

"لقد اخترت الإنجاب في سدرة للطب لما سمعت من قصص الإنجاب الإيجابية العديدة من الأصدقاء والمعارف. وقد أردت أيضًا التمتع بتجربة ولادة إيجابية ومشجعة ولطيفة وأرشد سدرة للطب بشدة لكل من يبحث عن مكان يُمكنهن من الحصول على تجربة ولادة إيجابية".

## سيرشك فريفنا الخبير في سدرة للطب خلال رحلة رعايتك بصورة ملائمة لاحتياجاتك. تشارك تشيريش، واحدة من مريضاتنا، قصتها حول تجربتها الإيجابية معنا:

"لقد اخترت الإنجاب في سدرة للطب لما سمعت من قصص الإنجاب الإيجابية العديدة من الأصدقاء والمعارف حول تجاربهم هناك.

لقد أنجبت أول أطفالي في مستشفى آخر منذ خمس سنوات من خلال عملية قيصرية طارئة. وكنت أرغب بشدة أن ألد طفلي الثاني ولادة طبيعية بعد العملية القيصرية الأولى. فقد سمعت أن سدرة للطب يشجع إجراء الولادة الطبيعية بعد العملية القيصرية، بحسب حالة كل مريضة. وكنت أرغب أيضًا في التمتع بتجربة ولادة إيجابية ومشجعة ولطيفة. لذا، فعلت كل ما بوسعي لإعداد نفسي لذلك.

ولأجل الاستعداد لولادتي، حضرت دورة تدريبية خاصة للتأهيل أثناء الولادة مع مرافقي في الولادة (زوجي وأمي) في الأسبوع العشرين من الحمل. واستمعت بانتظام إلى التطمينات والتأكيدات وتصورت الولادة التي رغبت فيها حتى اليوم الأخير.

وفي الأسبوع السابع والثلاثين، كان طفلي في وضع الولادة المقعدية وأجريت لي عملية ناجحة للتحويل الخارجي للرأس لقلب وضع الطفل. لقد كنت مرتاحة جدًا وكان طبيبي سعيدًا حينما علم أن طفلي بدأ يتحرك وحده وأنه لا يحتاج سوى توجيهه بلطف.

وكان كلي إصرار على خوض تجربة الولادة الطبيعية بعد الولادة القيصرية وقد منحتني هذه التجربة المزيد من الثقة بنفسي. وبينما كنت أتصور ولادة جميلة ولطيفة، فقد كنت مستعدة نفسيًا كذلك للمحافظة على هدوئي في حال سارت الأمور على غير المتوقع.

ودخلت في مرحلة المخاض تلقائيًا بعد مرور أربعين أسبوعًا وثلاثة أيام من الحمل - قبل يوم واحد فقط من الموعد المحدد لتحفيز ولادتي. لقد توجهنا أنا وزوجي وأمي وابنتي إلى سدرة للطب عندما أصبحت انقباضاتي على بعد سبع دقائق من بعضها البعض.

وبعد الدخول إلى وحدة فرز حالات الولادة، تم توجيهنا إلى غرفة الولادة الواسعة. لقد كانت القابلات والطبيب ودودين ومحترمين للغاية.

واخترت الولادة بمساعدة القابلة لتقليل الحاجة إلى التدخلات. لكن الطبيب المسؤول جاء أيضًا للتعريف بنفسه من أجل التعامل مع تاريخي الطبي السابق. وقد أراد أن يراجع معي تفضيلاتي للولادة وأخبرني أنهم قد لا يمكنهم تحقيق بعض الأمور التي طلبتها بالنظر إلى الظروف الحالية. ولم يكن لدي اعتراض على ذلك وكان مما أبهرنني أنه حتى خلال تغييرات نوبات العمل، اهتم الأطباء والقابلات بالاطلاع على جميع تفضيلاتي للولادة وبدلوا أفضل ما بوسعهم لمساعدتي في تحقيقها.

وبعد ثمان ساعات من آلام المخاض، كنت متعبة جدًا وطلبت التخدير فوق الجافية. لقد أردت في البداية أن تكون العملية بلا أي أدوية لكن بعد استماعي إلى قصص التجارب الإيجابية من أصدقائي، تركت الخيار مفتوحًا لتنفيذ الإجراء بمساعدة التخدير. وصل اختصاصي تخدير وأجاب عن أسئلتني وساعد على تهدئة مخاوفي قبل الإقدام على إعطائي المخدر فوق الجافية.

وبدأ تخديري بجرعة منخفضة حيث يظل بإمكانني الشعور بساقي وأعطيت زرًا للتحكم يتيح لي تحديد الوقت الذي أريد فيه تلقي المخدر. وقد نجح ذلك في تهدئتي واستطعت الاسترخاء. وبعد أربع ساعات، نزل ماء ولادتي وبعدها بقليل، شعرت بانقباضاتي تزداد شدة ولذلك طلبت الحصول على جرعة أكبر. وكنت قد أعطيت ست ساعات للولادة قبل أن يبدووا الاطمئنان على تقدم حالتي.

لكن، بعد مرور عشر ساعات وأنا لا زلت في غرفة الولادة، كان رحمي قد توسع بقياس سنتيمترين فقط وثبت فُطر عنق الرحم عند ست سنتيمترات وكان طفلي في الوضع الخلفي.

ثم جاء الطبيب ليتحدث معي بشأن خياراتي. قال الطبيب أن طفلي لا يزال يبدو على ما يرام، لذا فإن بإمكانه إعطائي ساعتين إضافيتين للولادة حيث كان يعلم مدى أهمية الولادة الطبيعية بعد الولادة القيصرية بالنسبة لي. لكنه قال إذا لم يتغير شيء حتى ذلك الوقت، فسيُلمز أنه يوصي بشدة بإجراء عملية قيصرية ومن الأفضل فعل ذلك قبل أن يبدأ الطفل في الشعور بالضيق. وقد وافقت على ذلك الاتجاه وأعربت عن تقديري لما أظهره الفريق من دعم مستمر لاختياري لكنني أكدت على رغبتني في أن يشاركوا معي رأيهم المتخصص في حال عدم سير الأمور على النحو المخطط له.

واخترت الانتظار لمدة ساعتين إضافيتين لمحاولة الولادة الطبيعية وجرحت وضعتًا مختلفًا على أمل أن يعطي ذلك الطفل فرصة ليقبض وضعه. وكانت نوبة عمل طبيب أمراض النساء المتابع لحالتي قد حانت وعند فحصه لحالتي

لم يكن شيء قد تغير، ولم يكن لديّ خيار آخر سوى الولادة القيصرية. وكنت مستعدة وجاهزة للذهاب إلى غرفة العمليات بعد نحو ١٥ دقيقة.

وقد كنت سعيدة لأن زوجي سيتمكّن من مرافقتي في غرفة العمليات. وأكّدت أنني أرغب في تأخير عملية ربط الحبل السري وتعجيل إجراء عملية ملامسة جلدي لجلد طفلي وهو ما أكدوا لي أنه الممارسة القياسية المتّبعة في سدرّة للطب.

وبعد أن سمعت بكاء طفلي أخيراً، بدأت الدموع تنهمر على وجهي وكنت أبكي بصوت مرتفع عندما وضعوا الطفل بجواري.

وبعد أن استجمعت قواي، سألتني القابلة عما إذا كنت أريد أن أرضعه وساعدتني مشكورة في القيام بذلك. وطوال ذلك الوقت، كان الأطباء يبذلون وسعهم لخياطة جرحي. وأعتقد أن ذلك لعب دوراً أساسياً في مساعدتي في التمكن من إرضاع طفلي لأول مرة مقارنة بأول ولادة لي في مستشفى آخر حيث أجبرت على إعطاء الطفل الحليب الصناعي بعد تجربة مثيرة للضييق. وأود أن أشير إلى أنني لا أشعر بأي ضيق تجاه تكميل التغذية بالحليب الصناعي وقد كنت أفعل ذلك بنفسني عندما كنت أشعر بالإرهاق الشديد والحاجة إلى الراحة أثناء التعافي في المستشفى.

إنني لم أتخيل أبداً أن أخضع لعملية قيصرية لطيفة اتسمت بهذا القدر من التشجيع والإيجابية، تجربة شعرت فيها بالاحترام لذاتي ولم أتعرض فيها لأي ضغط من أجل اتخاذ قرار متعجل.

وأنا أدين بذلك إلى مرافقي ولادتي الرائعين، وطاقم العمل المميّز في سدرّة للطب - من الأطباء إلى القابلات والممرضات وكذلك فريق إعداد عملية التنويم أثناء الولادة. كما كانت الرعاية التالية للولادة في سدرّة للطب رائعة. إنني أرشّح سدرّة للطب بشدة لكل من يبحث عن مكان يُمكنهم من الحصول على تجربة ولادة إيجابية".