

SKLAD UMA I TIJELA

Trudna i lijepa, travanj 2010.

Natalija Zebec, dipl.hom.LICH

„Biohom“

Sve veći broj trudnica shvaća koliko je psihofizičko stanje majke prije, tokom trudnoće i tijekom samoga poroda važno za zdravlje djeteta. Iako živimo u 21.stoljeću i smatramo da smo napredna civilizacija te gotovo svakodnevno možemo čuti i čitati o pravima trudnica i zakonima koji se donose kako bi se pomoglo toj skupini žena, još uvijek veliki broj njih skriva trudnoću u strahu od reakcije okoline. Često se to odnosi na zaposlene žene koje strahuju da će otvorenim razgovorom o trudnoći ostati bez posla. Najtužnije je da se to zaista i događa. U svijetu u kojem živimo novac je nažalost jedan od vrlo bitnih faktora u planiranju obitelji. Broj trudnica starijih od 35 god. sve više raste. Često iz razloga što mlađe žene ne mogu dobiti stalan posao koji bi značio i stalna primanja. Bez stalnih primanja, rješeneog stambenog pitanja i takve vrste sigurnosti nerijetko nailazimo na žene koje majčinstvo odgađaju za neka bolja vremena. Takva vrsta straha, neizvjesnosti, osjećaja nesigurnosti i neprihvaćenosti osim što utječe na zdravlje trudnice, utječe i na još nerođeno dijete.

Neke žene primorane su radi trudnoće i majčinstva napustiti školovanje. U tim slučajevima često se stvara osjećaj da nešto propuštaju u životu, postavlja se pitanje da li zadržati dijete ili ne, osjećaj da nisu sposobne ispuniti niti vlastita očekivanja što može rezultirati prijevremenim trudovima i porodom. Postoji veliki broj istraživanja koja potvrđuju vezu između **negativnih emocionalnih previranja i prijevremenog poroda**.

Odnos budućeg oca prema budućoj majci možda je najveći faktor u planiranju trudnoće i majčinstva. Bila trudnoća planirana i željena ili ne, svaka trudnica doživljava određene hormonalne promjene. Ona postaje plačljiva, često mijenja raspoloženje, pojavljuje se strah od poroda, strah za normalan razvoj ploda i zdravlje djeteta. U tim trenucima važno je da imaju pored sebe osobu s kojom će podijeliti svoje strahove i preispitivanja. Još je važnije da ta osoba ima razumjevanja i strpljenja za sve njezine promjene i „hirove“. U onim slučajevima gdje takva podrška od strane partnera izostane pojavljuju se osjećaj straha, ljutnje, tuge, osmaljenosti, izoliranosti ili čak i srama radi promjena koje žena doživljava, a partner ih ne shvaća ozbiljno jer ju „samo muče hormoni“.

Većina ginekologa smatra kako je veliki broj trudnoća sa neželjenim posljedicama bilo neplanirano ili neželjeno. Neki podaci čak pokazuju kako je oko 50% svih trudnoća neplanirano. Takve nedefinirane i podvojene emocije u vezi majčinstva vrlo

često korijen su komplikacija koje trudnica može doživljavati sve dok takvu vrstu emocija ne razriješi.

Osim emocionalnog i psihičkog stanja tokom trudnoće, porod sa sobom nosi i mnoge druge specifičnosti. U današnje doba sve je „popularniji“ porod sa dripom, epiduralnom ili carskim rezom. **Ponekad** je takav porod uistinu potreban radi određenih zdravstvenih tegoba, ali problem nastaje kada roditelj sa zdravom trudnoćom želi drip i epiduralnu zbog straha od poroda. Priče koje nažalost vrlo često slušamo o stravičnim bolovima koji prate porod, o satima dugom čekanju koje će nas totalno izmoriti prije nego što porod uopće započne, samo potkrijepljuju želju da ne rodimo na **najprirodniji mogući način**. Zbog toga je važno da imamo pored sebe one ljude koji potiču u nama osjećaj sigurnosti, pomažu nam u planu poroda, ne plaše nas nekim tuđim iskustvima.... žene koje prođu prirodan, vaginalni porod pričaju o promjeni koju su doživjele spoznajom koliko jaku unutaranju snagu imaju i da su sposobne na svijet donijeti jedan sasvim novi život.

Mentalno blagostanje - sklad uma i tijela. Rezultat je jednadžbe čiji postupak za rješavanje svatko traži u sebi najprihvatljivijoj vrsti medicine ili terapijskoj metodi.

Homeopatija kao holistička grana medicine trudnicama nudi jedan sasvim drugačiji pristup od onog uobičajenog. Terapeut klasične homeopatije za svaku osobu odvojiti će 1,5 sat, po potrebi i više, kako bi uspio sagledati sve specifičnosti vezane za fizičko stanje, emocionalne promjene koje trudnica doživljava, njenu reakciju na iste, način na koji prihvaća i nosi se sa novonastalom situacijom, odnos budućeg oca prema trudnoći i budućoj majci, odnos sa obitelji, obiteljsku anamnezu i još mnogo detalja. Bez obzira na to da li postoje neke određene fizičke tegobe, a zbog potpuno individualnog pristupa, homeopatija je odličan odabir liječenja/podrške u trudnoći. Svi smo različiti, na svijetu ne postoje dvije identične trudnoće niti dva identična poroda. Upravo zato potrebno je individualno pristupiti svakoj osobi, a tada ne čudi podatak kako će neka trudnica sa naizgled istim simptomima kao i ona druga dobiti sasvim drugačiji homeopatski lijek. Bez te individualizacije mogli bismo ući u prvu ljekarnu, kupiti homeopatski mješani pripravak za trudnice i očekivati rezultate na psihofizičkom i emocionalnom nivou. Naravno, radi potpunog nedostatka individualizacije nedostajat će i željeni rezultati.

Homeopatski lijekovi potpuno su prirodni, bez ikakvih nuspojava i samim time potpuno sigurni za trudnicu i novorođenčad. U jednom od najemotivnijih i najposebnijih doba života svake žene ne postoji majka koja ne želi ne agresivnu, potpuno prirodnu i najsigurniju metodu kojom će osigurati zdravu i sretnu trudnoću te siguran i samo pozitivnim emocijama popraćen porod.

I ove godine povodom 255. godišnjice rođenja Dr. Samuel Hahnemanna, začetnika homeopatije kakvu je danas poznajemo, u cijelom svijetu označava se SVJETSKI TJEDAN HOMEOPATIJE. Ovogodišnja tema je „Sklad uma i tijela“. Više od 45 zemalja širom svijeta u periodu od 10 – 16 travnja ove godine obilježiti će ga nizom predavanja, otvorenih tribina i mnogim drugim načinima informiranja o jednoj potpuno

drugačijoj metodi liječenja. Osnovne informacije moći ćete dobiti na info pultu 03.travnja na Cvjetnom trgu u Zagrebu, kojeg organizira Hrvatsko udruženje za klasičnu homeopatiju HUKLAH.

Raspored ostalih događanja možete pročitati na www.homeopatija-huklah.hr