

SAMRØÐA



Øll familjan saman, eftir heimaføðingina. Hetta er fyrstu ferð Ólavur heilsar uppá systur sína Elisu

at seta karið upp og gera klárt fyri at vita, um alt er, sum tað eigur at vera. Somu náttina - 8. apríl 2016 - fær Signa verkir.

– So skjótt verkirnir byrjaðu, ringdi eg til ljósmóðurina og boðaði frá. Jenus fór at koyra vatn í karið og gera klárt. Síðani ringdi eg aftur, tá eg helt at nú fór barnið skjótt at koma. Ljósmóðurin kom úr Havn við tað sama, sigur Signa Kallsoy Joensen.

– Upplivingin aðru ferð var nógv minni stressandi og eg kendi meg meiri avslappaða. Eg skuldi ikki hugsa um at taka nakað við mær í bilin og síðani at skula út at koyra. Eg hugsaði bara um at koma ígjøgnum verkirnir. Tá man ikki er stressaður, so fær man ikki líka ilt, og kroppurin slappar av, sigur hon.

Tá Signa gekk við Ólavi, hevði hon gingið til barnakonu yoga, og har hevði hon lært teknikkir, so sum at anda djúpt og rætt, sum hjálptu henni at vinna á tí ringastu pínuni. Hesar teknikkirnar mintist hon aftur á og brúkti, tá hon lá í karinum. Hon saknaði ikki, at fáa láturgass ella annað pínustillandi, sum er tøkt á føðideildini.

– Við yoga lærði at slappa



Signa og Elisa eru júst komnar upp úr karinum, og nalvastrongurin er kliptur

av í verkjunum, tá teir komu og tí varð tað ikki líka pínufult. Tað heita vatnið virkaði eisini pínustillandi, sigur hon.

Eisini var ringt eftir mammu og beiggja Signu. Tey komu at hjálpa til við at kóka vatn og blanda tað við salti, áðrenn tað varð koyrt í karið, tí ketilin í gomlu húsunum kláraði ikki alt arbeiði sjálvur. Tey stóðu í køkinum og gjørdur vatnið klárt, meðan Jenus bar vatnið inn í kamarið og fylti karið. Umráðandi er at vatnið í føðikarinum var 37

hitastig alla tíðina, og tað hevði Jenus ábyrgdina av.

– Jenus spældi ein stórri leiklut í heimaføðingini, enn hann gjørdi, tá vit vóru á føðideildini á Landssjúkrahúsinum. Tá eg átti Ólav, var uppgávan hjá Jenus lítið meir enn at hyggja at, og mykja vøddarnar eitt sindur eftir tørvi, sigur hon.

Vatnið doyvir pínuna

Tá føðikarið var klárt, fór Signa í karið, og fekk hugsavna seg um verkirnar. Hon greiðir frá, at tá tú liggur í vatni, fært tú ikki líka ilt av

verkjunum, tí vatnið doyvir pínuni náttúrliga, av tí at tað ikki er líka nógv vekt á lendunum. Eisini er lættari at flyta seg í vatni, tá man hevur verkir, og tað hjálpir við at fáa barnið niður gjøgnum føðikanalina.

Meðan hon hevur verkir vaknar Ólavur. Hann er sjúk-ur við feбри og spýr. Lukkutíð er mamma Signu í køkinum tá og kókar vatn, so hon ansar honum ta náttina.

– Tá eg hevði átt varð Ólavur frískur og steinsavn-aði. Mamma sigur, at hann hevur átt við mær ta náttina,

flennir Signa.

Tá ljósmóðurin kom heim til Signu og Jenus, gjørdi hon alt, sum hon vanliga ger, tá ein kvinna eigur á føðideildini. Hon kannaði hjartaljóðið hjá barninum og ansaði eftir, at alt var sum tað átti, greiðir Jenus frá.

Umleið fyra tímar eftir at Signa fær verkir verður Elisa fødd, og hetta var ein behaglig uppliving fyri móður og barn, heldur Signa.

– Munurin á temperaturinum er ikki líka ógvusligur, tá barnið verður føtt í heitt vatn, sum tá tað verður føtt

í kalda luft. Elisa græt ikki nógv, tá hon varð fødd, og hevur ikki grátið nógv síðani. Eg haldi tann róluga føðingin hevði sína ávirkan, sigur hon.

Vónar tað verður endurtikið

Signa og Janus hava ongar ætlanir um at sleppa sær av við føðikarið. Signa vónar, at hon fær høvi at brúka tað aftur tvær ferðir afturat. Ikki einast vil hon eiga heima aftur næstu ferð, um tey fáa eitt barn afturat, men hon mælir eisini øðrum til at royna at eiga heima.

– Eg vil viðmæla øðrum at gera tað sama, um ein er tryggur við tí. Ofta halda fólk, at man er tryggari á sjúkrahúsi, enn man er heima, men gongur okkurt galið heima, so hevði tað eisini gingið galið á sjúkrahúsinum, sigur hon.

Jenus heldur at føðideildin á Landssjúkrahúsinum skuldi havt eitt føðikar, soleiðis at mammur høvdu møguleika at eiga í vatni, tí vatnið er náttúrliga pínustillandi, og tær kundu sloppið frá nógvum pínustillandi heilivági.

annika@sosialurin.fo