

תואר ראשון תואר שני הכשרת אקדמאים מכינות רפואה משלימה הסמכה בספורט
תיירות ופנאי אתגרי תעודה והשתלמויות

תפקידה של הדולה ומדריכת ההכנה ללידה

שלומית רייפמן לויצקי

המעבר מזוג למשפחה הנו השינוי הגדול ביותר בחיים הזוגיים. הוא כולל בתוכו את תהליך ההריון, הלידה וההורות הראשונית, שכולם חוויות חדשות ולא מוכרות לזוג החווה אותם לראשונה בחייו. ניתן להכין את הזוגות לשינוי העומד להתרחש ובכך להקל עליהם את תהליך ההסתגלות.

קיימת חשיבות רבה לתחושות הפיזיות והנפשיות שמותירה חווית הלידה על האישה ובן זוגה. סביבת לידה מרגיעה ותומכת תורמת רבות להרגעת האישה וליכולתה לשתף פעולה ולהתרכז בתהליך הלידה. חווית לידה חיובית תשפיע על קצב התאוששותה של האישה מההריון ומהלידה ותקרין על מערכת היחסים הזוגית והאימהית, ואפילו על הנכונות לחוות חוויה דומה בעתיד.

כיום יכול הזוג לבחור את סביבת הלידה ולקחת חלק פעיל בהחלטות על מהלכה ועל דרך הטיפול ביולדת ובתינוקה. היות ולכל יולדת לידה ייחודית משלה יש לספק לה ולבן זוגה ידע על מגוון האפשרויות העומדות בפניהם על מנת שיוכלו לבחור מביניהן את המתאימות להם ביותר ולתת להם תמיכה מלאה לבחירות שיבצעו.

עלית מודעות הציבור ליכולת לקחת חלק פעיל בתהליך הלידה וליכולת לבחור ולהחליט על סביבת הלידה מעלה את הצורך באנשי מקצוע מיומנים בעלי ידע, אשר יוכלו לסייע לזוגות העומדים בפני לידה וילוו אותם במסגרת קבוצתית או אישית לקראת הלידה, בלידה עצמה ובתקופה הראשונית שלאחריה.

מדריכת הכנה ללידה שהיא גם דולה (תומכת לידה) בהכשרתה ודולה שהיא גם **מדריכת הכנה ללידה** יכולה לתת לזוג בדרך המקצועית ביותר את הידע הרלוונטי והמתאים לקראת התהליך אותו הם עומדים לעבור. כמי שמלווה את הזוג לפני הלידה, אך טבעי הוא שהליווי בלידה יהיה המשך רציף לקשר שנוצר בין הזוג לבינה. היא יכולה לתת ליולדת ולבן זוגה תמיכה רגשית וגופנית, גם במהלך הלידה, תוך שיתוף פעולה עם צוות חדר הלידה. בכך תעזור לזוג להגדיל את הסיכוי להשיג חווית לידה חיובית.

במרכז להריון ולידה שבמכללה האקדמית ב **וינגייט** אנחנו מכשירים אנשי מקצוע ברמה הגבוהה ביותר בתחום ההריון והלידה: דולות, **מדריכות הכנה ללידה** ו**מדריכות לפעילות גופנית בהריון** ו**אחרי הלידה**.