

Dagar (og nætur) í lífi heimafæðingaljósmóður

Ég er heimafæðingaljósmóðir og rek fyrirtækið Björkin ljósmæður með Hrafnhildi, góðri vinkonu minni. Vinnan okkar snýst aðallega um heimafæðingar; við sinnum skjólstaðingum okkar síðustu vikur meðgöngunnar, í fæðingunni sjálfri og í sængurlegunni. Auk þess bjóðum við upp á námskeið, ráðgjöf og ýmislegt fleira sem tengist barneignum í Lygnu fjölskyldumiðstöð, þar sem við höfum aðsetur.

Ég get ekki hugsað mér meira gefandi, fjölbreyttari eða skemmtilegri vinnu en þá sem ég sinni. Hún er samt líka stundum erfið og af og til koma mjög krefjandi og erfiðir sólarhringar. En þeir skilja ekki síður mikið eftir sig og gefa mér svo mikið.

Við Hrafnhildur höfðum nýlega setið í nokkra daga yfir gerð viðskiptaáætlunar og umsóknar fyrir Svanna, lánatryggingasjóð kvenna vegna fyrirhugaðra breytinga á starfsemi Bjarkarinnar. Við vorum löngu búnar að fá nóg af rekstrar-, framkvæmda- og fjármögnunaráætlunum og öðru slíku. Skilafresturinn var að renna út þannig að við smelltum bara á „senda“, lokuðum tölvunum og skelltum okkur með dætrum okkar á tónleika með Jessie J í september síðastliðnum. Dæturnar voru yfir sig spenntar og við þakklátar fyrir að geta verið þarna með þeim. Nokkrar konur voru á tíma en allt með kyrrum kjörum. Þetta var þó logn sem stóð ekki lengi og stutt í að mikill stormur skylli á.

Á meðan við biðum eftir að Jessie J mætti á sviðið hringdi frumbyrja. Hún var búin að vera með samdrætti í einhvern tíma, allt nokkuð rólegt ennþá og hún ætlaði að hringja þegar eitthvað meira færi að gerast. Tónleikarnir klárðust án þess að konan hringdi og við vorum að vonum fagnar að þurfa ekki að skilja dæturnar eftir í Laugardalshöll. Maðurinn minn var samt tilbúinn að sækja þær ef svo færi að við þyrftum að drífa okkur í fæðingu.

Hríðarnar skella á

Við skutluðumst því heim í rúmið og vonuðumst til að fá að sofa svolítið áður en fæðingin færi í gang fyrir alvöru. Um klukkan 4:30 hringdi síminn og pabbinn tilvonandi var á línunni. Konan var komin með reglulegar, kröftugar hríðar. Hún var komin í fæðingalaugina og vildi að ég kæmi til að meta stöðuna.

Ég dreif mig af stað og sótti í leiðinni danska ljósmæðranemann sem hafði fylgt okkur í tvær vikur. Stemningin á heimilinu var fálæg þegar við komum. Slökunartónlist ómaði og kertaljós loguðu, konan var í lauginni og maðurinn hennar hjá henni. Hríðarnar virtust mjög kröftugar og allt leit vel út. Barnið var þó ekki alveg á því að mæta í heiminn strax og eftir nokkra klukkutíma datt allt í dúnalogn.

Foreldrarir ætluðu að reyna að hvílast og við kvöddum í bili. Þá var



komið hádegi. Dagurinn leið og ekkert gerðist þangað til önnur kona hringdi um kvöldmatarleytið. Hún átti líka von á sínu fyrsta barni. Hún var byrjuð með samdrætti og fæðingin líklega að fara af stað. Enn var þó langt á milli hriða og hún ætlaði að hvíla sig.

Ég heyrði í Hrafnhildi þar sem allt útlið var fyrir að við gætum þurft að fara hvor í sína fæðinguna. En þá vandaðist málið. Hún var lögst í ælupest og gat ekki lyft höfðinu af koddanum. Ef það er eitthvað sem heimafæðingaljósmæður óttast þá eru það veikindi. Sem betur fer verðum við ekki oft veikar en þegar það gerist þá óskum við þess að engin kona fari í fæðingu rétt á meðan. Það er ekkert sem heitir veikindadagar og ekki margir sem geta leyst okkur af. Það var ekki um annað að ræða en krossa fingur og vona að konurnar færu ekki af stað á sama tíma. Hingað til hafa hlutirnir alltaf gengið upp þótt oft hafi verið útlið fyrir annað. Ég treysti því að þannig yrði það líka núna.

Síminn hringir

Ég kíkti til konunnar sem hringdi fyrst. Hún var enn með samdrætti en of rólegt til þess að nokkuð væri að gerast. Við ræddum málin, gerðum áætlun og svo fór ég heim að hvíla mig. Síminn hringdi um klukkan 1:30 og þá var það hinn pabbinn að láta vita af stöðu mála. Konan var komin með hríðar á 5 mínútna fresti, henni leið vel og þau töldu sig ekki þurfa á mér að halda strax.

Síminn hringdi aftur um klukkan 03, þá voru hríðar farnar að harðna og konan ætlaði að fara í fæðingalaugina. Hann ætlaði að hringja aftur þegar þau vildu að ég kæmi. Ekki leið nema tæp klukkustund þangað til pabbinn hringdi aftur og þá var eitthvað mikið að gerast. Ég stökk af stað, tók í leiðinni með mér annan danskan ljósmæðranema sem hafði hitt þessa konu og ætlaði að vera með í fæðingunni.

Fæðingin gekk fljótt og vel og ekki leið langur tími þar til lítill yndisleg stúlka með mikið dökkt hár fæddist. Um klukkan 9:30 var ég á leiðinni aftur heim en þá hringdi hin konan. Allt var svipað hjá henni en hún vildi að ég kæmi að kíkja á þau, var orðin þreytt og örvænting farin að gera vart við sig því ekkert var að gerast.

Vinnudagurinn vikkar út

Hrafnhildur var enn fárveik þannig að ég dreif mig heim, þreif fæðingaáhöldin og tók til í töskunni svo hún væri tilbúin fyrir næstu fæðingu. Síðan dreif ég mig af stað, þegar ég kom var legvatnið nýfarið að leka hjá konunni. Foreldrarir voru ánægðir með að einhver breyting hefði orðið enda orðin þreytt og vonuðu að nú færu hlutirnir að gerast fyrir alvöru. Samdrættirnir voru enn vægir og við ræddum hvað hægt væri að gera til að koma fæðingunni betur af stað og gerðum nýja áætlun. Ég ákvað svo að skreppa í tvær vitjanir, fyrir fæðingu, sem voru á dagskrá og erfitt var að fresta. Ég þurfti líka að kíkja á konuna og nýfæddu stúlkuna til að vera viss um að allt væri eins og það ætti að vera hjá þeim.

Dagurinn leið og um klukkan 17 fór ég aftur til konunnar með nemann með mér. Hríðarnar voru orðnar reglulegar og nokkuð kröftugar. Maðurinn minn var farinn í veiðiferð sem hafði verið skipulögð fyrir löngu. Ég get fullyrt að án hans gæti ég ekki unnið eins og ég geri. Það væri að minnsta kosti mun erfiðara. Hann er kletturinn minn. Faðmar mig á erfiðum stundum, gleðst með mér þegar vel gengur og hvetur mig áfram í öllu sem ég geri. Hann hlustar á fæðingarsögurnar, eldar fyrir mig góðan mat þegar ég hef verið í löngum fæðingum og passar að ég fái að hvílast eftir erfiðar nætur.



Ég hef aldrei áhyggjur af börnunum þegar ég þarf að vera lengi í burtu vegna vinnunnar en nú voru börnin ein heima. Það bjargaði málunum að elsta barnið okkar er nítján ára. Hann sá því um að gefa systkinum sínum að borða og passaði upp á að þau færu tímanlega að sofa. Ég vissi að það væri allt í lagi heima en fann samt fyrir samviskubiti og svo saknaði ég þeirra líka. Ég hafði ekki haft tíma til að vera með þeim í marga daga. Ég sendi þeim SMS, sagðist sakna þeirra, það þau að vera góð við hvert annað og dugleg að hjálpast að og að á morgun myndum við reyna að hafa kósý saman.

27 klukkustundir

Fæðingin var langdregin og þegar leið á nóttina gerði þreytan vart við sig og við vorum komin á það stig að íhuga flutning á spítalann. Það var samt ekki til uppgjöf í konunni, sem var svo sterk og dugleg, en ég var orðin hrædd um að fæðingin myndi ekki klárast hjálparlaust.

Danski neminn var með mér og það var mikil hjálp í henni. Við Hrafnhildur höfðum verið í SMS-sambandi. Hún fékk lítinn frið í veikindunum en var orðin örlítið hressari, þótt hún væri langt frá því að vera við fulla heilsu. Hún gat sem betur fer komið til að aðstoða. Ég þurfti á henni að halda því ég vildi vera viss um að ég væri ekki að ákveða flutning á spítalann af því að ég væri þreytt, heldur vegna þess að það væri það besta fyrir konuna og barnið hennar. Við vorum sammála um að þetta væri fullreynt heima og best væri að fara á spítalann. Þar fæddist svo þó nokkru seinna fálægur drengur.

Ég kom heim klukkan hálf sjö, 27 klukkustundum eftir að ég fór af stað í fyrri fæðinguna. Stuttu seinna hringdi vekjaraklukkan og börnin þurftu að fara í skólann. Sá yngsti var illa upplagður, allt var ómögulegt og hann vildi ekki fara. Ég hafði enga þolinmæði og samtalið, ef samtalið skyldi kalla, endaði með því að hann fór að gráta. Ég gafst upp, tilkynnti forföll hjá honum í skólanum, lagðist á koddann og fór að sofa. Úrvinda. Þegar maður er heima fæðingaljósmóðir er mikilvægt að geta sofnað fljótt og það gerði ég næstu fjóra tímuna, dreif mig svo aftur á fætur því ég þurfti að kíkja á konuna og barnið sem hafði fæðst nóttina á undan.

Þegar ég var vöknud heyrði ég í Hrafnhildi sem var öll að hressast. Ein af konunum okkar hafði misst vatnið um nóttina en fæðingin var þó ekki byrjuð enn. Ég kíkti á konuna og nýfædda barnið. Þar gekk allt eins og í búð og foreldramir ljómuðu af hamingju. Á heimleiðinni stoppaði ég í búð, mömmusamviskubitið var orðið risastórt, þannig að ég keypti Cocoa Puffs, sem elsku börnin mín fá annars aldrei nema á jólum, páskum og afmælum. Svo keypti ég ís, kleinuhringi og fleira gott sem mér fannst þau eiga skilið. Þegar heim var komið náði ég mér í annan tveggja tíma hraðsvefn.

Eftir kvöldmat fórum við Hrafnhildur að kíkja á konuna sem hafði misst vatnið. Allt var enn með kyrrum kjörum. Það hafði verið ákveðið að biða til morguns og ef ekkert gerðist þá færi hún morguninn eftir á spítalann í gangsetningu. Þegar ég var á heimleið hringdi litli drengurinn minn, sem er níu ára, hálfgrátandi. Systir hans og vinkonur hennar voru að borða bragðaref úr Ísbúð Vesturbæjar. Sorgin var gríðarleg þannig að ég lofaði að koma við og kaupa einn þannig fyrir hann.

Kærkomin hvíld

Þegar ég kom heim sagði ég þeim að ég þyrfti líklega að fara aftur í fæðingu um nóttina þannig að ég þyrfti að reyna að hvíla mig. Sá litli spurði hvort ég gæti hvílt mig í sófanum hjá honum meðan hann myndi

horfa á mynd. Ég gerði það og hann hjúfraði sig upp að mér, knúsaði mig og sagði: „Mamma dagurinn byrjaði ekki vel hjá okkur en svo varð þetta besti dagur lífs míns.“ Það þarf ekki mikið til að gleðja níu ára dreng.

Morguninn eftir vaknaði ég og síminn hafði ekkert hringt. Yngri börnin mín tvö lágu hjá mér í plássu pabba síns. Ég var úthvíld en leið vegna konunnar sem nú þyrfti að hætta við heima fæðinguna og fara í gangsetningu. Þegar við vinnum svona eins og við gerum kynnumst við foreldrunum svo vel. Við tökum þátt í gleði þeirra og stundum líka sorg eða vonbrigðum. Þannig var það þennan morgun.

Dóttir mín sem er tólf ára vaknaði og spurði hvort ég hefði farið um nóttina. Ég svaraði því neitandi. Þá sagði hún: „Gott að þú fékkst að sofa en leitt að konan skyldi ekki fæða.“ Þau eru farin að skilja þetta vel, börnin mín, og vita að stundum breytast plön okkar ef ég þarf að fara í fæðingu. Þótt það geti verið erfitt þá vita þau að þegar svo ber undir þarf einhver meira á mér að halda en þau.

Þau skilja þetta en eru þó líka heppin vegna þess að langoftast get ég verið til staðar eins og þau þurfa. Jafnvel meira en ef ég væri að vinna „venjulega“ vinnu því ég get að miklu leyti stjórnað vinnutíma mínum. Nema þegar kemur að fæðingu, þeim stjórnunum við víst ekki. Börnin taka þátt í þessu með mér, þau heyra sögurnar af fæðingum, þau spyrja þegar ég kem heim hvernig hafi gengið, hvort það hafi fæðst stelpa eða strákur og svo framvegis. Langflest kvöld og nætur er ég heima og flestar helgar er ég mikið laus. Ég get bara aldrei verið viss um að geta mætt í boð eða á mannafélag. Þegar mér er boðið eitthvað er svarið alltaf: „Ég kem ef ég er ekki í fæðingu“. En við lifum samt lífinu, við förum á tónleika, í leikhús, matarboð og gerum skemmtilega hluti. Við erum bara alltaf með símann og í versta falli þurfum við að fara snemma en oftast ganga plönin okkar upp.

Dýrmætar stundir

Í haust höfum við Bjarkarljósmæður starfað við heima fæðingar í fimm ár. Á þessum tíma höfum við tekið þátt í yfir 200 heima fæðingum. Börnin hafa langflest fæðst á heimili sínu en einhver á Landspítalanum en allar hafa fæðingarnar verið jafn stórkostlegar. Við höfum tekið á móti fleiri en einu barni hjá nokkrum fjölskyldum, við höfum tekið á móti systkinabörnum og börnum vinkvenna. Við höfum líka tekið á móti börnum vina okkar og ættingja en eitt af því sem okkur finnst best við vinnuna okkar er að fá tækifæri til að kynna öllum þessum fjölskyldum svona náð.



Við kynnumst eldri systkinum, ömmum og öfum og jafnvel frænkum og frændum. Hver ein og einasta fjölskylda á sinn stað í hjörtum okkar og við höfum lært svo mikið af þeim öllum. Dagar eins og þessir koma ekki oft en þeir koma af og til. Langoftast dreifast fæðingarnar vel og við þurfum ekki oft að vinna í 27 klukkutíma án þess að sofa. Við erum svo lánsamar að fá í okkar daglega starfi ítrekað að upplifa það kraftaverk sem barnsfæðing er. Enginn dagur er eins, engin fæðing er eins, engin fjölskylda er eins og það er það sem gerir starfið svo ótrúlega skemmtilegt.

*Arney Þórarinsdóttir
heima fæðingaljósmóðir*