

Frifødere og jordmødre har en felles lidenskap for fødsel som kan endre fødekulturen

Kategori: Åpent brev til jordmødre

Fødsel er en like naturlig prosess som unnfangelsen – et kroppslig mirakel som skjer på egne premisser når forholdene ligger til rette. Denne teksten antyder hvordan frifødere, gjennom kunnskapstørst og selvansvar, utfordrer frykten for fødsel. Frifødere kan bidra til en endring i fødekulturen dersom vi lar det skje. Autoriserte jordmødre kan være en viktig alliert i å fremme positiv fødsel gjennom pasienters kraft og evne til utvikling. Ved at kvinner styrker seg selv og hverandre, skapes en ny dynamikk der færre trenger intervensjoner og flere barn fødes på en mest mulig varsom måte.

Jordmødre og de som føder uassistert har en brennende interesse og nysgjerrighet for fødsel til felles. Engasjementet er en nødvendighet for å ta det ukonvensjonelle valget det er å friføde. Blant andre fødekvinner *kan* denne interessen være helt fraværende. De må føde barnet de er gravide med for å bli mor, men forventer kanskje å bli ledet gjennom prosessen av profesjonelle, gjennom arbeidsdelingens prinsipp. En fysiologisk fødsel innad i systemet krever stor motivasjon fra fødekvinnen selv. Mangelen på kunnskap og motivasjon blant pasientene er kanskje en av grunnene til den økende medikaliseringen av fødsel, men det er ikke deres skyld. For å snu trenden må vi begynne med kvinnene, ikke med de ansatte. Jordmødre med sin autoritet har likevel en stor mulighet til å bidra inn i dette kulturelle arbeidet som gjøres i det offentlige rom, utenfor fødestuene og svangerskapsoppfølgingen.

Ønsket om anerkjennelse for god intensjon

Når jeg og andre kvinner som føder uassistert velger å stå frem i media, får vi sterk kritikk for valget. Jeg skulle ønske at jordmødre også ga oss

ros. Ikke for valget, men for det som ligger bak. Jeg skulle ønske det ble trukket frem hvor fint det er at vi tar initiativ til å lære om fødsel, ta vare på helsen vår, bli kjent med kroppen og kultivere en holdning av radikalt selvansvar.

Ikke alle som skal føde lærer om fødsel først. Fødsel virker å være nesten fraværende fra pensum i grunnskolen. Jenter får *ikke* samtale med jordmor i det de får sin første menstruasjonssyklus (en gang mellom 11 og 15 år, omtrent) og går inn i sin fertile alder. Vi må vente helt til vi eventuelt blir gravide, gjennomsnittlig kanskje 20 år senere, med å få formidlet til oss noe av informasjonen og kunnskapen jordmødre sitter på.

Frifødsel trender på sosiale medier og vekker interesse for fysiologisk fødsel hos unge kvinner lenge før de tenker på barn selv. Barna som ennå ikke er unnfanget, er heller ikke i fare. Jordmødre har god tid til å selge inn (og utvikle) systemet de jobber i og tjenestene de tilbyr, men det bør gjøres på en inspirerende måte, ikke gjennom frykt. Frifødere velger å *ikke* bli pasient fordi vi er uenig med prinsippene systemet jobber etter nå, men det kan endres.

Noen frihetssøkende fødende ønsker støtte fra andre kvinner. Disse frie fødselsvitner «kapitaliserer» *ikke* først og fremst på kvinners frykt for fødsel eller systemet, men på deres håp og inspirasjon for en fysiologisk og fri fødsel, og en varsom start på barna deres sitt liv. Det gjør også vellykkede fødetilbud slik som Luna på Bærum sykehus.

Andre yrkesgrupper (f.eks. bygg, transport, kundeservice) er ikke avhengig av at klienter har samme kunnskap som dem om det som utføres, men jordmødre tjener på at kvinner deler mye av kunnskapen de selv innehar. Jeg skulle ønske jordmødrene så frifødsel og selvstendige fødselsvitner som et uttrykk for at vi er i ferd med å gjenoppta gammel kunnskap og skape noe nytt. Frifødere innehar ikke samme kunnskap om fødsel og nyfødte som en jordmor, men vi har opparbeidet oss mye mer kunnskap om det enn før interessen oppsto i vårt liv. Dette har verdi. Det er så mange ubrukte muligheter for kvinnelig

Denne teksten ble opprinnelig delt som et blogginnlegg på Anja Bache-Wiig Solberg sin blogg www.anjabache-wiigsolberg.no 23. januar 2025. Innlegget er et uttrykk for skribentens egne meninger

vekst og læring som ikke kan reduseres til det som kan reguleres, lovfestes og settes i system.

I en fødsel kan det kanskje være lettere for en jordmor å gjøre intervensjoner på en kvinne som ikke vet så mye om fødsel og inngrep. I kontrast må det være enda enklere å stå tilbake og observere den samme kvinnen, utrustes med kunnskap og selvtilliten, mestre fødselen uten behov for inngrep. I svangerskapsomsorgen er det ikke nok tid. Det er ikke fordi det er for få konsultasjoner, men fordi 9 måneder er en for kort tidsperiode. Kvinner bør få mulighet til å lære og utvikle seg over tid, og det skjer ved å få mer glede, letthet og lystbetont stemning rundt fødsel i samfunnet. Dette kan jordmødre bidra til dersom de trekker frem den positive intensjonen bak en uassistert fødsel, og verdiene til kvinner som føder uassistert.

Hvordan ville det vært om alle kvinner gikk inn i fødsel etter å ha gledet seg og vært spent siden første menstruasjonssyklus? Hva om vi hadde fått vår første samtale med jordmor da?

Hadde flere kvinner hatt tilgang til kunnskap om fødsel tidligere i livet, så ville vi hatt et samfunn der fødselsforberedelse var en like naturlig del av tenårene som det er å leke familie er for små barn. Fødsel ville blitt sett frem til som et potent overgangsritual. Med tidlig samtale med jordmor hadde den gjennomsnittlige norske kvinnen hatt litt i underkant av 20 år på å integrere kunnskapen før vi selv ble gravide, ikke bare noen få måneder som det er fra første svangerskapskontroll til termin. Det er mye lettere å lære om fødsel *før* det er et sparkende barn der inne i magen som man er livredd for å miste. Slik jeg husker min oppvekst var det å vise interesse for fødsel nesten sett på som mistenkelig dersom en ikke var gravid. Det ble sett på som et slags tegn på at du snart skal bli det, og dette hindrer tenåringer i å vise interesse.

Selv om en kvinne velger bort å få barn, ikke er fertil, eller av andre grunner ikke får direkte nytte av kunnskapen, så har det likevel vært en verdifull prosess som kan bidra til en positiv fødselskultur som gagnar andre.

Denne teksten ble opprinnelig delt som et blogginnlegg på Anja Bache-Wiig Solberg sin blogg www.anjabache-wiigsolberg.no 23. januar 2025. Innlegget er et uttrykk for skribentens egne meninger

Kunnskapen kan også tilpasses ikke-binære livmorbærere og trans-menn, slik at deres måte å kjønne graviditet, fødsel og amming også møtes.

Jordmødre kan finne kreative måter å møte kunnskapstørsten som finnes blant norske kvinner og jenter, inspirert av «fødselsinfluencere» på internett.

Utfordre frykt

Frifødende utfordrer frykten for fødsel i den grad at vi er selvsikre nok til å gjøre det alene. Selv om fødsel til dels er farlig, så er det *ikke* farlig å komme over frykten for fødselen. Overdreven frykt hemmer oss i risikosituasjoner, mens en skjerpet årvåkenhet gjør oss i stand til å mestre selv de mest risikofylte og farlige aktiviteter, og kanskje også ha det gøy samtidig! Det kan de kvinnene som (uten å ta med småbarna sine) går på slak line over stup eller utøver frikltring sikkert fortelle om. Om fødsel er det farligste en kvinne skal gjøre i løpet av livet, kommer veldig an på kvinnen selv, hennes interesser og miljø.

Jeg vil tro det hadde gjort jobben til helsepersonell mye enklere dersom flere gjorde denne samme forebyggende jobben som frifødere gjør. Helsepersonell vil fortsette å fraråde uassistert fødsel, men jeg håper de samtidig kan sette pris på intensjonen og arbeidet som ligger bak dette valget. Det ville betydd mye for oss å få denne anerkjennelsen, og det ville gjort den offentlige samtalen vennligere for alle tilskuerne.

Jordmødre skal ha anerkjennelse for de mødre og barn de redder, og deres jobb med å sikre fysisk trygghet. Samtidig kan ikke trygghet i fødsel opprettholdes og genereres gjennom teknologisk overvåkning og intervensjoner alene, hvis vi samtidig lar ikke-profesjonelle kvinnefellesskap rundt fødsel, kunnskap i handling og tilliten til kvinnekroppen forvitte generasjon etter generasjon. De som velger jordmor som yrkesvei (sykepleier + spesialisering) kan ikke være de eneste bærerne av fødselskunnskap uten å samtidig undergrave sin egen profesjon. Vi trenger deling og synergi for gode fødsler.

Denne teksten ble opprinnelig delt som et blogginnlegg på Anja Bache-Wiig Solberg sin blogg www.anjabache-wiigsolberg.no 23. januar 2025. Innlegget er et uttrykk for skribentens egne meninger

Dersom alle kvinner i Norge hadde hatt like stor lidenskap for fødsel som jordmødre og de som føder uassistert, så tror jeg systemet hadde endret seg umiddelbart. Alle kvinner hadde gått inn i fødsel med masse kunnskap om fødselens fysiologi, med glede, nysgjerrighet og uten å bli sjokkert over hvordan det utfoldet seg. Retningslinjene hadde nok blitt endret gradvis, for å harmonere med denne nye virkeligheten muliggjort av pasientene selv.

Jordmødre har sikkert flere eksempler på at kunnskapsrike og ansvarlige kvinner (kanskje utdannet jordmor selv) likevel har endt opp med en svært medikalisert fødsel, og at alt ikke er innenfor den fødendes kontroll. Derimot har vi ennå ikke sett hvordan intervensjonsstatistikken ville endret seg i en situasjon der nesten alle fødekvinner er grundig forberedt, kjenner fødselsfysiologien og har tillit til egen kropp. Det er denne revolusjonen i fødekultur vi sammen kan skape dersom vi velger allianse og åpenhet

Kan antallet uassisterte fødsler reduseres?

Det gjentas stadig at vi må forbedre fødselsomsorgen for å redusere antallet uassisterte fødsler. Jeg tror ikke det vil fungere. Hvis målet er å redusere akkurat det, så må frykten for fødsel opprettholdes og tvang brukes. Dette vil kanskje også redusere fødselstallene generelt, noe som vil være en høy pris å betale. Det virkelige målet må være en forbedret og eksepsjonell fødselsomsorg, uten forbehold.

En forbedret fødselsomsorg vil legge til rette for *flere* hjemmefødsler med jordmor, og færre medikaliserte sykehusfødsler. Andelen som trenger nær oppfølging og medisinske intervensjoner vil forhåpentligvis holdes stabilt, og kvaliteten på helsetjenesten høy. Jeg tror også denne forbedringen også vil føre til *flere* uassisterte fødsler, ikke færre. Dette fordi kulturell letthet og normalitet rundt fødsel vil øke i takt med en forbedret fødselsomsorg. De som nå velger sykehus vil bli nysgjerrige på hjemmefødsel, de som nå velger hjemmefødsel vil bli nysgjerrig på å føde uassistert - ikke fordi det er et hierarki av fødsel, men fordi mennesker trekkes mot frihet. En uassistert fødsel er et uttrykk for denne

Denne teksten ble opprinnelig delt som et blogginnlegg på Anja Bache-Wiig Solberg sin blogg www.anjabache-wiigsolberg.no 23. januar 2025. Innlegget er et uttrykk for skribentens egne meninger

frie holdningen til fødsel, kombinert med velsignelsen av en god helse. Samtidig vil kanskje de aller fleste fortsatt ønske støtte av en autorisert jordmor, og det vil bli helt vanlig å se dem gå inn og ut av hjemmene rundt omkring i landet.

Jordmødre kan finne en ny glede for faget når flere og flere kvinner ikke trenger intervensjoner, og flere og flere barn kan bli født hjemme og på den mest varsomme måten. Når vi kommer dit, vil vi ikke lenger dras mellom polarisering og kontrovers, men feire at vi har gjenopprettet fødselens naturlige kraft. Den gjensidige tilliten og enigheten mellom helsepersonell og fødende vil da være så stor, og allmennkunnskapen om fødsel så omfattende, at et økende antall frifødsler ikke blir sett på som et problem.

Jeg ønsker kreativ dialog, å se muligheter sammen, og å lede oppmerksomheten mot det fine, og ønsker denne teksten kan bidra til det. Takk for at du leste.

...

*Skrevet av Anja Bache-Wiig Solberg som representant for
Frifødselnettverket og godkjent av Marlene Omlid 25. januar 2025.*

*Først publisert 23. Januar 2025 på Anjas egen blogg:
anjabache-wiigsolberg.no under eget navn.*