

A szülési tervben természetesen nem kell feltétlenül ilyen részletességgel kitérni minden kérdésre, elég lehet **rögzíteni azt a néhány dolgot, amihez mindenképpen ragaszkodunk**, illetve amit semmiképpen nem szeretnénk (például hogy kizáró egészségi ok híján biztosítsák az aranyórát, vagy például csak valós veszélyhelyzet esetén végezzen az orvos gátmetszést). A tervkészítés egyik fő célja és eredménye éppen az, hogy a terv megírása, majd az orvossal való megbeszélése során az anya saját maga számára is megfogalmazza, melyek az igazán lényeges kívánságai, és melyek azok, amelyekről le tud mondani – nem pedig egy merev forgatókönyv megalkotása.

3.7. Legyen B terved!

Bizonyára sok energiát fektetsz abba, hogy kellő tudatossággal készülj a nagy napra. Emellett azonban fontos, hogy légy elnéző önmagaddal szemben, és **képes legyél megbocsájtani, elfogadni, ha valami nem a tervek szerint alakul**. Tudnod kell: a lehető legalaposabb felkészülés sem jelent 100 %-os garanciát a szép szülésélményre. Hogy miért? Egyrészt, mert az élet mindig tartogathat meglepetéseket, más utat, mint amit mi előre jónak elképzelünk, másrészt pedig sajnos a jelenlegi szülészeti ellátórendszerünkben messze nem magától értetődő a békés, háborítatlan szülés érték volta, a nő döntési és gyerekszülési kompetenciájának elismerése, de még az Egészségügyi törvény előírásainak maradéktalan érvényre juttatása sem. Az anyák ellátására gyakran a szülészeti erőszak árnyéka vetül, s szerencsésnek mondhatja magát, aki bizalomteli, támogató légkörben haladhat át élete e jelentőségteljes állomásán.

A VBAC-re való készülés részeként ezért célszerű informálódni a lehetséges kórházi beavatkozásokról is, köztük a császármetszéséről, és legalább egy rövid gondolat kísérlet erejéig átgondolni, hogy adott esetben mit szeretnél, mik a lehetőségeid.

A következőkben a császármetszésre vonatkozó legfontosabb tudnivalókat foglalom össze, a kórházakban rutin jellegűnek számító beavatkozásokról pedig a II. rész 4.2. pont alatt írok.¹⁵³

A császármetszés

A császármetszés nagy hasi műtét, melynek során a magzatot a természetes szülőutak megkerülésével, a hasfal és a méh megnyitásával segítik világra.

Ma Magyarországon **40 % felett van a császármetszési arány**: 5 gyermek közül 2 ilyen módon jön világra. Ez rendkívül magas arány, és mára tudományosan igazolt tény, hogy világszerte e műtétek akár felére (!) valós egészségügyi ok nélkül, vagyis szükségtelenül kerül sor.¹⁵⁴

A WHO állásfoglalása¹⁵⁵ szerint a szülések csupán kb. 10-15 %-ánál volna haszna a császármetszésnek, vagyis a nők 85-90 %-ának alapvetően természetes úton kellene megszülnie gyermekét.

¹⁵³ *Szülés, császármetszés, VBAC* c. könyvem részletesen bemutatja a császármetszés típusait, egészségi és egyéb (nem orvosi) okait, rövid- és hosszútávú testi-lelki hatásait, kockázatait, a műtét kivitelezését, kitér a műtét utáni gyógytorna, hegkezelés fontosságára.

¹⁵⁴ A császármetszések egy jelentős hányadának nem kellene megtörténnie, s azok elkerülhetők is lennének. Röviden felsorolva a következő tényezők azonosíthatók e császármetszések hátterében: a beavatkozásra ösztönző kórházi környezet, a felesleges beavatkozások; a félelem, a túlbiztosítás és a perfenyegetettség; a vajú nő siettetése; a műtét jó tervezhetősége és kényelmes volta; a kórházi menedzment típusa; valamint pénzügyi megfontolások. E kérdéskörrel is részletesen foglalkozok a Szüléskönyvben.

¹⁵⁵ *WHO Statement on Caesarean Section Rates (2015)*. Internetes lelőhelye: http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/161442/WHO_RHR_15.02_eng.pdf;jsessionid=2E5A7F8426E4DE3AD06485B04E9481CD (az utolsó megtekintés időpontja: 2020. 02. 19.) (A cím a szerző fordításában: A WHO állásfoglalása a császármetszések arányáról)