

Suda doğum

MURAT D. ÇEKİN





Kadın doğum uzmanı Dr. Michel Odent,
Fransa Pithiviers'deki hastânedeki 1980'lerin başında kurduğu doğum havuzu ile.

G

ELENEKSEL topluluklarda doğumu yaklaşan kadınların suya ilgilerinin artması ve nehir, göl veya deniz kenarında doğum yapması, suyun doğumu kolaylaştırıcı rolüne işâret

eder. Günümüzde de, doğum kasılmaları başlayan kadınlara imkân sunulduğunda, bir kısmı suya girmeyi ve suda oturmayı tercih etmektedir.

Suda vücut ağırlığı hafifler, kan dolaşımı hızlanır. Suyun görüntüsü, sesi ve temâsı ile, kasılmayı sağlayan 'oksitosin'in ve doğal morfin diye bilinen 'endorfin'in salgılanması artar, stres hormonu diye bilinen 'adrenalin'in salgılanması azalır. Kasılmalar kuvvetlenir, kasılmaların arasında kaslar gevşer, ağrı daha kolay başa çıkılabilir hâle gelir. Anne rahatlar. İlâç kullanma ihtiyâcı düşer. Doğum hızlanır.

Anne doğum öncesinde istediği zaman suya girip çıkabilir. Bunun için 2 m çapında, 70 cm yüksekliğinde bir havuz yeterlidir. Su, oturan annenin koltuk altlarına gelecek kadar yükseltilir. Temiz olmalı ancak klor kokmamalıdır. Vücut sıcaklığı kadar, yâni 37 derece civârında olmalıdır. Anne havuzun içinde uzanma, çömelme, destekli çömelme, el-diz yerde gibi istediği pozisyonları alabilir. Yakınları veya sağlık personeli havuzun yanında bulunabilirler.

Bâzı anneler doğumun da havuzda gerçekleşmesini tercih etmekte, bebeklerini sudan çıkarıp kollarına almaktadır. Bebek amniyos sıvısından çıkıp suya girmiş olur. Hâlâ kordon kanındaki oksijenle beslendiğinden boğulma riski yoktur. Bebeğin doğumunu başlatan hormonlardan 'prostaglandin', akciğerlerini doğum sonrası soluk alıp vermeye hazırlamıştır. Yuttuğu su midesine gider ama artık soluk borusu refleksle kapandığından akciğerlerine gitmez. Su yüzeyine çıkınca nefes alan bebek, annesini hemen emmeye başlayabilir. Anne plasenta ayrılmadan havuzdan çıkarsa rahim damarlarında emboli olmaz.

Anne suda doğum kararı için, bu konuda tecrübesi olan hekime ve ebeye danışabilir.

KAYNAKLAR

- 1 Michel Odent. Birth under water. *Lancet* 1983; 1476-7.
- 1 Michel Odent. *Birth Reborn: What Childbirth Should Be*. Souvenir Press 1994: 39-53.
- 1 Michel Odent. *The Scientification of Love*. Free Association Books 2001: 97-104.

