



Lämnade presenter. Vid efterbesöket överlämnade Frida Viibus Lundgren en liten dagbok där hon skrivit ned allt som hände under förlossningen samt en liten snuttefilt till "Knodden" som sover i pappa Lennart Svenssons famn. Foto: Amelie Herbertsson

Extrajobb: Hjälpa andra föda barn

Tänk dig att fyra händer masserar dig när du föder barn.

Med en doula är detta möjligt.

- Det var en trygghet att ha Frida, säger nyblivna föräldrarna Ylva Ekstrand och Lennart Svensson i Göteborg.

Frida Viibus Lundgren är inte bara mamma till en 7-, 8- och 9-åring. Hon är dessutom doula och har hjälpt till vid sammanlagt arton förlossningar.

- Jag har hållit på i snart tre år, säger hon. Eftersom jag inte kunde fortsätta min sjuksköterskeutbildning för att bli barnmorska på grund av ryggsproblem så passar detta mig väldigt bra.

Halvtid på Volvo

Till vardags jobbar Frida i egna företaget och håller förlossningskurser samtidigt som hon jobbar halvtid på Volvo som projektledare på avdelningen som jobbar med avgasrening.

Det lyser om henne när hon tillsammans med Ylva och Lennart berättar om sitt senaste uppdrag, lille "Knodden", tre veckor gammal.

"Passade oss bra"

- Jag är läkare och hade läst om doulor i en läkartidning och vilken effekt de har på förlossningsarbetet, berättar Ylva. Jag visste ju vad det var men Lennart var lite tveksam i början.

- Jag hade dålig koll, erkänner han. Men när vi väl fått kontakt med Frida, så kände vi att det passade oss väldigt bra och det var skönt att veta att hon hade en utbildning.

Doula-uppdraget innebär tre träffar innan förlossningen, själva förlossningen och en träff efteråt.

Extra trygghet

- Vid första träffen är det jag som berättar om vad jag gör, säger Frida. Sen vill jag att paret går hem och sover på saken och bestämmer sig så att det inte blir ett förhastat beslut.

- Vi var jättenöjda båda två med Frida, säger Ylva och Lennart. Det var en extra trygghet eftersom det var vårt första barn. Fördelen var att Frida bara fokuserade på oss under hela förlossningen som pågick i ungefär tolv timmar på Östra sjukhuset. Hon höll koll på vårt önskemål om att inte klippa navelsträngen med en gång.

I övrigt såg Frida till att Ylva drack ordentligt och att Lennart fick i sig lite mat, hon masserade och fanns till hands hela tiden.



Av Anette Fredriksson
anette.fredriksson@gt.se

FAKTA

"Doula" betyder medhjälpare

Kommer från grekiskan och betyder anställd kvinna eller medhjälpare. Hon gör det som den medicinska personalen inte gör under förlossningen.

En doula kan förkorta förloppet, minska behovet av ryggbedövning, antalet kejsarsnitt och instrumentella födningarna. (Hälsotidningen 51, 52, 2002)

mellan doulorna.

För att åta sig ett uppdrag måste man finnas tillgänglig dygnet runt två veckor innan och tre veckor efter planerad födsel, hålla sig alkoholfri samt kunna ställa upp inom en timme.

En doula utbildas under två helger, läser en litteraturlista samt avlägger ett doulaprov. Praktiken består av tre gratis doulauppdrag.

Efter detta kan man gå med i doulaföreningen ODIS.

I Göteborg finns verksamheten Doula och Kulturtolk där invandrarkvinnor ger stöd åt gravida kvinnor som inte kan svenska. Eftersom verksamheten blivit så populär räckte inte anslagen för 2011. Den 31 augusti 2011 beslutade Hälso- och Sjukvårdsnämnden för nordöstra Göteborg ett tilläggsanslag så att verksamheten kan fortsätta även nästa år.

Publicerad 18 sep 2011 12:05

Uppdaterad 18 sep 2011 12:11

URL till denna sida: <http://gt.expressen.se/nyheter/1.2563800/extrajobb-hjalpa-andra-foda-barn>