

Jak to się robi w Niemczech



Nie ukrywam, że w założeniu pierwszy wpis tej serii, Jak to się robi w Ameryce, miał być jedynym. Stało się jednak inaczej w momencie, kiedy zaczęły docierać do mnie głosy, że jest super, że temat jest interesujący, a czytelnicy chcą wiedzieć więcej na temat tego *jak to się robi*. Tym sposobem postawiliście mi wyzwanie znalezienia kobiet, które urodziły w innych krajach i mają ochotę opowiedzieć swoją historię, podzielić się swoim doświadczeniem.

Jako kolejna mama, która urodziła dziecko poza granicami naszego kraju, zgłosiła się do mnie Kasia prowadząca youtube'owy kanał Kasia Sisi, na który już teraz serdecznie Was zapraszam. Kasia opowiada tam nie tylko o ciąży, porodzie i opiece poporodowej, ale również o wielu innych aspektach wychowywania dziecka w Niemczech. A teraz już pozostawiam Was i oddaję głos bohaterce dzisiejszego wpisu. Miłej lektury!

Jak rodzić, to tylko tu

Ciąża to nie choroba, ale kontrolować trzeba

Opieka medyczna w Niemczech od samego początku jest jednym sprawnym mechanizmem (może poza jednym małym mankamentem, ale o tym później).

Informacja o ciąży nie była dla mnie zaskoczeniem, jednak, jak każda świeżo upieczona ciężarówka, potrzebowałam fachowego potwierdzenia. Termin wizyty nie był zbyt odległy – czekałam tydzień. Lekarz potwierdził moje podejrzenia badaniami USG i standardowym. Okazało się, że wszystko jest super, z czego oczywiście cieszyła się cała rodzina.

Kolejna wizyta, podczas której założono mi kartę ciąży, miała miejsce po czterech tygodniach. Każda taka wizyta poprzedzona była spotkaniem w oddzielnym pokoju z położną, która mierzyła, ważyła, radziła, pobierała krew, a nawet badała szyjkę macicy i wspierała jak dobra ciocia.

Od trzydziestego tygodnia położna robiła również KTG, a w ostatnim miesiącu ciąży wizyty miały miejsce co 2 tygodnie. U położnej każdorazowo spędzałam minimum 30 minut, u lekarza dla porównania było tych minut od pięciu do dziesięciu. Mankament, o którym wspomniałam wcześniej, to fakt, iż wizyty umawiane na konkretną godzinę niestety nie miały z daną godziną nic wspólnego. Na te parę minut u lekarza zdarzało mi się czekać nawet po 2,5 godziny. To, co osładzało mi czekanie, to że zarówno położne, jak i lekarz byli przemili, zarówno w przychodni, jak i w szpitalu. Personel medyczny był wielonarodowościowy, jednak łączyła ich jedna wspólna cecha: empatia, której według mnie w moim rodzimym kraju brak (mimo iż sama pracowałam w służbie zdrowia).

Każdy jeden problem, który zgłaszały świeżo upieczone mamy, był badany i nigdy nie lekceważony.

W trakcie ciąży wybrałam sobie położną, która po porodzie

przez 6 tygodni przychodziła do mnie i do maluszka do domu. Wybrałam sobie również szpital (bo w moim mieście są ich trzy) i rodzaj porodu (do wyboru była wanna, łóżko i inne udogodnienia mające na celu jak największą ulgę i zminimalizowanie stresu rodzącej) oraz znieczulenia (po wcześniejszym specjalnie umówionym spotkaniu z anestezjologiem, który bardzo dokładnie wszystko mi wyjaśnił). Żeby nie było wątpliwości, mam standardowe ubezpieczenie zdrowotne bez żadnych bonusów.

Poród ludzka rzecz, ale przeżyć trzeba

Sam poród być może jest traumatycznym przeżyciem, ale w niemieckim szpitalu cała rzecz odbywa się po ludzku, z wykwalifikowanym, młodym personelem (a nie lekarzami na emeryturze). Gdyby nie potworny ból, czułabym się niemalże jak w Spa. Personel niczego nie zabrania, podaje każdą jedną rzecz, o którą poprosi rodząca, a mąż oczywiście może być cały czas na sali. Poródówka jest jednoosobowa z łazienką, kolorowymi światełkami i liną u sufitu.

Łatwo nie było. Po 11 godzinach męki (co, oczywiście, gdyby nie pomoc położnej, mogłoby trwać dłużej) przechodzi się na poporodową dwuosobową salkę, przy czym drugie łóżko zajęte było podczas mojego pobytu przez jedną noc. Pokoik standardowy wyglądał jak pokój w polskim czterogwiazdkowym hotelu: z łazienką, lodówką i sejfem. Do łóżka zostało przyczepione łóżeczko dla dziecka, a stół do przewijania zaopatrzony był w ubranka, pampersy, maty do przewijania i inne środki dla maluszka. Dla dziecka do szpitala zabiera się tylko ubranie na wyjście do domu, co bardzo ułatwia spakowanie torby, do której nie pakuje się praktycznie nic.

Mimo iż rodziłam drugi raz, bardzo wiele się dzięki temu pobytowi nauczyłam.

Jesteśmy w domu: co dalej począć?

Osoby pracujące na urlop macierzyński (*Elterngeld*) muszą iść 6 tygodni przed porodem, przy czym trwa on rok przy 65% zarobków netto lub dwa lata z połową tej wartości miesięcznie (jednak nie więcej niż 1800 euro miesięcznie). Na spokojnie można

sobie w tym czasie dorabiać, nie przekraczając jednak trzydziestu godzin tygodniowo.

Osobom bezrobotnym i studentom przysługuje 300 euro miesięcznie przez rok lub 150 przez dwa lata. Z urlopu może korzystać oboje rodziców, nawet jednocześnie, ale każde z nich może w tym czasie otrzymać po połowie przysługującej im kwoty. Do żłobka czy przedszkola dziecko trzeba zapisać będąc już w ciąży, bo, tak jak i w Polsce, brakuje miejsc.

Po porodzie wizyty położnej w domu odbywały się co drugi dzień, ale w miarę potrzeb młodej mamy mogą być też częstsze. Położna waży malucha, pomaga w pielęgnacji, a nawet ściąga w domu szwy jeżeli jest taka potrzeba.

Nie znam, albo jeszcze nie słyszałam o bardziej prorodzinnym kraju niż Niemcy.



Na koniec, w ramach bonusu, mam dla Was jeszcze film, w którym Kasia na żywo opowiada swoje wrażenia po porodzie. Bardzo ciekawy!

Podoba Ci się to, co przeczytałeś? Daj mi koniecznie znać! Możesz to zrobić na kilka sposobów:

- Polub mój fanpage na Facebooku **KLIK**
- Polub ten konkretny wpis lub udostępnij go klikając na ikonkę Facebooka poniżej
- Napisz mi ciekawy komentarz pod wpisem tutaj lub na Facebooku

Będę

Ci wdzięczna za każdy taki gest, bo dzięki niemu będę wiedziała, że moi czytelnicy gdzieś tam są, czytają i podoba im się to, co piszę.

Dziękuję!!!