



### **Császármetszés után természetes szülésre felkészítő csoport**

A csoport célja az előzetesen császármetszéssel átesett várandósok felkészítése a hüvelyi szülésre, kifejezett figyelmet fordítva az előző szülés eseményeire, annak nehéz érzéseire, esetleges traumáira.

Ha az előző szülés nem várt módon császármetszéssel végződött, még ha olyan érthető okból is, amit egy kismama és a családja megértett és elfogadott, a legtöbb fiatal anyában maradnak kérdések, hiányok az eseményekkel kapcsolatban. Sokszor újra előkerülnek az akkori érzések, megelevenedik a régi történet.

A csoport célja nem a kognitív ismeretátadás, hanem a fájdalmak, hiányok kimondása, az érzelmi feszültségek csökkentése, amely záloga lehet egy következő gyermek születésének.

Ezekkel az érzésekkel, hiányokkal fontos dolgozni, hiszen az előző szülés története a következő kisbaba érkezésénél újra előkerül. Ha egy anya az előző szülés történetét lelkiileg feldolgozta, akkor a félelmek megisméltódése nélkül tudja megélni jelen várandósságát. Ez esetben nagyobb a valószínűsége annak, hogy a következő gyermek születése problémamentesen, természetes úton történik.

Kutatások bizonyították, hogy ahol egy sikeres természetes szülés követte a császármetszést, ott nagyobb százalékban érkezik meg a harmadik gyermek is a családba. Egy jó szülésélmény után gyakrabban vállalkoznak egy, vagy akár több gyermekre az anyák.

#### **A csoportra való jelentkezés:**

Rákóczi Ágnes szülésznő, perinatális szaktanácsadó (telefon: +36/30/991-8484) és/vagy Nováky Rita szülésznő, perinatális szaktanácsadó, mentálhigiénés szakember (telefon: +36/20/935-8394).

A csoport helye: Pest Megyei Flór Ferenc Kórház Tanácsterem I. emelet

#### **A következő csoport időpontjai: (3x3 óra)**

- I. 2020. február. 24., 15:00 - 18:00 – Semmelweis terem**
- II. 2020. március. 16., 15:00 - 18:00 – Flór Ferenc terem**
- III. 2020. április. 01. 15:00 - 18:00 – Semmelweis terem**

