's".

Anne Ruby griner, mens hun siger det. Vi sidder i to bløde lænestole i hendes jordemoderkonsultation i et hyggeligt havehus i en baggård på Frederiksberg. Urteteen damper, der er stearinlys og blomster i vindueskar-men. Først og fremmest er der ro. Ro og tid.

"Hvis der ikke er nogen, der er døde, og fødslen endda var en o.k. oplevelse – det er for lav en forventning at have til en god fødsel"

Anne Ruby valgte at stå af ræset for otte år siden. Hun havde som jordemoder lært et håndværk og besad en lang række kompetencer, men intet af det syntes hun kom ordentligt i spil under de travle hospitalsforhold.

I dag har hun kun beundring for dem af hendes kolleger, der arbejder inden for rammerne af det offentlige system. Selv har hun valgt en anden tilgang og bistår primært hjemmefødsler.

– Jeg mener, vi skal have en helt anden, respektfuld samtale med de kvinder, der føder nu. Jeg taler ikke kun om os jordemødre, for det er også en samfundssamtale. Vi kan virkelig tale om laveste fællesnævner, hvis målet "kun" er at få en sund mor og et sundt barn ud. Hvis der ikke er nogen, der er døde, og fødslen endda var en o.k. oplevelse – det er for lav en forventning at have til en god fødsel. Især når man som jordemoder ved, HVOR fantastisk en oplevelse en fødsel kan være, siger Anne Ruby, der selv følger "sine"

gravide igennem hele graviditetsforløbet og bistår dem i fødsler, der foregår på deres egne præmisser.

KROPPEN VIL HAVE RO TIL DET INTIME

Børn skal elskes ind, og de skal også elskes ud, siger Anne Ruby uden at forfalde til det sentimentale. Det er nemlig ren biokemi, hun taler om. Den biokemiske frigørelse af lykke- og kærlighedshormonet oxytocin, der skal bære en kvinde gennem fødslen, har dog dårlige vilkår ved en hospitalsfødsel, viser forskningen.

– Man ankommer som fødende med sit pivåbne nervesystem til lugten af hospital – sprit, sygdom, medicin, alderdom og død. Der er skarpt lys og skarpe lyde. I den situation lukker kroppen automatisk ned i stedet for at åbne sig.

– De biodynamiske landmænd har vidst i årtier, at dæmper man lyset i stalden, så giver køerne mere mælk. Vi kan ikke lide skarpt lys og skarpe lyde, når vi skal være intime, når vi har sex, ammer eller skal føde. Så lukker kroppen sig i stedet i frygt. Sådan er vores nervesystem sat sammen, forklarer Anne Ruby.

VI SKAL LÆRE AT STOLE PÅ OS SELV

Hospitalernes risikotænkning, de mange besparelser i sundhedssektoren og den medfølgende travlhed på landets fødegange bærer også for Anne Ruby en stor del af ansvaret for, at så mange hospitalsfødsler i dag ender med unødvendige indgreb. Hun oplever dog også, at unge kvinders indstilling til det at føde, har ændret sig.

– Den generation, der vokser op nu, er blevet separeret fra deres mor lige efter fødslen. Opdragelsen til selvstændighed og individualisme sætter ind, fra du er to minutter gammel, for i det her samfund er du kun noget, hvis du kan klare dig selv. Moderne kvinder mangler at mærke den forbindelse, som skal bære dem igennem graviditet og fødsel. Og så mangler de en fast tilknyttet jordemoder at tale med om den fødselsangst, de måske føler, netop fordi det er første gang, de oplever, at de er afhængige af noget andet



Anne Ruby, 43 år, tre børn. Privatpraktiserende jordemoder på Frederiksberg. Varm fortaler for trygge hjemmefødsler. Medgrundlægger af Yojo, som er en kombination af yoga og fødselsforberedelse.

og større end dem selv. Så vil de helst ind på et hospital, hvor de føler, der er kontrol og styr på tingene.

– Moderne kvinder kan godt finde ud af at kræve tilfredsstillende sex. Den tankegang skal vi have ind i fødselsområdet. Tidligere fortalte man kvinder, at sex gjorde ondt og bare skulle overstås. Har man den forventning til kroppen, er det klart, det gør ondt. Det kan sagtens være, éns første fødsel ikke bliver

"Moderne kvinder kan godt finde ud af at kræve tilfredsstillende sex. Den tankegang skal vi have ind i fødselsområdet"

nogen kæmpe orgastisk oplevelse, hvor himmel og jord går i ét, bare fordi man føder derhjemme, men man har i det mindste smagt på den kæmpe kraft, man har i sig. Vi elsker jo vores krop og har så meget power derinde – det vil jeg gerne have, at moderne kvinder vågner op til. ●