



**Co je pro
mě dobré**
Rozhodování
v době těhotenství
a porodu

Sara Wickhamová



Alferia



Alferia

Co je pro mě dobré

Rozhodování
v době těhotenství
a porodu

Sara Wickhamová

KATALOGIZACE V KNIZE - NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Wickham, Sara

[What's right for me. Česky]

Co je pro mě dobré : rozhodování v době těhotenství a porodu / Sara Wickhamová ; překlad: Veronika Šilarová. -- První vydání. -- Praha : Alferia, 2022. -- 158 stran

Přeloženo z angličtiny -- Vydal nakladatelský dům Grada pod značkou Alferia

ISBN 978-80-271-1274-6 (brožováno)

* 618.2 * 614.2 * 34 * 351.77 * 342.726-055.2 * 316.346.2-055.26 * 618.4/5

* 001.102 * 159.955.5 * 614.253.83 * 616:001.891 * 616.1/9-052-07/-08 * (035)

- porodnictví -- právní aspekty
- zdravotnictví -- právní aspekty
- práva žen
- těhotné ženy
- porod
- vědecké informace
- rozhodování
- informovaný souhlas
- medicína založená na důkazech
- kazuistiky (lékařství)
- příručky

618 - Gynekologie. Porodnictví [14]

© Sara Wickham, 2018

© Veronika Šilarová, 2022

© Grada Publishing, a. s., 2022

Obsah

Úvod k českému vydání	9
Poděkování	12
1. Úvod.....	14
Dobry den, jmenuji se Sara	15
Tak to vidim ja	17
Stranou hluku a shonu	19
2. Jak vypadá krajina rozhodování o porodu?.....	23
3. Co je to informované rozhodování?	31
4. Pohledy na narození dítěte	37
Technokratický přístup	39
Humanistický přístup	41
Holistický přístup	42
Různé pohledy na péči o těhotné	43
5. Riziko v souvislostech	47
Riziková společnost	48
Nahodilé zaměření se na riziko	50
Riziko způsobené zabýváním se rizikem	51
Riziko a porod	53
Absolutní a relativní riziko	55
6. Zamyslete se nad vlastním přesvědčením o životě, narození a informacích	59
7. Několik tipů, jak pracovat s informacemi	71
Hledání cesty informační džunglí	74
8. Jak chápat zásahy během porodu – čtyři druhy intervencí.....	79
Čtyři druhy lékařských úkonů	81

Screeningová vyšetření.....	81
Otázky ke screeningovým vyšetřením	84
Klinické intervence	85
Otázky ke klinickým intervencím	87
Profylaktické intervence.....	89
Otázky k profylaktickým intervencím	91
Volitelné intervence.....	92
Otázky k volitelným intervencím	94
Následování intuice, tušení či vnitřního pocitu	95
9. Podrobněji k intervencím při porodu – záměr, indikace a individualizace	97
Záměr (co).....	98
Indikace (proč).....	99
Individualizace (kdo).....	100
10. Příklady rozhodování ze skutečného života	103
Použitá literatura	116
Doporučená literatura	118
Příloha č. 1: Další informace k právům při porodu.....	121
Příloha č. 2: Jak změnit poskytovatele péče	125
Příloha č. 3: Když souhlas není souhlasem.....	131
Příloha č. 4: Jak reagovat na informace založené na představě strachu	135
Příloha č. 5: Jak si být vědom své zaneprázdněnosti	139
Příloha č. 6: Jak zastavit vyvolání porodu	143
Příloha č. 7: Tři věci, které si přeji, aby každá žena věděla o těhotenství a porodu	151
Doslov	157

Úvod k českému vydání

*Abychom změnili svět,
musíme nejdříve změnit způsob,
jakým se rodí děti.*

Michel Odent

Jsem nesmírně vděčná za první české vydání knihy *Co je pro mě dobré. Rozhodování v době těhotenství a porodu*. doktorky Sary Wickhamové. Sara Wickhamová je pro mě ztělesněním toho nejdůležitějšího poselství pro porodnictví ve 21. století. V osobnosti této porodní asistentky a výzkumnice se snoubí mnoholetá zkušenost s doprovázením těhotných žen při porodu, vysoká odborná vzdělanost a naprostá důvěra ve schopnost ženy přirozeně porodit své dítě, jsou-li k tomu vytvořeny vhodné podmínky.

Prostřednictvím své lektorské činnosti se Sara Wickhamová věnuje poskytování kvalitních, tzv. evidence-based informací co nejširšímu publiku – ať už jsou to odborníci a odbornice ve zdravotnictví nebo těhotné ženy. Zatímco dříve těhotné ženy trpěly nedostatkem informací, v současné době jsou jimi doslova zahlceny. Bohužel je však většina informací, které se k rodinám dostanou, velmi vzdálená od informací odborných, a to i v případě, že jsou poskytovány zdravotnickým personálem. V každém oboru, a tedy i v porodnictví, se vyskytuje velké množství rutinních postupů a zákroků, které nejsou v souladu s evidence-based daty.

Osobně si na Saře Wickhamové nejvíce vážím toho, jak obrovské množství energie věnuje informovanosti žen o jejich právech, protože na celém světě žije stále mnoho žen, jejichž

výchova a kultura jim nedovolují si uvědomit, že o svém těle skutečně rozhodují jen ony samy, a ony jsou tedy tím, kdo má plné právo na jakoukoli volbu a též za ni nese plnou zodpovědnost.

Je mi velkou ctí, že jsem dostala možnost napsat úvod a doslov k této knize, a vzhledem ke své profesi jsem nesmírně šťastná, že se na český trh konečně dostává publikace, která umožní těhotným ženám přečíst si skutečně kvalitní, vědecky podložené informace podané smysluplnou formou, které se věnují základním tématům a otázkám, jež většina žen v očekávání bude řešit.

Přeji nám všem, ať se nám podaří vytvořit co nejsmysluplnější, nejlaskavější a nejbezpečnější prostor pro děti, které přicházejí na svět.

Karolína F. Tehrani

dula a lektorka předporodní přípravy

www.lunoinspirace.cz

Poděkování

Mám ty nejlepší přátele a kolegy, jejichž podpora a odborné znalosti mi pomáhají při psaní knih i ostatní práci. Mockerát děkuji všem, kteří přispěli ke zrození této knihy, zejména Beverley Beechové, Gill Bodenové, Nadine Edwardsově, Julii Frohlichové, Chrisi Hackforthovi, Kirsten Smallové, Hannah Souterové a Debbie Willettové.

Dále chci poděkovat za práci Kate Grangerové a jejího manžela Chrise Pointona, zakladatelů kampaně #hellomynameis (česky „dobrý den, jmenuji se...“). V době, kdy se Kate léčila s rakovinou, si povšimla, že většina personálu v nemocnici se pacientům ani nepředstaví. Na sociálních sítích spustila kampaň #hellomynameis, aby poskytovatelům péče připomněla, jak důležitou součástí soucitného přístupu k lidské bytosti je představit se. Její manžel Chris udržuje kampaň při životě od Kateiny smrti v roce 2016.

Kampaň #hellomynameis od samého počátku rezonovala s mým vlastním přístupem. Kateino heslo jsem si vypůjčila jako název jedné kapitoly v této knize a chtěla bych vyzvat poskytovatele zdravotní péče, kteří tuto kampaň doposud neznají, aby se s ní seznámili na webových stránkách www.hellomynameis.org.uk.

1.

Úvod

Rozhodnutí, která činíme, utvářejí naše zkušenosti, zdraví a životy.

Obzvláště rozhodnutí, která činíme ohledně těhotenství a porodu, mohou dlouhodobě ovlivnit zkušenosti, zdraví a životy nás samotných i našich dětí a rodin. Avšak řada rozhodnutí žen, týkajících se narození jejich dítěte, je složitých, matoucích a někdy komplikovaných. Často je ztěžuje i skutečnost, že žijeme ve světě, který nás zahlcuje informacemi, možnostmi a názory, z nichž ne všechny se skutečně zajímají o blaho ženy.

Tuto knihu jsem napsala se záměrem pomoci lidem lépe pochopit rozhodnutí ohledně těhotenství a porodu a s nadějí, že vám pomůže rozpoznat, co je dobré právě pro vás. Seznámím vás s několika způsoby, jak vyhodnocovat informace, a vybavím vás základními znalostmi, jež vám snad usnadní orientaci v dnešním prostředí. A jelikož jedna z mých rad bude, že si máte zjistit podrobnosti o zdroji informací předtím, než se rozhodnete, zda je přínosný, dovoluji vám se představit a říci vám něco více o sobě.

Dobrý den, jmenuji se Sara

Jsem porodní asistentka, která pečovala o mnoho žen a rodin a byla přítomna stovkám narození dětí v porodních centrech, nemocnicích a domácnostech. Pomáhám ženám a jejich rodinám, aby se jim dostalo informací a podpory, které potřebují k rozhodnutí, co je pro ně dobré. Na toto téma jsem napsala několik knih, mám webové stránky a píšu blog pro všechny, koho tyto otázky zajímají. Jsem také lektorka a výzkumnice.