



JORDEMOREN

Anne Ruby, privat jordemor med klinik på Frederiksberg og mor til tre. Privatjordemoder.dk

FAMILIEN

MOR Anne Bach, 35 år, indehaver af butikken Thelittlethings.dk

FAR Kasper Steensen, 36 år, finance analyst.

BØRN Karen, 2½ år og lillebror, 3 uger.

1 FØDSEL

3 oplevelser

En fødsel kan opleves vidt forskelligt, alt efter om du er jordemoren med det faglige overblik, den nervøse far på sidelinjen eller **dig** – den kommende mor, som skal gøre det hårde arbejde. Vi har fulgt en fødsel fra alle tre vinkler.

TEKST SOFIE WINTHER ASKGAARD FOTO PRIVAT OG TRINE BUKH

MORS OPLEVELSE

“Jordemoren havde tillid til min krop”

Klokken tre om natten dagen før termin går vandet. Nervøsiteten melder sig med vandet, for hvad skal der ske nu? Jeg har ikke prøvet selv at gå i fødsel før, så jeg ringer straks til min jordemor, Anne, men jeg har ikke veer endnu. Hun beder mig gå i seng igen, men jeg kan da ikke sove! Veeerne begynder så småt, og de bider lidt, men jeg kan godt holde det ud endnu.

Klokken 7.45 er der fire minutter mellem veeerne. Nu gør det ondt, og jeg har brug for tryk og hjælp, så vi kører ned til klinikken. Jeg slapper med det samme mere af, da jeg ser Anne. Hun masserer min lænd og opfordrer mig til at stole på min krop. Jeg når at tænke, at det er mærkeligt, at hun ikke



undersøger, hvor langt jeg er i fødslen, men ellers gør det så ondt, at jeg kun kan koncentrere mig om at trække vejret gennem veeerne. Kasper pumper fødekarret op, og jeg kommer i det klokken ni. Åh, det lindrer!

Anne siger pludselig, at jeg gerne må presse, hvis jeg føler for det. Alle-rede? Jeg føler, det går rigtig stærkt. Men så kommer presseveerne, og jeg kan ikke lade være med at presse med.

Jeg ‘falder væk’ mellem veeerne og bliver faktisk lidt bange for, om det er normalt. Anne siger, at det er min krop, der samler kræfter, og jeg stoler på hende, selv om det er ubehageligt. Klokken ti begynder jeg for alvor at presse. Det gør vanvittig ondt, og jeg føler ikke, at der sker noget, selv om jeg presser løs.

Pres – NU!

Jeg er ved at give op efter en time. Jeg er

BAGGRUND

Annes første fødsel var dramatisk; hun blev sat i gang, der kom elektroder på babyens hoved, der var mange mennesker i rummet, og hun var utryk og kunne ikke arbejde med veeerne.

Denne gang håber hun på en anderledes fødsel og har fravalgt hospitalet til fordel for en lille klinik med en privat jordemor, som hun kender og er tryk ved.

udmattet og føler ikke, der er nogen fremgang, uanset hvor meget jeg presser. Anne har sagt, at jeg skal følge min krop – men pludselig siger hun 'NU skal du presse!'. Jeg kan mærke, at det er alvor, men når ikke at tænke over hvorfor – jeg presser bare, uden presseveer og med et brøl, for jeg fornemmer, at nu skal babyen ud. Klokkeren 11.20 føder jeg og trækker selv babyen op af vandet. Hun ligner storesøster på en prik, tænker jeg. Lige så lille og fin. Nogle minutter senere går det op for mig, at det er en dreng – og at han vejer knap fem kilo! Havde Anne fortalt mig det under fødslen, ville jeg nok have været mere opgivende; jeg ved ikke, om jeg kunne have fået ham ud. Lillebror er glubende sulten, og jeg har

TAL DIN FØDSEL IGennem

Hver en fødsel er unik, men du kan godt have en fornemmelse af, at din fødsel var ekstraordinært dramatisk eller ualmindelig, selv om den – ifølge din jordemor – er gået lige efter bogen. Der kan også være ting, du ikke husker, du kan have masser af spørgsmål til forløbet, og så kan det være rart at få talt fødslen igennem med din jordemor. Har du behov for det, så ring til dit fødested. og bed om efterfødselssamtale – du har krav på det.

Kilde: Jordemor Anne Ruby.

heldigvis mælk klar, da jeg stadig ammer storesøster, så han sutter løs og sover så i flere timer.

Sortner for øjnene

Hold op, hvor gør de efterveer ondt! De vælter ind over mig, og jeg priser mig lykkelig for, at lillebror sover tungt. Ved 13-tiden prøver jeg at rejse mig, fordi jeg skal på toilet, men det sortner for mine øjne, jeg er ved at besvime. Jeg bliver forskrækket og ked af det, for jeg havde drømt om, at vi skulle være hjemme til eftermiddagskaffen, og jeg vil hjem *nu*. Anne tager mit blodtryk 800 gange, men jeg får det ikke bedre og når at tænke, om jeg ender på hospitalet alligevel. Ved 17-tiden siger Anne, at hun kan blive nødt til at indlægge mig, og jeg ryster og græder, for jeg har det så skidt og kan ikke overskue en firesengsstue uden ro. Men hun ringer efter en anden jordemor, og de får mig sammen på benene. Det er, som om jeg får mere ro i kroppen, da der er en ekstra person, så en kan holde øje med lillebror, mens de to andre hjælper mig.

Sejt at føde kæmpe krabat

Fødslen har gjort sindssygt ondt, og det var ubehageligt at have det dårligt bagefter, men det har også været vildt at opleve en jordemor, der havde tillid til min krop i stedet for at gribe ind med medicin og instrumenter som under min første fødsel. Det gjorde mig tryk, selv om jeg var i smerte. Det var det eneste, jeg ønskede af denne fødsel: at føle mig tryk. Hvis nogen havde fortalt mig, at jeg var ved at føde en kæmpe krabat, ville jeg nok ikke have følt mig så tryk, så jeg er glad for, at jeg ikke anede noget om det. Men nu synes jeg, det er ret sejt, at jeg har klareret at føde et barn på knap fem kilo. Jeg kunne ikke have gjort det uden Kasper, han var min klippe – bortset fra da han næsten besvime. Vi havde jo været i gang hele natten uden vådt eller tørt. Han synes vist også, det er ret hårdt at føde.



Anne 'falder væk' mellem verne.

Lillebror vejer næsten fem kilo!



Anne hiver selv sin baby op af vandet og op til sig.



FARS OPLEVELSE “Jeg var ved at besvime bagefter”

Klokken tre om natten går vandet, og Anne får veer. Vi ringer til vores jordemor, og Anne tager det cool. Klokken 7.30 synes jeg, vi skal af sted. Anne har ondt og virker anspændt. Da vi ankommer til klinikken, kan jeg mærke, at Anne giver slip, og veerne tager til. Så puster jeg fødekarret op, og ved nitiden kommer hun i vandet. Allerede nu siger jordemoren, at hun må presse. *Wow*, det havde jeg ikke regnet med, det går jo stærkt, det her!

Heldigvis har Anne pause mellem veerne, og hun virker, som om hun har mere kontrol over det end første gang. Brøler under veerne og sover mellem dem. Jeg kan godt klare, at hun har ondt, for hun er en stærk kvinde, og der er en mening med smerterne. Men hun går nærmest i trance mellem veerne, og det er ubehageligt, når hun vågner forvirret op. Godt, det er fødsel nummer to, ellers var jeg nok blevet ret forskrækket over det.

Hvad er der galt?

Klokken er 10.30, og Anne presser, men synes ikke, der sker noget. Det gør der, siger jordemoren og får Anne til at mærke dernede. Jeg springer over, det har jeg ikke behov for. Klokken 11.20 føder hun, og jeg ser med det samme, at han er kæmpestor. Så kan jeg godt forstå, han var svær at få ud. Første gang gik der 20 sekunder, før jeg tjekkede kønnet. Denne gang går der fem. Jeg har hele tiden troet, at det er en dreng, men det er alligevel overvældende. Som mand er det helt specielt at få en dreng.

Pludselig får Anne det skidt og kan ikke komme på benene. Jeg ved, hun har lavt blodtryk, men flere timer efter har hun det stadig ikke bedre, og jeg er bekymret for, hvad der er galt. Der har ikke været tid til at tænke på mig selv, og her er varmt. Jeg bliver dårlig og er ved at besvime – jeg får vist endda givet jordemoren en albue i hovedet. Jeg må ned og sidde. Men frygter bare sådan, at vi ender på hospitalet. Da jeg er ude for at hente mad og drikke ved 18.30-tiden, har jordemoren ringet efter en kollega, og de har fået Anne på benene. Hun var bare udmattet, heldigvis.

Jeg har en sej kæreste

Jeg er taknemmelig for, at jordemoren ikke fortalte os under fødslen, at lillebror var så stor, og at han faktisk sad fast på vej ud.

Det sagde hun først bagefter. Jeg fornemmede noget, for det trak lidt ud, og jordemoren hev godt til, men jeg var ikke urolig, for hun rystede ikke på hånden eller gav udtryk for det. Anne var bare så tryk ved hende, at jeg egentlig mest var i baggrunden. Jeg holdt hendes hånd, støttede hendes hoved, hjalp med vejtrækningen. På vej hjem i

bilen tænkte jeg, at det er utroligt, at jeg kunne være så sikker og rolig under en fødsel, især sammenlignet med vores første kaotiske oplevelse. Men Anne gjorde det bare så godt. Jeg har virkelig en sej kæreste. ►



Lillebror har ikke mærket meget til al den dramatik, der er foregået omkring ham.

JORDEMORENS OPLEVELSE



“En fantastisk fødsel – med visse udfordringer”

Telefonen ringer klokken tre om natten. Annes vand er gået, men hun har ikke veer, så jeg beder hende gå i seng og slappe af. Klokken 6.45 ringer Kasper, for nu har Anne veer med fem-seks minutters interval, og de gør ondt. Vi mødes en time senere i min klinik, og jeg kan tydeligt se og høre på Anne, at hun er i aktiv fødsel.

Klokken ni kommer Anne i fødekarret. Hun har en flot vejrtrækning og arbejder godt med veerne, så jeg fortæller hende bare, hvordan hendes barn har det, og at alt er, som det skal være.

Klokken 9.20 er hun helt åben, bortset fra en lille kant, og jeg får hende til at flytte sig rundt i forskellige stillinger, så barnets hoved kan trænge bedre ned på bækkenbunden. Jeg har nemlig en fornemmelse af, at det er et stort barn, og vi må give det tid til at arbejde sig ned og ikke presse for tidligt. Klokken ti begynder Anne at presse, og hovedet kommer langsomt frem. Hun er lidt opgivende og falder langt væk mellem veerne, så jeg begynder at tage mine forholdsregler.

Hjertelyden er perfekt, så jeg er ikke bekymret for, at navlesnoren sidder om halsen, men det er et *meget* stort barn.

Nu skal barnet ud!

Lidt over 11 kommer hovedet frem, men mellemkødet giver sig ikke meget, og jeg lægger en episiotomisaks og lokalbedøvelse frem, hvis jeg skal lægge et klip. Jeg siger ikke noget, for det vil stresser Anne. Det begynder at være rigtig hårdt, og jeg må kommandere lidt med hende.

Klokken 11.18 føder hun hovedet, men barnet er så stort, at det sidder fast med hagen, og jeg må lirke underlæben og hagen frem i en vepause. Det har jeg alligevel aldrig prøvet før! Skuldrene roterer ikke, som de skal, og barnet sidder fast – han skal han ud hurtigt! Anne presser alt, hvad hun kan, og med et par fingre får jeg fat under

barnets armhule og med stor kraft trukket højre skulder ud. Så kan jeg fjerne resten af kroppen, og drengen skriger med det samme.

For dårlig til at komme hjem

Klokken 11.40 føder Anne moderkagen i vandet. En stor kalorier på 900 gram. Hun kommer op af karret, og jeg tjekker hende. Utroligt nok har hun fået en lille rift, der blot kræver to små sting. Livmoren trækker sig fint sammen, hun bløder ikke mere, end hun må. Men hun er svimmel og dårlig. Jeg tænker, om der er blødninger et sted. Men alt ser fint ud, så jeg tager det roligt og formoder, at det skyldes udmattelse, for hun har været stresset op til fødslen med arbejde. Klokken 17 er hun bare stadig dårlig, og jeg må overveje, om hun skal indlægges, for jeg er ikke tryk ved det længere. Jeg ringer efter en kollega, så vi sammen kan vurdere, hvad der er bedst. Hun er jordemor og chok-traume-terapeut og vurderer hurtigt, at Anne er en smule chokeret oven på oplevelsen. Det lykkes hende at få talt Anne på benene.

En stærk fødsel

Det er en på mange måder stærk fødsel. Jeg har hele tiden troet på, at Anne kunne få en bedre oplevelse end sin første fødsel. Hun føder jo så et barn, der er halvandet kilo større end den første – med egne veer og uden smertelindring. Jeg er kun nervøs, da han sidder fast, og jeg må trække så hårdt for at få ham ud, at jeg får noget nær en arbejdsskade i højre pegefingert og albue. Det er en fødsel, der går, som den skal, men ikke uden udfordringer. Det er heller ikke normalt at kollapse så voldsomt bagefter. Men fødslen kan karakteriseres som en spontan, ukompliceret fødsel, fordi komplikationerne ikke får lov til at udvikle sig. **o**

ER DET EN STOR KRABAT?

Ifølge jordemor Anne Ruby er din baby stor, hvis den vejer over fire kilo, og virkelig stor, hvis den vejer over 4,5 kilo. Får du at vide, at du har en stor krabat i maven, er der ingen grund til panik. Over halvdelen af de tilfælde, hvor et barn sidder fast ved skuldrene, når det skal ud, involverer børn af lille eller normal størrelse, men når det sker, er det kun sjældent, at man må tage skrappe metoder i brug for at få barnet ud.

Klar til mælk

Desuden er der fordele ved at få en baby i størrelse XL, fordi større børn ofte lægger godt pres på livmormunden, så du åbner dig hurtigere. Det er et tegn på sundhed, at babyen er stor (medmindre det skyldes sukkersyge hos dig), og store børn vil ofte være klar til at sutte lige efter fødslen. Man giver dog af og til et tilskud af mælk til meget store babyer de første par dage, da barnets blodsukker kan nå at dykke, inden din mælk løber til.

Kilde: Jordemor Anne Ruby.