

Nestlé Baby & me webhelyen lett közzétéve (<https://www.nestlebaba.hu>)

[Kezdőlap](#) > [Ki legyen bent a szülőszobában?](#)

Cikk megosztása

X



Ki legyen bent a szülőszobában?

Férj, dúla, barát? – ki legyen bent a szülőszobán? Nagy kérdés ez, pláne akkor, ha azt sem tudod, egyáltalán szeretnéd-e, ha valaki melletted lenne.

<https://www.nestlebaba.hu/ki-legyen-bent-szuloszobaban> ^[1]

[\[2\]](#) [\[3\]](#) [\[4\]](#)



Ki legyen bent a szülőszobában?

Férj, dűla, barátñ? – ki legyen bent a szűl?szobán? Nagy kérdés ez, pláne akkor, ha azt sem tudod, egyáltalán szeretnéd-e, ha valaki melletted lenne.

2020/05/24 18:00

- ^[5]
- [Nyomtatás](#) ^[1]
- [Megosztás](#)

A szűlés a folyosón kezét tördel? kispapáknak is legalább olyan stresszes lehet, mint azoknak, akik gyermekűk szűletésűg a párjuk mellett vannak.

Apás szűlés vagy sem? Ki legyen benn veled a szűl?szobán?

Noha manapság már csak szinte elvűtve hallani olyan esetr?l, hogy a kismama egyedűl megy a szűl?szobára, azért még mindig létez? jelenség. Van, aki azért dűnt az egyedűllűt mellett, mert azt szeretnű, ha szerettei például nem látnák ?t szenvedni, vagy, mert tűnyleg egyedűl szeretne lenni. És bizony van olyan is, aki bár örűlne, ha bekűsűrnű ?t valaki a szűl?szobára, mégis úgy érzi, nincs egyetlen erre „alkalmas” ember sem a környezetűben. Nem mindenki bírja ugyanis a kórházi kűzeget, a vűrt, azt pedig sokan vűgkűpp nem tudnák elkűpzelni, hogy esetleg órákig tehetetlenűl nézzűk szeretűk fájdalmát.

Miben segíthet egy apa?

Valóban tehetetlen lenne ez, a vajűdástól a baba érkezésűg tartó, különleges id?szak? Szűlésen már részt vett apák egy része szerint egyáltalán nem. Sok férfi a szűl(et)űst ẻlete egyik legmeghatározóbb ẻlműnyűnek tartja. Az apás szűlésr?l nem egy n? nyilatkozik hasonlóan, hiszen a legtöbbűknek igenis megnyugtató volt a tudat, hogy ezekben az órákban olyan embert tudhattak maguk mellett, akit?l különűsen jól esik a simogatás, ẻs aki el?l nem kell elkend?zni sem a fájdalmat, sem a könnyeket. De miben segíthet az apa jelenlűte?

- Az apai segítségnyűjtás a szűlészetten sok n? számára leginkább a lelki segítségnyűjtást jelenti – sokat száműthat az anyának egy ẻrintés, egy simogatás vagy egy kedves mondat.
- A lelki mellett az apa fizikai jelenlűte is fontos lehet – segíthet a kismamának egy pohár vízzel, egy szem sz?l?cukorral, egy finom masszűrozással vagy egy gyengűd homloktűrlűssel.
- Bár teljesen helyűnvaló, mégsem könnyű ẻlviselni a n? esetleges, a fájdalmak, a szűléssel járó stressz ẻs a fűlelmek miatti hangulatingadozásait a szűl?szobán – az apára hárul ilyenkor az a feladat, hogy megtalálja az egyensűlyt a jelenlűt ẻs a háttűrben való támogatás között.
- A közös ẻlműnyek továbű mélyűthetik a pár kapcsolatát – nemcsak a n?, hanem a férfi is részese lehet a „fizikai” szűl?vű válásnak, saját családja szűletésűnek.

Nem kötelez? az apás szülés

Apás szülés vagy sem? – a legfontosabb, hogy ismerjétek meg a pároddal egymás szüléssel kapcsolatos gondolatait, vágyait, esetleges félelmeit, csak így tudjátok majd meghozni a számotokra legjobb döntést! És legfőképpen tartsátok szem előtt azt, hogy az apás szülés nem kötelező, csupán egy lehetőség! Elfordulhat, hogy a szülőszobán épp te vágysz majd magányra, de az is lehet, hogy a kedvesed mondja, inkább kint izgul értetek. Az is csak rajtatok múlik, abban egyeztek-e meg, hogy a vajúrást együtt csináljátok végig, a kitolási szakasz [6] viszont „csak a tiéd” marad.

Barátn? és d?la is lehet a kísér?d

Ha a párod jelenléte nem j?het szóba, mégis szeretnél valakit magad mellett tudni, érdemes elgondolkodnod a következ? lehet?ségeken.

- Eszedbe jutott-e például, hogy az édesanyádat kéred meg arra, hogy kísérjen be a szülőszobára? Anyukád jelenléte és az a tudat, hogy legalább egyszer már neki is volt ilyenben része, biztosan megnyugtat majd.
- Van olyan kismama, aki a testvérét kéri meg, függetlenül attól, hogy ? n? vagy férfi.
- Ha csak a legjobb barátn?det tudnád elképzelni magad mellett a szülőszobán, kérd meg, hogy legyen veled! Neki nagy élmény, neked pedig óriási segítség lehet.
- Manapság egyre több kismama fordul már a várandóssága alatt asszonytársi segít?höz. A d?la [7] nemcsak egy édesanya, hanem olyan empátikus képességgel rendelke? asszony is, aki gondoskodó, támaszt adó jelenlétet ad, biztatja, bátorítja a kismamát, és segíti, kiegészíti az anya és az orvosi csapat közötti kommunikációt is. Feladatai azonban nem érnek véget a szüléssel, a d?la a gyermekágyas id?szak alatt is segít? kezet nyújt az anyának.

Tovább [8]

Fehérje az anyatejben

- Egészséges fehérjebevitel a baba növekedéséhez
- Egészséges fehérjebevitel a babám súlyához
- Fehérje min?sége és mennyisége
- Fehérje szerepe a baba növekedésében és fejl?désében
- Fehérje szerepe az allergia ellen
- Gy?ztes formula

Drupal alapú webhely

Forrás webcím: <https://www.nestlebaba.hu/ki-legyen-bent-szuloszobaban>

Hivatkozások

[1] <https://www.nestlebaba.hu/ki-legyen-bent-szuloszobaban>

[2] [https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaba.hu/ki-legyen-bent-szuloszobaban&media=https://www.nestlebaba.hu/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/ki-legyen-bent-a-szuloszoban-min.jpg&description=Ki legyen bent a szülőszobában?](https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.nestlebaba.hu/ki-legyen-bent-szuloszobaban&media=https://www.nestlebaba.hu/sites/default/files/styles/thumbnail/public/articles/ki-legyen-bent-a-szuloszoban-min.jpg&description=Ki%20legyen%20bent%20a%20sz%C3%BCI%C5%91szob%C3%A1ban%3F&url=https%3A%2F%2Fwww.nestlebaba.hu%2Fki-legyen-bent-szuloszobaban)

[3]

<https://twitter.com/share?text=Ki%20legyen%20bent%20a%20sz%C3%BCI%C5%91szob%C3%A1ban%3F&url=https%3A%2F%2Fwww.nestlebaba.hu%2Fki-legyen-bent-szuloszobaban>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.nestlebaba.hu/ki-legyen-bent-szuloszobaban>

[5] <https://www.nestlebaba.hu/printpdf/45246>

[6] <https://www.nestlebaba.hu/szules-szakaszai>

[7] <https://www.nestlebaba.hu/szuleszno-vedono-dula-kik-ok>

[8] <https://www.nestlebaba.hu/javascript%3A%3B>