

وسایل برای ولادت های مصنوعی تر

محتویات فصل دوم

23 ----- طبابت محلی و عصری

23 ----- 1. چطور میدانید که یک روش مفید است ، بیفایده است یا مضر است؟

27 ----- 2. روش های مفید

28 ----- 3. روش های بیفایده

28 ----- 4. روش های مضر

29 ----- تفکر قدم به قدم

33 ----- فراست

34 ----- مبتکر بودن

35 ----- تصمیم گرفتن : فکر کردن در مورد خطرات و مزایا

وسایل برای ولادت های مصئون تر

طبابت محلی و عصری



طبابت محلی بر عقایدی استوار است که از قابله به قابله و از والدین به اطفال در صد ها سال انتقال یافته است. این عقاید از دانستنی ها در مورد بدن و فکر، تماس با جهان ارواح و از دانش در مورد ادویه گیاهی بوجود آمده است. مواظبت های صحی محلی همیشه از قابله های محلی با تجربه و یا ملاها (شفا دهنده های محلی) آموخته شده است .

طبابت عصری بر اساس دانش در مورد بدن و جهان فیزیکی که به طریقه علمی بدست آمده است استوار میبا شد . علم یا ساینس یک طریقه تفکر و آزما یش نظریات در مورد طرز کار اشیاء است.

مواظبت های ولادت دهی عصری اکثراً از طریق مکاتب، کورس های تربیوی و کتابهای فرا گرفته می شود.

هر دو طبابت محلی و عصری مفید اند، در صورتیکه با احتیاط و بصورت درست استفاده شوند. مگر برای استفاده خوب هر طریقه، مهم است بخاطر داشته باشید که طبابت محلی و عصری هر دو این موضوعات را درس میدهند:

- روش های مفید
- روش های بیفایده
- روش های مضر

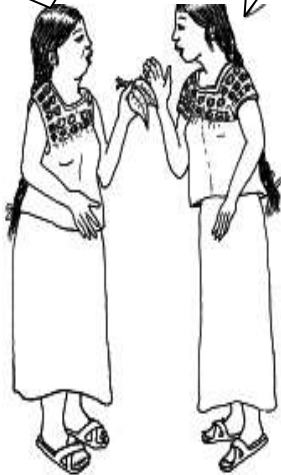
یک قابله میتواند مردم را کمک نماید که بهترین استفاده را از طبابت محلی و عصری بنمایند. او میتواند به مردم کمک نماید تا بدانند که چه چیزهایی از طبابت عصری مفید است و همچنان میتواند داکتران ، کارمندان صحی و ادارات صحی را به مطالعه روش های محلی طبابت تشویق نماید.

1. چطور میتوانید بفهمید که یک روش مفید است ، بیفایده است یا مضر است ؟

یگانه راه شناخت اینکه یک روش مفید است، بیفایده است یا مضر است مطالعه دقیق آن میباشد . شما میتوانید با صحبت کردن با مردم بیاموزید که یک روش معین چقدر خوب است. مگر بخاطر داشته باشید که بعضی قابله ها روش های شان به تجربه استوار است در حالیکه یکتعداد دیگر ممکن بعضی چیزها تیرا بصورت ساده از ذهن خود بسازند و بعداً تصمیم بگیرند که این درست است و اگر آنها دیگران را به این روش متقاعد ساختند، روش یا نظر جدید آنها بصورت محلی در میآید- حتی اگر این روش ارزش واقعی نداشته باشد. این بدان معنی است که مهم است از افراد مختلف سوال نموده و بعداً از ان در مورد گفتار آنها فکر شود.

من از این گیاه چای تیار کردم. معلوم میشود این جوشانده هر زمانیکه تقلصات ولادی کم باشد، کمک مینماید.

تشکر!



درین جا بعضی سوالات مفید برای طرح کردن از دیگر قابله ها ذکر میشود.

- چرا شما این روش را استفاده مینمائید؟
- چه وقت آنرا استفاده نمودید؟
- چطور از آن استفاده نمودید؟
- چه واقع شده زمانیکه از آن استفاده نمودید؟
- چقدر این روش به مشکلات کمک می کند؟
- آیا گاهی مشکلات زیادتر شده است؟

بناءً زمانیکه شما خودتان روش های مختلف را بکار میبرید، چشم تان خوب باز بوده و فکر خود را بگیرید.

در صورت امکان بنویسید که چرا این روش را بکار بردید و چه واقع شد، شما ممکن بعضی چیزهای جدید را بیاموزید.



در صورتیکه شما هنوز متیقن نیستید که یک روش بیفایده و یا مضر است، ممکن در صورتیکه به این موارد توجه کنید شما را

کمک کند.

- موجودیت روشهای مختلف برای حل یک مشکل نشان خواهد داد که ممکن هیچکدام مفید نباشد. این بخاطریست که وقتی یک روش درست کار نداد مردم روش های دیگری را تجربه می کنند. طور مثال در مناطق دهاتی مکسیکو علاج های خانگی زیادی برای تداوی جاغور وجود دارد که هیچکدام واقعاً خوب نیست. درین جا بعضی از آنها آمده است.

2. مالیدن جاغور با دست طفل.

نه!



1. بستن خرچنگ بالای جاغور.

نه!



4. گذاشتن مواد غایطه انسان بالای جاغور.

نه!



3. گذاشتن مغز کرگس بالای جاغور.

نه!

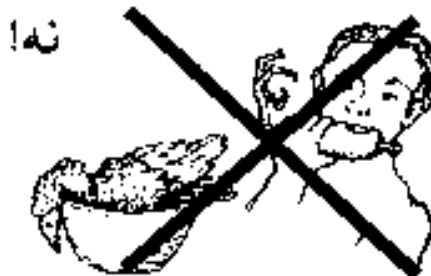


برای وقایه و تداوی جاغور نمک آیودین دار استفاده شود (صفحه 53 دیده شود).

- روش های نادرست و نفرت انگیز کمک نخواهد کرد و همیشه خطرناک است. این ها ممکن سبب انتانات و امراض شوند. طور مثال :

این نظریه که جذام میتواند با نوشیدن یک نوشابه تهیه شده از مار فاسد شده تداوی گردد.

این نظریه که سفلیس میتواند با خوردن یک کرگس تداوی گردد.



- روش هایی که در آن از مواد غایبه انسان یا حیوان استفاده میشود، شفا نمیدهد و میتواند سبب انتانات و امراض خطرناک شود. بطور مثال :

گذاشتن مواد غایبه انسان در اطراف چشم، تیره گی دید را تداوی نکرده میتواند سبب انتانات گردد.

گذاشتن فاضله گا و در سر از امراض فنگسی جلوگیری نکرده و میتواند سبب تیتانوس یا دیگر انتانات خطرناک شود.



- روشهاییکه مردم را از غذا، تمرینات و یا استراحت مانع میشود، اکثراً سبب ضعیفی آنها میشود، نه تقویت آنها .
- روش هاییکه فکر میشود بخاطر مشابه بودن با مشکل میتواند در رفع آن کارگر باشد، اکثراً درست نیست. بطور مثال: یک گیاه سرخ رنگ نمیتواند سبب توقف خونریزی شود.
- روش هاییکه مردم را در رابطه به مشکلات آنها سرزنش مینماید اکثراً شکایت و درد آنها را زیاد میکند.

ممکن در صورت تهیه یک چارت که در آن طبابت محلی و طبابت عصری معمول در منطقه شما درج گردد، به شما کمک نماید.

درینجا یک چارتی را که هنگام یک پروگرام تربیوی قابله ها در فلیپین تهیه شده است میاوریم. ما تمام مواظبت های معمول ولادی را لست نموده ایم. بعد از صحبت در مورد آنها ما دانستیم که کدام یک مفید بود، کدام بیفایده و کدامیک مضر بوده است.

| کارهای محلی | مفید | غیر مفید | مضر |
|---|--|--------------------------------|-----|
| 1. شیر دادن از پستان | بهترین طریق تغذی | | |
| 2. دادن تخم خام در هنگام ولادت بخاطر لغزنده ساختن ولادت | مغذی | | |
| 3. حمام گیاهی بعد از ولادت | احساس خوبی میدهد برای جلوگیری از انتانات کمک مینماید | | |
| 4. قطع طولانی بند ناف | | میتواند سبب انتانات گردد. | |
| 5 | | | |
| 6 | | | |
| کارهای علمی | | | |
| 1 شیر دادن با شیر چوشک | | فقر تغذی و اسهالات | |
| 2. دادن پیتوسین بخاطر توقف خونریزی بعد از ولادت | حیات را محافظه می نماید | | |
| 3. زرق پیتوسین هنگام ولادت | | میتواند سبب مرگ طفل و مادر شود | |
| 4. دور انداختن پلاسنتا (عدم اجرای شعایر مذهبی) | خوب | | |
| 5. | | | |

کسی میتواند مثال دیگری بگوید؟



در مورد وضعیت های ولادی چه میگویید؟



2. روش های مفید :

- بعضی روشهای محلی مفید اند زیرا آنها بصورت صحی و بر اساس جریان طبیعی کارها میباشند و یا بخاطر یکه در روش های استفاده شده توانائی فیزیکی موجود است. درینجا بعضی مثال هائی از روش های مفید محلی تذکر داده میشود.
- در گواتیمالا، قابله ها بعضاً ناف طفل را با کاردی قطع مینمایند که در آتش حرارت داده شده است. این یک روش خوب است بخاطری که حرارت دادن کارد میکروب های موجود آنرا از بین میبرد.
- در فرهنگ های مختلف یک خانم بعد از ولادت 40 روز استراحت مینماید. این یک روش خوب است زیرا استراحت به مادر وقت میدهد تا قدرت از دست رفته را باز یابد و از طفل خود مواظبت نماید (مگر مادر نباید تمام وقت در بستر باشد که در ینصورت بدنش ضعیف شده و مشکلات دیگری را بار میآورد).
- در بعضی فرهنگ ها خانم ها بعد از ولادت یک حمام مذهبی میگیرند. این موضوع برای جلوگیری از انتانات کمک میکند.

بعضی روش های عصری مفید اند، زیرا بر دانش در مورد چیزهائیکه دیده شده نمیتواند (مانند میکروبها) و اینکه چگونه ادویه در بدن تاثیر میکند، استوار است. درینجا بعضی مثال هائی از روش های عصری مفید آورده میشود:



معاینه خانم در رابطه به کمخونی و دادن تابلیت های آهن در صورت ضرورت، خون را قوی میسازد.

پاک نگه داشتن همه چیز ها در هنگام ولادت از انتانات جلوگیری مینماید.

تطبیق دوا برای جلوگیری از خونریزی شدید حیات را محافظه مینماید.

روش های مفید میتوانند در صورت استعمال نادرست مضر ثابت شوند. بطور مثال دادن گیاه ها و یا دادن ادویه طبی به مقدار نادرست بسیار خطر ناک است. بخاطر داشته باشید که هر گز ادویه را بسادگی و بخاطریکه کسی به شما گفته است استعمال نکنید. مقدار درست آنرا برای استفاده یاد بگیرید و همچنان زمان و طریق درست استفاده آنرا بیاموزید.

3. روش های بی فایده :

روشهای بیفایده آن روش هائیت که خودشان نه ضرر دارند و نه فایده مگر اینها میتوانند با در نظر داشت اینکه چگونه استفاده میشوند مفید یا مضر شوند.



- در صورتیکه یک خانم شدیداً بیخ روش عقیده دارد و یا انرا راحت فکر میکند در آنصورت آن روش ممکن است در کم ساختن ترس و هراس وی کمک نماید طورمثال: در فلبین قابله ها گاهی عقیده دارند که خوردن تخم سبب لغزندگی شده و طفل به آسانی از بطن خارج میشود. مگر از آنجائیکه تخم خورده شده داخل معده شده و معده از رحم که طفل داخل ان است کاملاً جدا میباشد ، تخم نمیتواند واقعا سبب لغزندگی طفل بخارج شود. در حالیکه اگر ما در به این موضوع عقیده دارد که خوردن تخم برایش کمک می نماید او با خوردن تخم راحت شده و ولادت آسان تری خواهد داشت .
- در صورتیکه استفاده از یک روش به آن معنی باشد که از روش های دیگر بسیار مفید استفاده نشود، در آنصورت روش بیفایده تنها بیفایده نبوده بلکه مضر است. طور مثال در قسمت های از افریقا زن ها برای جلوگیری از حامله دار شدن يك تاري را بدور کمر خود مي بندند، این خودش مضر نیست مگر نمیتواند از حامله دار شدن جلوگیری نماید (فصل 22 دیده شود).
- در صورتیکه یک خانم این کار را به عوض استفاده از روش های موثر تنظیم خانواده انجام میدهند، او ممکن است حامله شود.

احتیاط : ازیک روش بیفایده بجای یک روش موثر استفاده نکنید اکثراً خوب است که هر دو روش را بکار برید.

4. روش های مضر :

بعضی روش ها مضر اند حتي اگر یک خانم به آن شدیداً عقیده داشته باشد و یا اگر دیگران به یک قابله گفته باشند که اینکار را کرده اند .

درینجا بعضی مثال هایی از روش های محلی مضر تذکر داده میشود:

◆ فشار آوردن بالای شکم جهت سریع شدن و ولادت این کار میتواند باعث پاره شدن رحم گردد.

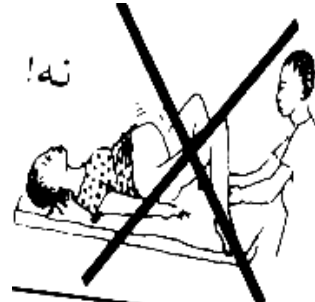
◆ گذاشتن ادویه گیاهی داخل مهبل در هنگام ولادت اینکار میتواند سبب انتانات شدید شود.

درینجا بعضی مثال هایی از روش های عصری مضر تذکر داده میشوند:

◆ تجویز یک امپول اکسی توسین قبل از ولادت (صفحه 462-463) دیده شود، اینکار میتواند سبب مرگ مادر و طفل شود.

◆ خوابانیدن مادر به پشت جهت ولادت. اینکار سبب بطائت و حتی جلوگیری از ولادت میشود.

◆ تغذی طفل توسط شیر چوشک، اینکار سبب بوجود آمدن امراض و اسهالات میشود.



احتیاط : در صورتیکه فکر میکنید یک روش ممکن است مضر باشد انرا استفاده نکنید .

تفکر قدم به قدم

تفکر قدم به قدم یکنوع تفکریست که افراد تحصیل کرده زمانیکه کوشش مینمایند تا برای یک مشکل جواباتی را بدست آورند، از آن استفاده مینمایند. تفکر قدم به قدم به شما کمک میکند تا روش های سنتی و عصری را به شکل درست آن استفاده کنید .

تفکر قدم به قدم شامل 9 قدم است :



1. یادداشت نمایید که این یک مشکل است،
2. باشک و گمان شروع نمائید. این بدان معنی است که شما می پذیرید هنوز جواب آنرا نمیدانید.
3. در مورد تمام علل مشکل و جوابات همان مشکل فکر کنید. در صورتیکه وقت داشتید نظریات دیگران را بگیرید .
4. رهنمائی را پیدا کنید که میتوانید به شما بگوید که کدام علت و جواب خیلی مشابه اند:

 - هر چیزی را که میتوانید درمورد مشکل یادداشت کنید.
 - چیزهائی را که یافتید بررسی کنید.
 - سوال کنید.
 - در صورت ضرورت امتحاناتی بسازید .

5. جوابات غیر احتمالی را خارج سازید.
6. تصمیم بگیرید که کدام جوابات ممکن است درست باشد (حدس بزنید)
7. جوابات را بکار بندید.
8. نتیجه را ببینید .
9. در صورتیکه جواب در یافت شده کار نداد قدم ها را از اول شروع کنید.

این قابله ترسید که قبول نماید درین مورد مطمئن نیست، اولین دو ای زا که به فکرش رسید تجویز کرد.



این قابله با احتیاط در مورد مشکل فکر کرد و به تمام امکانات توجه نموده است.



بخاطر داشته باشید: در تفکر قدم به قدم قبول اینکه شما هنوز نمیدانید، يك قوت است نه ضعف.

همه ما اغلباً تفکر قدم قدم را استفاده مینمائیم، حتی اگر آنرا احساس نکنیم. درینجا یک مثال ذکر میشود:



ایندیرا اولین طفل خود را از پستان شیر میداد. دفعتاً طفل شروع به گریه کرد. ایندیرا به تشویش شد که چه اشتباهی بوده باشد، او شروع کرد به فکر کردن:

"او ممکن است هنوز گرسنه باشد، پس چرا سینه را نمی گیرد؟" او متعجب بود. "ممکن من مقدار کافی شیر ندارم مگر زمانیکه سینه را فشار میدهد شیر خارج میشود. ایندیرا به امکانات دیگر فکر نمود. طفلش تنها نبوده چون هنوز در بغلش است. پیشانی طفل را بوسید تا ببیند که تب دارد یا خیر، مگر تب نداشت و پیشانی طفل سرد بود.



او طفل را با مهربانی گرفت و دقیق به آن نظر کرد، مشاهده نمود که طفل در هنگام گریه کردن زانوهای خود را جمع میکند، "خوب" او فکر کرد: "او شیر خورده است و مادرم گفته بود بعضی اوقات طفل در هنگام شیر خوردن هوا را بلع مینماید. طفل زانوهای خود را بالا جمع میکند مثل آنکه شکم درد باشد. بناءً ایندیرا تصمیم گرفت که کوشش نماید تا طفل آروغ بزند. طفل را بروی شکم بالای زانوهایش خواباند و پشتش را مالید.

بسیار زود طفل یک آروغ خارج کرد و گریه اش آرام شد. زمانیکه دوباره او را به سینه گرفت طفل با خوشی شروع به مکیدن کرد تا اینکه سیر شد.

ایندیرا جواب را یافته بود از آن وقت به بعد همیشه برای جلوگیری از نفخ و باد شکم و جلوگیری از درد آن طفل را وادار به آروغ زدن مینمود.



اگر ایندیرا به سادگی فکر میکرد که طفل بخاطری گریه میکند که کاملاً سیر نشده، پس او در اشتباه میبود و ممکن بود غلطی های زیادی بکند. ممکن او شروع میکرد که به طفل به علت نادرست توسط بوتل شیر چوش شیر بدهد. او ممکن بود از اثر شیر ندادن به طفل، شیر خود را از دست میداد و طفل به اثر خوردن شیر از شیر چوشک مریض میشد. بناءً یک کار خوب شد که وی پستان خود را فشار داد تا ببیند که شیر موجود است یا خیر، همچنان بسیار خوب شد که وقت زیادتری را برای فکر کردن مصرف نمود و طفل خود را بطریقه های مختلف بررسی کرد.

فصل 2 : وسائل برای ولادت های مصئون تر

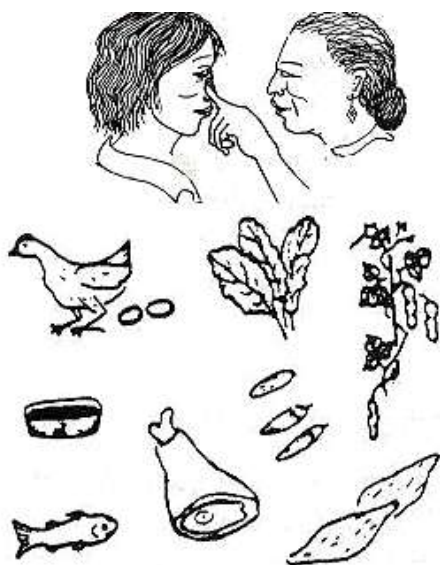
درین جا یک قصه دیگر ذکر میشود:



زمانیکه الینا پنج ماه حامله بود، برای اولین دفعه به قابله مراجعه کرد او شکایت داشت که همیشه احساس ضعف و خستگی می نماید " هو ووووم " قابله سلسله گفت : "من متعجب هستم که مشکل چه است، شما خسته بنظر میرسید، شما ممکن بسیار زیاد کار میکنید، ویا ممکن کدام مریضی داشته باشید، و یا ممکن است کمخونی یا سوء تغذی داشته باشید و یا ممکن در مورد چیزی ناراحتی داشته باشید. خوب زندگی شما بصورت عموم چطور میگردد؟ زمانیکه سلسله این سوال را میکرد متوجه شد که الینا آرام و راضی به نظر میرسد و لباس هایش پاک مگر کهنه است. او فکر کرد که ممکن نتواند الینا غذای خوب بخورد.

الینا گفت " خوب، من فکر نمی کنم در مورد چیزی ناراحتی داشته باشم، شوهر من با من بسیار خوب است و من هم خوش هستم که حامله شدم و همچنان بیشتر از حالت عادی کار نمی کنم " سلسله سوال کرد " آیا علایم مریضی را در خود احساس میکنید؟ " الینا گفت: " نخیر "، تنها درد های معمولی حاملگی و چیز غیر عادی نیست. سلسله پرسید " خوب در مورد غذای خود برایم بگوئید که آیا مقدار کافی پروتین و آهن مصرف میکنید؟

الینا پرسید : پروتین مثل گوشت و لوبیا درست است؟ من فکر می کنم بلی . من همه روزه جواری و لوبیا میخورم و بعضی اوقات یکدانه تخم یا همچنان کمی گوشت مرغ . سلسله گفت: " این عالیست "



در مورد غذاهای آهن دار مثل جگر، گوشت سرخ، سبزیجات دارای برگ سبز چطور آیا از آنها استفاده میکنید ؟ الینا گفت: "

خوب یگان دفعه " . هفته گذشته کمی سبزیجات دارای برگ سبز داشتم و هفته قبل از آن کمی گوشت سرخ خورده ام. من اکثراً جواری و لوبیا میخورم و بیشتر جواری. واقعا گوشت بسیار قیمت است. " سلسله جواب داد " لوبیا یک اندازه آهن دارد و همچنان تخم کمی، مگر بعضاً این ها کافی نمیباشد. بگذار ناخن ها ، داخل پلک ها و لب ها یت را ببینم: این ها چقدر کم رنگ اند. این نشان میدهد که شما مقدار کافی آهن در غذای خود نمی گیرید شما ممکن کمخون باشید .

بعدا سلسله به الینا بعضی نظریات را ارائه کرد که چطور میتواند مقدار بیشتر آهن درغذایش اضافه نماید . شما باید یکمقدار غذای دارای مقدار زیاد آهن در

هر غذا بخورید. سبزیجات دارای برگ های سبز تیره و سیب زمینی ها قیمت نیستند، بعضی اوقات جگر و دل ارزان تر نسبت به دیگر گوشت ها پیدا میشود. من همچنان از شما میخواهم که یک پارچه آهن پاک مثلاً یک میله آهن را هنگامیکه لوبیا را پخته میکنید در دیگ بیاندازید و با دنجان رومی به آن اضافه کنید. این ممکن شما را کمک کند که کمتر احساس خستگی بنمائید و خود را بهتر احساس کنید. آیا اینکار را کرده میتوانید؟ الینا گفت " من فکر میکنم بلی "

سلسله گفت " خوب " مگر من میخوام در جریان 3 تا 4 هفته از شما بشنوم که این کار ها چطور بوده، موثریت داشته یا خیر؟ و اگر حالت شما خرابتر شد، لطفا مرا زودتر واقف سازید، همیشه شناس موجودیت کدام مشکل دیگری نیز موجود است.

اگر کدام کلینیک صحتی در نزدیکی ها موجود میبود سلسله میتوانست الینا را برای معاینه خون و اینکه ببیند آیا کمخونی دارد یا خیر بفرستید. مگر کلینیک بسیار دور بود. او همچنان میدانست که ادویه آهن دار مثل تابلیت ها یا شربت آهن میتواند کمک نمایند، مگر پیدا کردن آنها نیز در قریه بسیار مشکل بود. سلسله تصمیم داشت که در صورت عدم موثریت این تغییرات رژیم غذایی ویا اگر وضعیت الینا خرابتر شد، وی را به یک کلینیک که چند ساعت از قریه فاصله داشت جهت معاینه و بدست آوردن ادویه لازمہ ببرد.

این چارت نمایش میدهد که چطور ایندیرا و سلسله تفکر قدم به قدم را استفاده نمودند :

| قدم ها | قصه ایندیرا | قصه سلسله |
|--|--|--|
| 1. دریافت مشکل | ایندیرا دریافت که طفل اش هنگام خوردن شیر تغییر کرده است. | سلسله دریافت که الینا بصورت غیر معمولی ضعیف و خسته بود. |
| 2. ایجاد شک و تردید | ایندیرا متعجب شد : چرا ؟ | سلسله متعجب بود : چرا؟ |
| 3. فکر کردن در مورد تمام امکانات. | ایندیرا فکر کرد: آیا طفل گرسنه است ؟ آیا من مقدار کافی شیر ندارم ؟ آیا او احساس تنهائی کرد؟ آیا او تب دارد ؟ آیا شکم اش باد گرفته و درد میکند ؟ | سلسله فکر کرد : آیا او در خانه خوش است ؟ آیا او خونریزی دارد؟ آیا او مریض است ؟ آیا او تب و یا اسهال دارد؟ آیا او بسیار کار می کند ؟ آیا او به اندازه کافی غذا میخورد؟ |
| 4. دریافت کلید ها | ایندیرا ملاحظه کرد که طفل بیشتر برای خوردن شیر تقلا نمی کند، او سینه خود را فشار داد که ببیند شیر دارد یا خیر او طفل را از نظر داشتن تب واریسی کرد . او مشاهده کرد که طفل هنگام گریه زانو های خود را بروی شکم خم میکند . | سلسله در مورد زندگی فامیلی ، کار و غذای الینا سوال کرد ، او در مورد علائم مریضی و اسهال و تب سوال کرد . همچنان پرسید که آیا زیاد کار میکند؟ آیا غذای کافی میگیرد ؟ |
| 5. حذف کردن جوابات ناموفق | ایندیرا فکر کرده: او تنها نیست چون در بغل من است، من مقدار کافی شیر دارم، تب موجود نیست. | سلسله فکر کرد : او خوش معلوم میشود ، او بیشتر از معمول کار نمی کند، او علائم مریضی ، اسهال ویا خونریزی را ندارد. |
| 6. تصمیم در مورد اینکه جوابات ممکن کدام است | ایندیرا تصمیم گرفت : که ممکن شکم طفل باد گرفته باشد. | سلسله تصمیم گرفت: ممکن کمخونی از سبب غذای ناکافی موجود باشد. |
| 7. بکار بستن جواب | ایندیرا طفل را مجبور به آروغ زدن کرد. | سلسله مشوره خوردن غذای خوب را داد. |
| 8. دیدن نتیجه | ایندیرا دوباره بعد از آروغ زدن طفل را به سینه گرفت و دید که طفل حالا خوش است. | سلسله از الینا خواست که بعد از 3 یا 4 هفته دوباره برای دیدن اینکه خوب شده است یا خیر مراجعه نماید. |
| 9. در صورت عدم نتیجه گیری تمام قدم ها را از اول شروع کنید. | | در صورتیکه الینا خوب نشده بود، سلسله او را به کلینیک برای دریافت کمک خواهد برد. |

فراست

فراست درینجا به دانشی گفته میشود که از طریق احساس بوجود میاید، این یک نوع مهم دانش است. اگر چه ممکن تجربه داشته باشید که همیشه صحیح نیست. وقتیکه شما احساس پیدا میکنید که یک موضوع صحیح یا غلط است، یک نظر خوب است که آنرا در جهان مادی (طبی) امتحان کنید.



این قصه واقعی توسط یک نرس شفاخانه به یک گروپ از قابله ها حکایه شده است. نرس گفت: " من در شفاخانه بودم و از یک خانم در هنگام ولادت مراقبت می نمودم. هر نیم ساعت من باید ضربان قلب طفل رامعاینه میکردم و همیشه خوب بود. دفعتاً احساس کردم که ممکن مشکلی پیش آمده باشد. مطابق تقسیم اوقات این وقت معاینه ضربان قلب طفل نبود، مگر من بهر صورت آنرا برای اطمینان معاینه نمودم. قابله ها سوال کردند: خوب، چه واقع شد؟

او گفت: من از معاینه ضربان قلب طفل میتوانستم بگویم که طفل در یک مشکل است. در هنگام درد یا تقلص رحم ضربان قلب بسیار آهسته شد و بعد از آن همان طور آهسته

باقی ماند. ما به سرعت مادر را به عملیات خانه بردیم و طفل را با عملیات ولادت دادیم. داکتر دریافت نمود که حبل سروری به پیش روی طفل پائین آمده و بین سر طفل واستخوان حوصله مادر زیر فشار آمده بود.

قابله ها گفتند: می بینید، اگر شما به فراست خود توجه نمی کردید، ممکن طفل از بین میرفت

و این واقعیت دارد. فراست میتواند زندگی را نجات دهد. مگر ملاحظه کنید که این نرس همچنان علایم حیاتی (ضربان قلب طفل) را معاینه نمود تا ببیند که آیا کدام مشکلی موجود است. اگر ضربان قلب طفل خوب می بود اوبه معاینه و انتظار خود ادامه میداد این کار درستی خواهد بود که باید انجام



شود.

من مطمئن هستم که همه چیز در این ولادت خوب خواهد بود. چون من اینطور احساس میکنم.



این قابله فراست را به طریقه مضر آن بکار برده

دیگر افراد فراست را به طرق مضر به کار می برند، طورمثال: اگر یک خانم احساس می نماید که همه چیز در یک ولادت خوب پیش می رود، او ممکن از علایمی که امکان دارد سبب مشکلات شود، غافل بماند. و یا اگر یک قابله احساس می نماید که بعضی مشکلات موجود است مگر بررسی نمی نماید با وجودیکه ممکن وی صحیح فکر کرده باشد، امکان دارد با یک ولادت غیرعادی مقابل شود. بناءً بسیار مهم است که همیشه فراست را باجهان مادی چک ننمایید، حتی اگر شما عقیده دارید که این احساس شما از جهان ارواح آمده باشد.

ابتکار عمل

ابتکار عمل عبارت از قدرت ساختن یک چیز جدید از مواد و معلومات قبلا موجود می باشد. یک قابله مبتکر کسی است که میتواند در مورد روش های جدید در زمانیکه روش های قدیمی در حل یک مشکل موثر نیست، فکر نماید.

موضوعات ذیل بر اساس قصه های واقعی استوار است :



صفیه در مورد خارج شدن طفل خود در زمان ولادت مشکلات داشت او از ولادت طولانی اش بسیار خسته بود، او همچنان ناراحت به نظر میرسید، چون صفیه طفل قبلی خود را در شش ماهگی از دست داده بود. قابله تشویب داشت که ممکن صفیه از خاطر ترس در مورد از دست دادن این طفل، ولادت طولانی دارد.

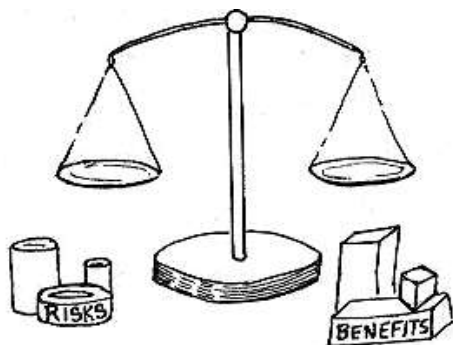
قابله تمام راه های معمول را برای اینکه صفیه برای تولد طفل زور بزند بکار برد، مگر موثر نبود. علایم اینکه کدام مشکل دیگری موجود باشد، دیده نمی شد. ضربان قلب طفل خوب بود چون قابله فکر میکرد که طفل خوب است بناءً احساس میکرد ممکن بتواند راه های دیگری را نیز امتحان کند. او از صفیه خواست که تمام لباس هایش را کشیده و روی یک چوکی بنشیند او با تکه های مرطوب و گرم بدن صفیه را پوشانید، در حالیکه همکارش پاهای او را ماساژ میداد.

قابله گفت: وقتیکه تقلص آمد مستقیم در همینجا نیکه هستی زور بزن تکه های گرم و مرطوب و ماساژ صفیه را آرام و تازه ساخت و بزودی توانست که ولادت نماید.

درین قصه فراست قابله به او فهماند که صفیه در زیر فشار است. دانش او در مورد حمل و ولادت نشان میداد که صفیه و طفلش ممکن خوب باشند. روش قابله ابتکاری بود. اینکار قبلا در منطقه آنها انجام نشده بود، مگر اینکار نتیجه داد.

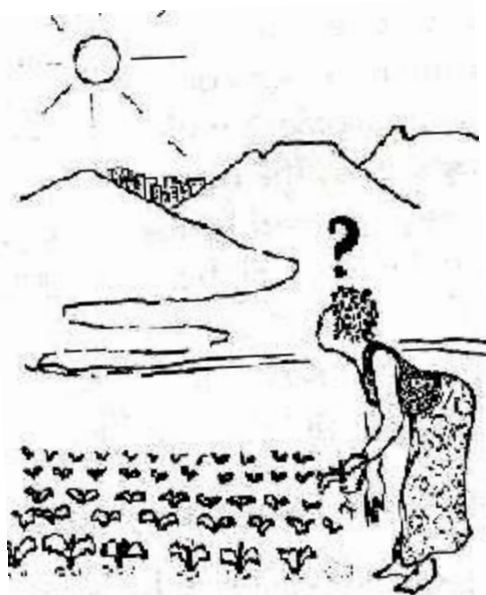
این مهم است که در هنگام کار برد هر چیز جدید بسیار محتاط باشید. بخصوص اگر مشکلاتی در ولادت موجود باشد در قضیه صفیه عمل ابتکاری قابله یک راه حل بسیار خوب بود زیرا کدام مشکل دیگری موجود نبود. اما اگر طفل صفیه به پا (بریچ) می بود، یا اگر بسیار خونریزی میداشت خوبتر آن می بود که مستقیما کمک طبی میگرفت.

تصمیم گیری : فکر نمودن در مورد خطرات و مفاد



در هر مرتبه تصمیم گیری شما باید متوجه خطرات و مفاد آن باشید. خطر یک ضرریست که ممکن است بعضاً پیش آید. مفاد خوبی است که ممکن بعضی کارها داشته باشند. بهترین انتخاب آنست که کاریرا انجام دهید تا بیشترین مفاد و کمترین خطر را داشته باشد. در صورتیکه خطر از مفاد زیاد تر باشد، انجام آن لازم نیست مگر همیشه جواب دادن به اینکه آیا مفاد بیشتر است یا خطر، آسان نیست.

یادداشت : خطر به این معنی نیست که یک کار بد واقع خواهد شد. بلکه بدان معنیست که امکان بوجود آمدن یک حالت بد موجود است.



درین جا یک قصه در مورد خطرات و مفاد ذکر میشود.

کبرا از کشت سبزیجات به فامیل خود پول بدست میآورد. اکثرآ او سبزیجات را به بازار نزدیک به شهر برای فروش می برد. او میدانند که مردم در آنجا سبزیجات را میخرند، درین اواخر یک رفیقش برایش گفته بود در صورتیکه سبزیجات خود را به شهر بزرگتر که کمی دور تر است ببری پول زیادتری بدست آورده میتوانی. مگر مشکل اینست که در تپه های نزدیک شهر دزد وجود دارد و یک مرتبه زمانیکه مردم از بازار بر میگشتند مورد هجوم دزدان قرار گرفتند. کبرا باید تصمیم میگرفت که آیا بدست آوردن پول بیشتر ارزش آنرا دارد تا مسافرت بیشتر نموده خطر دزدی را هم قبول نماید. شما چه فکر میکنید که کبرا چه باید بکند؟ برای تصمیم گیری شما باید خطرات و مفاد آنرا باهم وزن نمائید.

خطرات و مفاد در حاملگی و ولادت :

قبل از اجرای هر کاریکه با حاملگی یا ولادت ارتباط میگیرد، از خود این سوالات را بنمائید:

- مفاد انجام اینکار چیست؟ آیا دلیل خوب برای انجام آن موجود است؟
- خطرات انجام اینکار چیست؟ چقدر ممکن است یک حالت خراب واقع شود؟ اگر کاری اشتباه میشود، چقدر بد خواهد بود؟
- آیا این قیمت خواهد بود؟ آیا این دردناک خواهد بود؟ آیا وقت زیادی را خواهد گرفت؟
- آیا کدام طریقه دیگری وجود دارد که عین کار را بنماید و خطر آن کمتر باشد؟

تصمیم گیری : فکر نمودن در مورد خطرات و مفاد

درینجا سه مثال برای اندازه نمودن خطرات و مفاد در حاملگی و ولادت ذکر میشود.

تصمیم گرفتن در مورد ولادت با عملیات (سزارین سکشن):

عملیات سزارین همیشه برای مادر و طفل یک خطر است. داکتر باید برای مادر دوا بی‌هوشی داده بعداً شکم او را پاره کرده و طفل را بردارد. یک خطر کمی وجود دارد که ممکن دوا بی‌هوشی سبب مریضی مادر شود و یا جراحی شکم سبب خونریزی یا انتانات شود. در یک شفاخانه خوب این مشکلات همیشه واقع نمی‌شود. مگر بعضاً وقوع آن ممکن است.



این خانم به يك دليل احمقانه میخواهد يك خطر جدي را قبول نماید!

این خانم ممکن است به خاطر نجات حیات خود و طفلش ضرورت به سزارین داشته باشد

این است دلیل اینکه چرا اجرای عملیات سزارین بدون دلیل درست مفکوره خوبی نیست، مگر در صورت موجودیت یک مشکل جدی (مانند بزرگ بودن زیاد طفل که با لگن خاصره مادر متناسب نباشد)، یک عملیات سزارین میتواند حیات مادرو طفل را نجات دهد. درین صورت خطر عایده از عملیات کم است اما نجات دادن حیات طفل و مادر بسیار مفاد بزرگ است.

کشیدن پلاستنا بادست :

کشیدن پلاستنا با دست یک عمل بسیار خطر ناک است. خطرات زیادی وجود دارد که شما همیشه نباید آنرا انجام دهید. مگر در یک حالت شدید عاجل خطر انجام ندادن آن زیادتر است. طور مثال :



تجویز دوا برای اینکه زود ولادت صورت بگیرد:

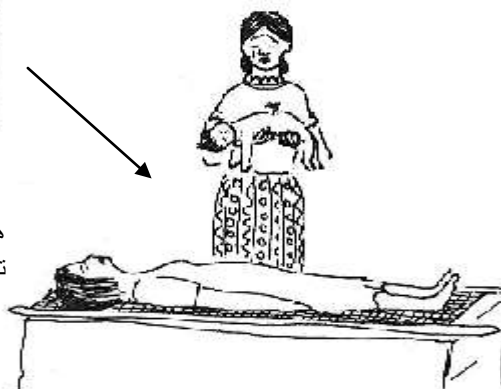
دادن دوا برای سرعت دادن به ولادت هرگز ارزش خطرات آنرا ندارد، دلیل آن اینست :



دادن دوا برای سرعت دادن
به ولادت



همیشه درد ها را قویتر و
تیز تر میکند.



مگر این کار برای طفل واقعاً خطرناک است. و یا سبب خونریزی
داخلی برای مادر شده و باعث مرگ طفل و مادر شده میتواند.