

Kiedy wreszcie zadbamy o mamy?

Aleksandra Bodzińska, mama trójki dzieci, w rozmowie z Martą Jakubiak opowiada o sprawach niezwykle ważnych dla kobiet i walce o odpowiednią opiekę poporodową.

Kiedy pojawił się problem, który skłonił panią do mówienia o konieczności zmian w systemie opieki zdrowotnej i zwrócenia uwagi na problemy młodych matek?

Po urodzeniu drugiego dziecka, miałam wtedy 35 lat. Bardzo chciałam rodzić naturalnie, ale ze względu na ułożenie dziecka pierwszą ciążę rozwiązano przez cięcie cesarskie. Naturalny poród jest korzystny zarówno dla matki, jak i dla dziecka, dla jego późniejszego zdrowia.

Ten drugi poród był trudny?

Zdecydowanie tak. Jestem osobą dość szczupłą, więc musiałam monitorować ciążę i być pod stałą kontrolą lekarza. Zazwyczaj, jeżeli pierwsza ciąża rozwiązana jest przez cesarskie cięcie, to lekarze sugerują, by druga również była, taka rutyna. Ja bardzo walczyłam, żeby rodzić drogami natury i to się udało, no ale... właśnie. Nie był to problem z nietrzymaniem moczu. Pojawiły się duże komplikacje poporodowe powodujące dyskomfort. To było duże zaskoczenie. Ginekolog stwierdziła, że jeśli chcę mieć więcej dzieci, to muszę się jakoś z tym przemęczyć.

I było trzecie dziecko?

Tak, było. I problem się pogłębił. Nie chcę wchodzić w szczegóły, bo jest to chyba dla wszystkich kobiet bardzo delikatny i krępujący temat. Choć mówi się o konieczności przełamywania tabu, to proszę mi wierzyć, opowiadanie o tym nie jest łatwe.

Zwróciła się pani o pomoc do lekarza?

Lekarze zalecali, żebym nie dźwigała, a ja byłam młodą mamą, miałam pod opieką niemowlaka, którego trzeba

było wziąć na ręce, pchać wózek z drugim dzieckiem, robić zakupy i wykonywać codzienne obowiązki. Nie dało się w pełni stosować do takich zaleceń.

A jakaś propozycja, jak problem rozwiązać?

Była - nieskuteczna i prowizoryczna.

To znaczy?

Lekarze ginekolodzy chyba nie bardzo wiedzą, co zrobić z taką kobietą z problemem po porodzie, bo tego typu komplikacje zdrowotne to już obszar kompetencji uro-

ginekologii, a prawda jest taka, że lekarzy tej specjalizacji praktycznie nie ma, dostęp do nich jest mocno ograniczony. Gdyby był lepszy, kobiety zmagające się z takimi problemami, jak ja miałam, otrzymałyby odpowiednią pomoc, kiedy jej potrzebują.

A po jakim czasie pani ją otrzymała?

Pierwszy poród drogami natury był w 2016 roku, drugi w 2019 roku. Dopiero w 2022 roku poddałam się operacji, która zmieniła moje życie. Wcześniej przez sześć lat zmagalam się z czymś, co można nazwać swego rodzaju niepełnosprawnością.

Proszę mi wierzyć, to był bardzo trudny czas. Czułam się nieważna i w jakimś stopniu niepełnosprawna. Miałam wrażenie, że służba zdrowia świetnie zajmuje się dziećmi, ale nie za bardzo jest już zainteresowana kobietami. W ciąży byłam świetnie zaopiekowana, ale kiedy urodziłam dzieci i okazało się, że mam powikłania poporodowe, zostałam z problemem sama. Przez jakiś czas siedziałam i nie wiedziałam, co mam robić, mimo że Gdynia i Trójmiasto mają duże nowoczesne ośrodki medyczne.



Fot. Archiwum prywatne Aleksandry Bodzińskiej

Jak udało się znaleźć pomoc?

Myślę, że to był łut szczęścia. Po wielu konsultacjach dostałam skierowanie na operację plastyki narządów rodnych. Kiedy próbowałam się zarejestrować na zabieg, powiedziano mi, że nie mogą mnie przyjąć, ponieważ wymagam dłuższej hospitalizacji, a w Gdyni, w szpitalu, gdzie się leczyłam, na ginekologii wykonuje się tylko zabiegi tzw. krótkie - robi się zabieg i na następny dzień wypisuje pacjentkę do domu. Jedna z pań rejestratorek poradziła mi: „niech pani pójdzie na onkologię, oni tam robią takie poważniejsze operacje i być może pani pomogą”. Poszłam więc na onkologię.

Udało się?

Prawie. W czasie konsultacji lekarz stwierdził, że nie robią takich zabiegów, ale jeżeli bardzo chcę, to mnie zoperują, tylko zastosują jakieś inne rozwiązanie chirurgiczne, które mogłoby ewentualnie pomóc. Czas oczekiwania - rok. Zgodziłam się. W tym samym szpitalu, pół roku przed zabiegiem, spotkałam młodą lekarzkę, która powiedziała mi o pani prof. Ewie Barcz z Międzyzlesia. Okazało się, że jest lekarz, jest placówka medyczna, w której pomaga się matkom z takim problemem jak mój, że są ci, którzy dostrzegają kobietę i wiedzą, że po porodzie może wymagać wsparcia.

Operacja przyniosła oczekiwane skutki?

Zdecydowanie tak. Pełen profesjonalizm. Zaczęłam żyć na nowo. Wcześniej nie mogłam wrócić do pracy. Obawiałam się też powikłań onkologicznych oraz infekcji. O aktywności fizycznej i uprawianiu sportu mogłam zapomnieć.

A psychika?

Było bardzo trudno. Zastanawiałam się, kim ja jestem. I nie potrafiłam znaleźć odpowiedzi na to pytanie. To było życie z niepełnosprawnością także tą psychiczną. Zajmowałam się dziećmi, rodziną, bo my, kobiety, mamy to wpisane w geny, żeby opiekować się bliskimi, nawet jeśli nie wiem jak byłoby nam ciężko. Takie jesteśmy. Niezwykle trudne były też kwestie bliskości. To przecież bardzo ważna sfera życia. I nie chodzi tylko o fizyczność, ale o budowanie więzi. Każdy problem tworzy bariery między ludźmi, a to nie służy rodzinie. Jeżeli coś złego dzieje się z jedną osobą, to wpływa na pozostałych jej

członków. Dodatkowo fatalnie się czułam, że znikąd nie mam pomocy - proszę o to, żeby ktoś mi pomógł i zde-rzam się z pustką. Jeżeli około 20 proc. kobiet zмага się z tym samym, jest to ogromna grupa osób.

To odbiera możliwość pełnego cieszenia się macierzyństwem?

Macierzyństwo jest takim wyzwaniem, które wymaga od kobiety ogromnego wysiłku, poświęcenia i zaangażowania. Kobiety nie śpią, bo dzieci w nocy płaczą. Zary- wałam więc noce. Lekarze mówili, żeby nie dźwigać, a ja wiedziałam, że nie ma takiej możliwości, że będę dźwigała, a co za tym idzie - problem będzie się pogłębiał. Kobiety o tym nie mówią, bo problem jest wstydlivy, to cały czas takie osobiste tabu.

Kiedy odważyła się pani mówić?

Kłopot z otwartym mówieniem o tym problemie mam chyba cały czas. Od zawsze komuniko- wałam się tak trochę naokoło, że np. mam problem po porodzie, nigdy nie wchodząc w szczegóły. Chyba sama przed sobą go umniejszałam, myśląc, że to chwilowa dolegliwość, która niebawem minie. Nosiłam w sobie lęk, żal, niepewność. To bardzo przykre, że urodziłam trójkę dzieci i dla państwa stałam się nieważna, a moje zdrowie nieistotne dla systemu ochrony zdrowia. Myślę, że wiele kobiet tak się czuje. I wiele nie dostanie informacji, gdzie w Polsce są placówki, w których otrzymają pomoc, więc decydują się na zabiegi, które wręcz pogłębiają problem, bo są wykonywane niewłaściwie. Gdybym nie dowiedziała się o Międzyzlesiu, pewnie poddałabym się zabiegowi na onkologii.

Co powinno się zmienić?

Bardzo potrzebna jest edukacja i systemowe zaopiekowanie się kobietą po porodzie, o które walczy pani prof. Ewa Barcz. Zorganizowanie systemu tak, jak jest to np. we Francji czy w Czechach. Kiedy miałam możliwość zabrania głosu na dwóch posiedzeniach sejmowej Komisji Zdrowia, podkreślałam, że mówiąc o demografii w Polsce, narzekamy, że jest taka niska dzietność, a pozostawiamy kobiety po porodzie bez opieki. Jeśli doświadczwały problemów poporodowych i utknęły w dziu-rze systemowej, istnieje duże ryzyko, że nie zdecydują



Fot. Archiwum prywatne Aleksandry Bodzińskiej

się na kolejne dziecko. Inne przez takie doświadczenia koleżanek będą bały się ciąży i porodów. Młode kobiety często nie chcą mieć dzieci, zwłaszcza gdy usłyszą od znajomych: wiesz, po porodzie to wszystko się zmienia. Wiele wymaga się od kobiet: mają pracować, być świetnymi mamami, szefowymi, żonami. W wielu rolach mamy się spełniać, i to jest fantastyczne, jestem za tym. Ale żebyśmy mogły się spełniać, musimy być zdrowe. To podstawa naszego funkcjonowania w rodzinie, w społeczeństwie, w zawodzie, w roli matki.

Bardzo mi zależy, żeby kolejne kobiety w Polsce nie doświadczały nigdy tego, czego ja doświadczyłam, dlatego postanowiłam, że będę aktywnie wspierać wszelkie inicjatywy, które prowadzą do zmiany systemu w tym względzie. Stąd moje wizyty w Sejmie na komisji ds. zdrowia kobiet oraz udział w konferencji podczas Światowego Tygodnia Kontynencji w czerwcu 2024 roku w Warszawie, w panelu o przełamywaniu tabu. Wierzę, że kropla drąży skałę. Niestety w obecnym porządku

systemowym kobiety są zaniedbywane. A nie powinny i nie muszą być. Kiedyś była taka świetna akcja „Rodzić po ludzku”, która bardzo dużo zmieniła. Dużo się zadziało bardzo dobrych rzeczy. Teraz czas na kolejny krok i akcję „Zadbamy o mamy”, żeby młode matki były zaopiekowane, bo tego potrzebują i zasługują na to bardzo.

Na zakończenie naszej rozmowy chciałabym, żeby wybrzmiało, że dzięki właściwej opiece medycznej dziś jestem zdrowa, aktywna zawodowo i realizuję się na wielu płaszczyznach. Z osoby niepełnosprawnej stałam się sprawna. Właściwa opieka medyczna nad kobietą po porodzie w Polsce wymaga utworzenia czwartej specjalizacji w ginekologii – uroginekologii oraz zorganizowania systemu tak, aby kobiety dostawały pomoc od razu, gdy wystąpią komplikacje i były kierowane przez swojego lekarza we właściwe miejsce. Problemy poporodowe można pokonać procedurami medycznymi i każda Polka powinna mieć to w pakiecie opieki poporodowej.

Placówki szpitalne przygotowane do wykonywania zabiegów neuromodulacji krzyżowej

MIASTO	PLACÓWKĄ	ADRES	KONTAKT	KIEROWNIK KLINIKI / ODDZIAŁU
Biała Podlaska	Oddział Urologiczny Wojewódzki Szpital Specjalistyczny w Białej Podlaskiej	ul. Terebelska 57/65 21-500 Biała Podlaska	tel. 83 414 75 66 www.szpitalbp.pl	lek. med. Krzysztof Pękala
Bielsko-Biała	Oddział Urologii i Onkologii Urologicznej, Szpital Wojewódzki w Bielsku-Białej	Al. Armii Krajowej 101 43-316 Bielsko-Biała	tel. 33 810 23 52 www.hospital.com.pl	lek. med. Krzysztof Pliszek
Bydgoszcz	Klinika Urologii Ogólnej i Onkologicznej, Szpital Uniwersytecki nr 1 im. dr. Antoniego Jurasza	ul. Marii Skłodowskiej-Curie 9, 85-094 Bydgoszcz	tel. 52 585 45 00 tel. 52 585 40 45 www.jurasza.umk.pl	prof. dr hab. n. med. Tomasz Drewa
Chorzów	Śląskie Centrum Urologii „Urovita”	ul. Strzelców Bytomskich 11, 41-500 Chorzów	tel. 32 111 42 42 www.urovita.pl	dr n. med. Andrzej Szurkowski
Jastrzębie-Zdrój	Oddział Urologii i Onkologii Urologicznej, Wojewódzki Szpital Specjalistyczny Nr 2 w Jastrzębiu-Zdroju	Al. Jana Pawła II 7 44-330 Jastrzębie-Zdrój	tel. 32 478 44 20 www.wss2.pl	dr n. med. Agata Witosińska-Walica
Kraków	Oddział Kliniczny Urologii i Urologii Onkologicznej, Szpital Uniwersytecki	ul. Jakubowskiego 2 30-688 Kraków Budynek H, poziom 1	tel. 12 424 79 60 www.su.krakow.pl	prof. dr hab. n. med. Piotr L. Chłosta
Łódź	Oddział Urologii Ogólnej, Onkologicznej i Czynnościowej, Wojewódzkie Wielospecjalistyczne Centrum Onkologii i Traumatologii im. M. Kopernika	ul. Pabianicka 62 93-513 Łódź	tel. 42 689 52 13 tel. 42 689 52 47 www.kopernik.lodz.pl	dr n. med. Jacek Wilkosz
Płońsk	Oddział Ginekologiczno-Położniczy, Samodzielny Publiczny Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej im. Marszałka Józefa Piłsudskiego w Płońsku	ul. Bursztynowa 2 04-749 Warszawa	tel. 23 661 34 00 www.szpitalplonsk.pl	lek. med. Witold Achciński
Szczecin	Oddział Urologii Ogólnej i Onkologicznej Samodzielny Publiczny Wojewódzki Szpital Zespolony	ul. Arkońska 4 71-455 Szczecin	www.szpitalplonsk.pl	lek. med. Witold Achciński
Warszawa	Katedra Ginekologii i Położnictwa Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie	ul. Bursztynowa 2 04-749 Warszawa	tel. 22 473 53 35 www.mssw.pl	prof. dr hab. n. med. Ewa Barcz
Warszawa	Oddział Kliniczny Urologii, Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny im. prof. W. Orłowskiego Centrum Medycznego Kształcenia Podyplomowego	ul. Czerniakowska 231 00-416 Warszawa	tel. 22 621 71 78 tel. 22 584 11 42 www.szpital-orlowskiego.pl	prof. CMKP dr hab. n. med. Jakub Dobruch
Warszawa	I Klinika Położnictwa i Ginekologii CMKP, Centrum Medyczne „Żelazna”	ul. Żelazna 90 01-004 Warszawa	tel. 22 255 98 07 www.szpitalzelazna.pl	prof. dr hab. n. med. Grzegorz Jakiel
Warszawa	Klinika Położnictwa i Ginekologii Instytut Matki i Dziecka	ul. Kasprzaka 17A 01-211 Warszawa	tel. 22 327 70 19 www.imid.med.pl	prof. dr hab. n. med. Tadeusz Issat
Warszawa	Klinika Urologii Ogólnej, Onkologicznej i Czynnościowej Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego	ul. Lindleya 4 02-005 Warszawa	tel. 22 502 17 02 www.klinikaurologii.edu.pl	prof. dr hab. n. med. Piotr Radziszewski