



ASL RM 4: “Nascere nel Lazio, un’esperienza che celebra la vita”•

Descrizione

Il regalo più bello di questo Natale ce lo ha fatto una neo-mamma che ci ha voluto raccontare in prima persona l’esperienza più bella della vita, la nascita di un figlio, vissuta con l’aiuto del Servizio Sanitario Nazionale, dall’inizio alla fine. Silvia Sarli “è stata assistita a Bracciano dalla Asl Roma 4 per tutta la sua gravidanza, e ha partorito al San Camillo di Roma.

Scrivo questa lettera per segnalare l’ottima organizzazione e gestione del corso parto organizzato dal consultorio di Bracciano. È stato l’occasione per conoscere diversi professionisti che ci hanno fornito moltissime informazioni per vivere al meglio il travaglio, il parto, il puerperio, l’allattamento e i primi mesi di vita del bambino. Nel corso “è stato inserito anche un incontro sulle manovre di disostruzione delle vie aeree che ritengo utilissimo e fondamentale per la sicurezza, e inoltre un incontro sulla lettura ai bambini davvero interessante. L’ostetrica Tina ci ha formate fisicamente ed emotivamente per affrontare ogni difficoltà, e nel momento del mio travaglio sono riuscita a mantenere così bene la calma e a lavorare attivamente con la mia bambina da non aver bisogno della epidurale (ho partorito al San Camillo a Roma di cui segnalo la professionalità di tutto lo staff di ostetriche, medici e infermieri nel reparto).

Devo il ricordo sereno del parto a lei e al suo impegno nei nostri confronti.

Grazie a Marilena, l’infermiera pediatrica della Asl Roma 4 che ci ha seguite, ho potuto vivere serenamente i primi momenti con la mia bimba senza eccessive paure e timori.

Non avrei mai immaginato di trovare così tanti servizi per la maternità, gratuiti e soprattutto ben gestiti con professionalità e un grande cuore.

Tutte le mamme meritano di vivere un corso parto così!

I benefici di aver seguito il corso parto della Asl Roma 4 sono stati soprattutto dal punto di vista psicologico, emotivo e sociale. Gli incontri del corso sono stati per me degli appuntamenti che hanno scandito gli ultimi mesi di gravidanza tenendomi attiva e con una scusa per uscire di casa e pensare a

me stessa e curarmi della mia bambina, inoltre erano un momento per conoscere altre mamme del posto e confrontarsi su tanti temi (doloretti vari, ansie, cosa mettere nella valigia dell'ospedale?). Durante il primo incontro abbiamo subito creato un gruppo WhatsApp per scambiarsi informazioni e darci supporto, gruppo che è diventato di giorno in giorno (anzi, di parto in parto!) Sempre più attivo.

Non immaginavo che potessero esistere dei servizi così ben organizzati e gratuiti sul territorio alla portata di ogni mamma, organizzati e portati avanti da tanti diversi professionisti sanitari (ostetrica, infermiera pediatrica, ginecologa, pediatra, psicologa). Incontrare tutte queste persone mi ha fatto sentire protetta e supportata in caso di necessità, oltre a farmi comprendere meglio il mondo della sanità.

Seguire il corso mi ha permesso di comprendere esattamente cosa stesse succedendo in ogni momento del mio travaglio, e questa conoscenza mi ha dato la tranquillità necessaria a vivere serenamente il parto senza ansie o paure, ma con la concentrazione per fare andare tutto bene, lavorando con la mia bambina per aiutarla a nascere. La preparazione non è stata solo di conoscenza anatomica o preparazione fisica attraverso gli esercizi di stretching che ci ha presentato e fatto ripetere l'ostetrica Tina (meravigliosa!), ma anche psicologica attraverso gli incontri con la psicologa che ci ha fatto riflettere sul valore del dolore, come affrontandolo e superandolo si potesse prendere sicurezza in se stesse, dare sicurezza al bambino e al tempo stesso gettare solide basi di un rapporto madre/figlio. L'incontro con la ginecologa mi ha aiutata a prendere sicurezza come donna, conscia delle trasformazioni fisiche e ormonali in atto durante la gravidanza e nel post parto.

Conoscere quello che sarebbe successo fisicamente nel travaglio e le tecniche fisiche e mentali di rilassamento mi ha sicuramente aiutata ad entrare serenamente in sala parto all'ospedale San Camillo di Roma e mantenere lucidità e calma durante la fase attiva del travaglio.

Quanto imparato durante il corso è stato importante anche prima per l'esperienza personale che ho vissuto. Di notte mi sono alzata e ho riscontrato di avere una leggera perdita di sangue alla 38 settimana di gestazione. Sono riuscita a mantenere la calma e prepararmi per andare in ospedale, dove hanno appurato che mi si erano rotte le acque. Grazie al corso già sapevo che avrei dovuto aspettare 24 ore per vedere se il travaglio riuscisse a partire in modo naturale o andasse indotto. Grazie agli esercizi fisici e di respirazione, a docce calde sono riuscita a superare le 24 ore di attesa senza farmi spaventare dai dolori crescenti e arrivando naturalmente a una dilatazione di 4 cm che mi ha permesso di salire subito in sala parto al momento del controllo ginecologico.

Grazie alla preparazione avuta sono riuscita ad avere un parto naturale, per me ha significato essere in grado di ascoltare il mio corpo, i cambiamenti in atto già prima dell'inizio del travaglio, il naturale svolgimento dello stesso con l'accettazione di quanto succede, nella consapevolezza della naturalezza del dolore e quindi della naturale capacità di sopportarlo. Viviamo in un mondo pieno di stimoli, frenetico, agitato, invece grazie al corso ho imparato a vivere dei tempi diversi, ascoltare il mio corpo e le mie emozioni.

All'ospedale San Camillo aiuto e sostegno sono stati costanti e non ho sentito una differenza tra prima e dopo la nascita della mia bambina. L'ostetrica mi ha resa partecipe di ogni traguardo raggiunto dalla mia bambina nella fase di spinta, lei ha subito messa a contatto pelle a pelle con me e il papà ha potuto tagliare il cordone. La piccola è stata messa in culla solo quando è stato

necessario assistere me per una emorragia. Anche in questa fase l'assistenza è stata impeccabile, ostetrica e ginecologa mi hanno informata di tutto quello che stava succedendo e di quello che, dal punto di vista medico, andava fatto per farmi stare bene: ineccepibili!

Tornata a casa mi sono avvalsa dell'assistenza per l'aiuto all'allattamento e il giorno dopo è venuta a casa l'infermiera pediatrica Marilena, per aiutarmi. Ho tornato in consultorio altre due volte per controllare come andasse l'allattamento. Marilena, con la sua professionalità e grande umanità mi ha dato tantissima sicurezza e serenità, così che adesso posso vivere meglio il momento delle poppate. Questo servizio è stato fondamentale, non avrei saputo della sua esistenza se non avessi frequentato il corso preparto! Ora, mi sento davvero di fare questo augurio alle future mamme: Mamme non abbiate paura: riuscirete a superare ogni difficoltà perché con voi c'è il vostro bimbo e tante persone pronte ad aiutarvi in ogni momento! Non esitate a chiedere!•

La direzione aziendale della Asl Roma 4, ringrazia tutto lo staff che ruota intorno alla complessa e meravigliosa organizzazione del percorso nascita, che ha come obiettivo primario, l'accompagnamento della nuova famiglia in un percorso sicuro, assistito e soprattutto umanizzato. Un grazie anche al personale medico dell'ospedale San Camillo che ha proseguito l'assistenza alla mamma e alla bambina con professionalità ed empatia, un servizio sanitario regionale che opera in sinergia per garantire alle nuove famiglie di essere accolte nel loro nuovo percorso come si comporterebbe un'unica grande famiglia, un segnale di positività per il futuro di tutti.

Grazie di cuore questa mamma che ha voluto raccontare questa bellissima esperienza di vita, si augura a lei e a tutta la sua famiglia, un sereno Natale.