

Doula kulturowa zapewni Ci wsparcie w okresie poprzedzającym poród. Wspiera Cię przed, w trakcie i po porodzie i mówi tym samym językiem, co Ty. Pomaga poczuć się bezpiecznie i łatwiej zrozumieć personel szpitala. Doula wie, jak działa opieka zdrowotna i może Ci to wyjaśnić. Doula jest osobą wspierającą i nie może udzielać porad medycznych, ale może pomóc Ci uzyskać odpowiednią pomoc ze strony służby zdrowia, jeśli jej potrzebujesz.

PRZED: Doula spotyka się z Tobą i Twoim partnerem w czasie ciąży, abyście mogli się lepiej poznać i wspólnie zaplanować, jak ma wyglądać poród. Ważne jest, aby przyszły ojciec również spotkał się z doułą, by współpraca układała się jak najlepiej.

PORÓD: Doula może pomóc Ci skontaktować się telefonicznie z ośrodkiem położniczym, gdy nadejdzie czas udania się do szpitala. Ważne jest, aby zadzwonić do douli odpowiednio wcześniej, gdy poród się zacznie, aby miała czas na przygotowanie się.

Doula przychodzi do szpitala wtedy, gdy położna uzna, że nadszedł już czas, dzięki czemu otrzymujesz wsparcie, gdy najbardziej go potrzebujesz. Doula zapewnia Ci wsparcie w trakcie porodu, dzięki czemu czujesz się bezpiecznie, a także pomaga Ci zrozumieć, co się dzieje i co mówią pracownicy służby zdrowia.



Doula zobowiązana jest do zachowania poufności. Niczego, co powiesz lub zrobisz, ona nie powie nikomu innemu.

PO: Doula spotka się z Tobą również po porodzie, w szpitalu lub w domu. Następnie może pomóc Ci uzyskać odpowiedzi na pytania dotyczące dziecka i czasu po porodzie.

Skorzystanie z pomocy douli nic nie kosztuje, ale jeśli chcesz zrezygnować z jej wsparcia, musisz to zrobić jak najszybciej, aby doula mogła pomóc komuś innemu. Wiele kobiet chce mieć doułę. Możesz sama powiedzieć o tym swojej położnej lub douli.

