**"Грентли Дик-Рид - основоположник концепции естественных родов"**

**Введение**

За последнее время ни один предмет не привлекал к себе столько внимания, как акушерство. Научные общества повсеместно приглашают к себе лекторов и провозят дискуссии по теории и практике. В медицинских журналах публикуется множество статей, посвященных отклонениям и осложнениям при родах, а "мирская" пресса, в свою очередь, не упускает случая преподнести публике любую информацию, которую только удается добыть по этому вопросу у научных обществ и ассоциаций.

Прошло восемьдесят лет после того как доктор Грантли Дик-Рид (1890-1959) опубликовал свою первую, тщательно подготовленную монографию, посвященную философии деторождения под названием «Роды без боли». В те времена сама мысль о том, что роды могут проходить без страданий, казалась крамольной и революционной, неприемлемой для многих. Однако доктор Дик-Рид не отступился от своего открытия, и время доказало правильность его учения. В двадцатые годы он нарушил традицию не только тем, что обучал женщин практике естественных родов, но и тем, что организовал классы для мужей. Грентли Дик-Рид намного опередил свое время в подходе к процессу родов, да и во многих других областях медицины. Он проложил путь будущим поколениям. Только после его смерти значительные социальные изменения, произошедшие в мире, привлекли внимание общественности к тем идеям, которые он проповедовал.

Подход Дик-Рида к акушерству был безупречно научным, но в то же время он работал на стыке наук, привлекая к исследованиям в области физиологии и естественных наук психологию, социологию и антропологию.

Актуальность данной темы значительна, так как в современном мире вопрос безболезненных и комфортных для женщины родов стоит особенно остро и обсуждается многими специалистами.

**1.Биография Грентли Дик-рида**

Грентли Дик-Рид родился в 1890 году на севере Англии. Он был шестым ребёнком. Всего же в семье было 10 детей. Детство будущего врача проходило на семейной ферме в Норфолке, где и началось его знакомство с природой. Общению со старшими братьями и сёстрами он предпочитал общение с животными, не раз наблюдая, как щенятся собаки и рожают кошки. Большую часть времени на ферме Грентли Дик-Рид проводил в одиночестве, всецело погружаясь в созерцание тайн природы.

В 1908 году Дик-Рид поступил учиться в Кембридж и начал свою медицинскую карьеру. Имея в сознании запас уже укоренившихся идей, он начал сталкиваться с непониманием и непреклонностью старших наставников. Его давнее увлечение природоведением вылилось в любовь к зоологии, биологии и физиологии. Наблюдения за рождением молодняка любого типа, класса или отряда пробуждали в нём любопытство. На такие исследования его толкала даже не врожденная проницательность, а скорее обида на то, что законы природы так несправедливо обошли женщин. За все четыре студенческих года в Кембридже только однажды Дик-Рид собрал все свое мужество и задал вопрос о боли при родах. Он наблюдал один из экспериментов профессора, посвященных изучению симпатической нервной системы. В ходе эксперимента нервы матки кошки стимулировались никотином, и он спросил: "Возможно ли, что симпатическая нервная система имеет какое-либо отношение к боли в матке во время родов у женщины?" Профессор строго посмотрел на него, и после пятиминутной паузы сказал очень тихо и очень медленно: "Да. Да, это действительно возможно": Это все, что когда-либо было сказано по этому поводу.

В 1912 году началась его интернатура в Лондонском госпитале. Он работал в больнице, через амбулаторное отделение которой проходили от полутора до двух тысяч пациентов в день. Однако его интересовали исключительно гинекология и акушерство. Среди женщин, которых он посещал в 1913 году, встретилась одна, чьи случайные слова имели для Дик-Рида далеко идущие последствия. Это были обычные роды. Но в тот момент, когда появилась головка и вход во влагалище заметно расширился, врач попытался убедить пациентку позволить ему надеть ей на лицо маску с хлороформом для обезболивания. Она без обиды, вежливо, но твердо отказалась принять такую помощь. После окончания родов он спросил, почему женщина отказалась от обезболивания, на что она ответила: «Было не больно. Ведь и не должно быть больно, да, доктор?».

Вскоре после успешной сдачи последнего экзамена в Лондонском госпитале Грентли Дик-Рид был призван на военную службу, так как начиналась Первая Мировая война. Его приписали доктором в часть скорой помощи и отправили в Галлиполи. Где в 1915 году был ранен снарядом и отправлен на Мальту. Слепой на один глаз, с окутывающей дымкой на втором, почти парализованный ниже пояса, ослабленный дизентерией, с пульсом едва достигающим 30 ударов в минуту и сотрясаемый лихорадкой он провёл в военном госпитале несколько месяцев.

Когда в 1918 году война, наконец, закончилась, переполняемый радостью возвращения к любимому делу, Дик-Рид вновь стал работать в лондонском госпитале в должности старшего акушера больницы.

После возвращения в лондонский госпиталь Грентли работал некоторое время домашним врачом под руководством сэра Генри Хеда. Это был один из величайших пионеров неврологии, чьи работы помогли развиться целой отрасли науки, известной как психосоматическая медицина. Он доказал, что соматические и физические изменения в организме человека могут являться непосредственным результатом психологического состояния. Зная, что Дик-Рид интересуется акушерством и гинекологией, он обратил его внимание на те изменения, которые происходят в сознании женщины после наступления беременности, и на то, как они влияют на последующее течение родов. Благодаря этому Грентли Дик-Рид начал интересоваться эмоциями своих пациенток, надеясь, наблюдая за их душевным состоянием, получить как можно больше ответов на свои вопросы. Долгие часы он просиживал около кроватей, пытаясь установить силу взаимоотношений между страхом и напряжением, влекущий за собой боль. Каждую свободную минуту он рылся в книгах, которые могли бы помочь. И не успокоился до тех пор, пока не нашел ответа. Еще задолго до этого для врача стало очевидным, что первое, с чем надо бороться, чтобы избежать боли, - это напряжение. Позже созрел афоризм: "Напряженная женщина - напряженная матка". Всем акушерам хорошо известны последствия напряженной матки: боль, сопротивление, бесчисленные осложнения затяжных родов и, не исключено, оперативный финал. Грентли Дик-Рид был уверен, что причиной напряжения является страх. Возвращение чувства уверенности позволяло женщинам ослабить напряжение в степени, достаточной для того, чтобы родить здорового ребенка за довольно короткий промежуток времени.

Находясь на вершине успеха практического применения своего учения, в 1930 г., в возрасте сорока лет, Грантли Дик-Рид написал книгу, которая коренным образом изменила ход развития акушерства. На основе собственного врачебного опыта он доказал, что роды являются естественным физиологическим процессом, который вовсе не должен быть болезненным. Поскольку его исследования были основаны на "законах естества", он назвал свою книгу "Естественные роды". Но он не предполагал, что название книги даст "имя" целому направлению в практике акушерства, что этот термин, хотя подчас и неправильно понимаемый, фактически станет расхожим выражением во всем мире. Немалую роль в этом сыграло и то, что к 1933 г., когда книга, наконец, была опубликована, Грантли Дик-Рид поднялся от относительной неизвестности практикующего провинциального врача к вершине, на которой он представлял собой удобную мишень для гнева одних и злословия других. Как и многие великие пионеры медицины - Симпсон, Семмелвайс, Листер, Пастер - он не был признан современниками, однако впоследствии его учение стало одним из краеугольных камней медицины.

**2.Концепция естественных родов**

Рождение ребенка - высшее предназначение женщины. Осознание и прочувствование красоты, неповторимости этого события - высшая награда не только для самой матери, но и для всей семьи, для общества, для нации.

Каждый студент-медик, каждый врач и каждая акушерка, незнакомые с принципами естественных родов, непременно должны ознакомился с основными положениями учения доктора Грантли Дик-Рида. Уже один тот факт, что они выдержали проверку почти столетним опытом и не были опровергнуты, говорит о многом. Конечно же, не следует воспринимать каждое его высказывание как постулат, но в то же время, его повсеместные критические замечания в адрес коллег-специалистов не должны отвращать нас от всестороннего исследования физиологических процессов - наиважнейших при протекании беременности и в родах.

Если кто-то считает, что рождение ребенка по своей сути обязательно должно сопровождаться болью и страданиями, то стоит напомнить ему о следующем:

) ни у одного вида животных роды не связаны со страданием и болью, за исключением патологических случаев или родов в противоестественных условиях, например, в неволе;

) существуют культуры и нации, сомнительно прозванные малоцивилизованными, где женщина ожидает появления ребенка на свет с радостью, с предвкушением знаменательного события; трудно обнаружить там при родах какие-либо признаки страданий, за исключением, опять таки, патологических случаев;

) ни один физиологический процесс в нашем организме не сопровождается оболью, за исключением осложнений, вызванных болезнью, страхом и напряжением;

) опыт показывает, что когда женщина подготовлена так, что страх и напряжение во время родов отсутствуют, она не испытывает страданий и боли, разве что в малой мере;

) при отсутствии патологических изменений сила боли находится в прямой зависимости от силы страха и напряжения;

) в настоящее время в Америке почти повсеместно практикуется дородовая подготовка женщин и все чаще и чаще звучат слова о естественном процессе родов, из уст в уста передаются рассказы о положительных результатах; все большее число женщин понимают, что естественные роды - наиболее восхитительный и благодатный способ дать жизнь ребенку.

В своих трудах Грентли Дик-Рид писал не о методике родов, а о некой жизненной философии, существенной частью которой и являются естественные роды. Он считал, что опыт, приобретаемый во время родов, влияет (в хорошем или плохом смысле) не только на ребенка, но и на всю семью, в которой этот ребенок родился. Он считал, что отличительные особенности родов и отношение к ним, свойственные той или иной нации, непосредственно отражают ее взгляды на ценность каждой отдельно взятой жизни, что, в свою очередь, влияет (хорошо или плохо) на всю нацию и, в конечном счете, на человечество в целом.

Грентли Дик-Рид полагал, что не только способ родов и последующий за ними период влияют на ребенка, он считал, что плод уже в утробе подвержен влияниям обстоятельств жизни и настроениям матери. Он писал:

«Мы подошли к пониманию того, что дитя в утробе питается через кровь матери и что изменения эмоционального состояния матери могут влиять на питание и метаболизм у еще не рожденного на свет ребенка. Я не верю в биохимические константы, более того, я и гены не считаю константами. Я полагаю, что в крови матери находится нечто, меняющееся в зависимости от ее настроения. При изменении психологического и эмоционального состояния матери железы внутренней секреции вырабатывают вещества, которые поступают в кровь, питающую не только мать, но и ребенка. Таким образом, состояние ребенка не может оставаться прежним. Сегодня мы знаем, что при изменении эмоционального состояния матери можно зарегистрировать усиление или ослабления сердцебиения плода, т. е. можно определенно заявить, что развитие ребенка зависит и от настроения матери во время беременности».

Роды в достойной обстановке - это значит, что новорожденный попадает в такую атмосферу, где к нему и к матери относятся гуманно и заботливо. Вся необходимая медицинская помощь оказывается ненавязчиво, к желаниям матери прислушиваются с уважением. Присутствие отца считается неоспоримым преимуществом. Медицинский персонал общается вежливо и доброжелательно не только с родителями, но и друг с другом. Ребенок приходит в мир, где царят уважение и достоинство, и сразу же получает ласку и поддержку. Основной целью для всех ставится рождение самого здорового, самого прекрасного младенца на свете и облегчение родов матери. Все перечисленное четко совпадает с концепцией безопасного акушерства. Фактически, роды в такой обстановке - это наиболее безопасный способ родить ребенка, это естественные роды в своем наилучшем проявлении.

Что такое естественные роды?

Естественные роды - это одно из звеньев цепочки непрерывных физиологических процессов, которые представляют и иллюстрируют основные законы природы закон воспроизводства и закон поддержания рода. Естественные роды - это нормальные физиологические роды. Когда роды ассоциируются со страхом, а следовательно, и с напряжением, они, в той или иной мере, немедленно становятся нефизиологическими, патологическими.

Естественные роды не означают абсолютно безболезненных для каждой женщины - хотя, как правило, возникающий дискомфорт не превышает того уровня, который сама женщина хочет пережить и который можно контролировать, придерживаясь основных принципов естественных родов.

**3.Страх - напряжение - боль**

**роды физиологический закон**

Страх - напряжение - боль: именно такая последовательность событий прослеживается во всех сходных ситуациях. Страх боли провоцирует сопротивление работающим мышцам матки, увеличивая напряжение и вызывая боль. Страх - естественная защитная реакция организма. Интенсивность страха колеблется от опасения и сомнения до подавляющего ужаса. Даже небольшое беспокойство может вызвать в женщине напряжение, которое приведет к сокращению круговых мышц и к сопротивлению работе мускулатуры матки по изгнанию плода. Если женщина пребывает в напряжении, то в напряжении пребывает и выходное отверстие матки, что и дало основу формуле: "Напряженная женщина - напряженная шейка". А напряжение шейки в большинстве случаев означает длительные и болезненные роды: мать сама закрывает двери своему рождающемуся ребенку. И напротив, спокойная, расслабленная женщина позволяет легко раскрыться шейке. Если она понимает, что происходит, если она совершенно расслаблена и уверена, то в тот момент, когда продольные мышцы начинают свою работу по изгнанию плода, мышцы, которые держали матку запертой во время беременности, расслабляются и легко растягиваются. При этом не возникает сопротивления рождению ребенка, не возникает боль, и ребенок рождается гораздо легче. Для женщины, ожидающей ребенка, совершенно необходим отдых, хотя бы по полчаса в течение дня. На поздних сроках беременности физическая усталость может вызывать затруднения, если на более ранних сроках не была выработана привычка правильно отдыхать. Отдых становится более эффективным, если научиться правильно расслабляться. Релаксация дает огромные преимущества во время беременности. Полчаса расслабления дают организму гораздо больше, чем час сна. При этом снимается напряжение, которое неосознанно накапливалось в организме, что позволяет избежать неприятных ощущений и болей. Возникает чувство спокойствия и уверенности, чего совершенно невозможно достичь в напряженном состоянии. Напряжение порождается беспокойством, а релаксация помогает преодолеть беспокойство, тем самым снимая напряжение ума и тела.

Релаксация оказывает огромную помощь во время родов. Если роженица способна полностью расслабиться во время схватки в первом периоде родов и между схватками во время изгнания, то при нормальных родах она обнаружит, что не испытывает никакого дискомфорта.

Мышечная релаксация вносит изменения не только физические, но и на уровне биоритмов активности головного мозга. При обычном состоянии человека бета-ритмы мозга составляют примерно от 13 до 25 циклов в секунду. Если человек расслаблен, то они снижаются до уровня альфа-ритмов с частотой от 8 до 13 циклов в секунду, становятся такими же, как при состоянии рассеянного внимания или дремоте. Если релаксация становится более глубокой, то активность головного мозга снижается до уровня тета-ритмов с частотой от 4 до 8 циклов в секунду. Такой уровень биоритмов наблюдается при мечтательном, «сумеречном» покое, который обычно наступает перед погружением в сон. В таком состоянии беспокоиться о чем-либо просто невозможно.

Мышечная релаксация - это такое состояние, при котором мышечный тонус всего тела снижается до минимума. Если мышечное напряжение отсутствует, то все эмоциональные реакции и даже мысли затухают. Таким образом, если во время родов тело совершенно расслаблено, то это устраняет избыточный тонус круговых волокон нижних сегментов матки, шейки и родового канала. Но и это еще не все. В состоянии полной релаксации и спокойствия активность матки во время родов воспринимается так, как и должно - просто как сокращение мышц и не более того.

**Заключение**

Философия естественных родов так же актуальна сейчас, в последней половине двадцатого столетия, как и в 1919 г., когда Грантли Дик-Рид впервые заявил о ней. Ибо философия естественных родов познавалась им во время наблюдения за женщинами, которые рожали, и рожали радостно, без особых сложностей и страданий. Женщины открывали ему истину, и эта истина остается в силе до сих пор. Впервые перед Грентли Дик-Ридом этот вопрос встал в 1913 г. благодаря его пациентке, молодой женщине. Она удивила его отказом от предложенного обезболивания. После того, как ребенок родился, новоявленная мать произнесла: "Это было совсем не больно. Ведь не должно быть больно, не так ли, доктор?" Доктор Дик-Рид кивнул, соглашаясь, но тут же перед ним встал следующий неизбежный вопрос: "А почему же все-таки это бывает и больно?"

Многое изменилось в акушерской практике со времён жизни доктора Дик-Рида, чему поспособствовал он сам, ведь именно его учение произвело революцию в акушерстве во всем мире. Однако современная акушерская практика по-прежнему часто нарушает законы родов, как естественного процесса. Каждый, кто каким-либо образом связан с рождением ребенка, должен ознакомиться с трудами Грентли Дик-Рида, и только после этого применять свои собственные методы, если он докажет, что они совершеннее.

**Список использованных источников**

. Грентли Дик-Рид, «Роды без страха», Москва, 2005, с.: 113-116

. Сайт «Википедия. Свободная энциклопедия», Обезболивание родов, https://ru.wikipedia.org/wiki/Обезболивание\_родов (дата обращения: 03.10.2016)

. Сайт «Электронная библиотека», http://modernlib.ru/books/dikrid\_grentli/rodi\_bez\_straha/ (дата обращения: 03.10.2016)