

Pražská vysoká škola psychosociálních studií



Příběhy prvorodiček v období pandemie Covid-19

Mgr. Bc. Kristýna Vosátková

Diplomová práce

Studijní program: Psychologie

Vedoucí práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská, Ph.D.

Praha 2022

Prague College of Psychosocial Studies



Stories of first-time mothers during the Covid-19 pandemic

Mgr. Bc. Kristýna Vosátková

Diploma Thesis

Degree program: Psychology

Diploma Thesis Work Supervisor: Mgr. Ing. Eva Dubovská, Ph.D.

Praha 2022

Anotace

Diplomová práce se věnuje tématu potřeb a příběhů prvorodiček v době koronavirové pandemie v letech 2020 a 2021. Teoretická část práce je uvedení do problematiky rodičovství, prvorodičovství a mateřství a shrnuje také specifika pandemie. Praktická část představuje kvalitativní výzkum realizovaný prostřednictvím polostrukturovaných rozhovorů a vyhodnocený tematickou analýzou. Cílem práce je zjistit potřeby prvorodiček v době pandemie a odhalit specifika v jejich prožívání.

Klíčová slova: prvorodička, prvorodičovství, mateřství, potřeby, prožívání, pandemie, Covid-19, koronavirová pandemie, tematická analýza

Abstract

The thesis focuses on the needs and stories of first-time mothers in the period of the coronaviral pandemic in 2020 and 2021. The theoretical part of the thesis is introduction into the issues of parenthood, first-time parenthood and motherhood and also summarizes the specifics of the pandemic. The practical part presents qualitative research realized through semi-structured interviews and evaluated by thematic analysis. The aim of the thesis is to find out the needs of first-time mothers in the period of the pandemic and reveal the specifics in their experience.

Key words: first-time mother, first-time motherhood, motherhood, needs, experience, pandemic, Covid-19, coronavirus pandemic, thematic analysis

Prohlášení

1. Prohlašuji, že jsem tuto diplomovou práci vypracovala samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne

Podpis

Poděkování

Tímto bych ráda poděkovala vedoucí diplomové práce Mgr. Ing Evě Dubovské, PhD. za cenné rady a připomínky, které mi při zpracování této práce poskytla.

Zároveň bych chtěla poděkovat respondentkám, které se výzkumu zúčastnily, za jejich čas a ochotu udělat se mnou rozhovor.

OBSAH

ÚVOD	10
1 RODIČOVSTVÍ	11
1.1 ZÁKLADNÍ POJMY	11
1.1.1 Rodina	11
1.1.2 Rodičovství, mateřství a otcovství	12
1.2 SOUČASNÉ TRENDY A RODIČOVSTVÍ VE 21. STOLETÍ	14
1.3 PLÁNOVÁNÍ RODIČOVSTVÍ.....	16
1.3.1 Průběh těhotenství.....	17
1.3.2 Příprava na porod	18
2 SPECIFIKA PRVORODIČOVSTVÍ	20
2.1 PRVORODIČKY A POROD	20
2.2 POTŘEBY ŽEN PRVORODIČEK.....	20
2.3 DOSUD PROVEDENÉ VÝZKUMY A STUDIE.....	22
3 PANDEMIE COVID-19 A PRVORODIČOVSTVÍ	27
3.1 CHARAKTERISTIKA PANDEMIE V LETECH 2020 A 2021.....	27
3.2 OBAVY PRVORODIČEK.....	27
3.3 POTŘEBY PRVORODIČEK V DOBĚ PANDEMIE.....	30
4 EMPIRICKÁ ČÁST	33
4.1 METODOLOGIE VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ.....	33
4.1.1 Cíl výzkumu	33
4.1.2 Výzkumné otázky.....	33
4.1.3 Metodika	34
4.2 REFLEXE VLASTNÍHO PŘEDPOROZUMĚNÍ.....	35
4.3 PŘÍPRAVA VÝZKUMU	35
4.4 VYHODNOCENÍ VÝZKUMU	37
4.4.1 Téma Specifika a potřeby v průběhu těhotenství	40
4.4.2 Téma Fyzické a psychické projevy	44
4.4.3 Téma Příprava na porod	47
4.4.4 Téma Specifika porodu a doby po něm.....	50
4.4.5 Téma Pozitiva pandemie	56
4.4.6 Téma Negativa pandemie.....	59
4.4.7 Shrnutí podtémat a témat	67
5 DISKUSE	72
ZÁVĚR	75

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	79
SEZNAM OBRÁZKŮ	83
SEZNAM TABULEK.....	84
SEZNAM PŘÍLOH.....	85

ÚVOD

Tato práce se věnuje prvorodičkám, jejich potřebám a příběhům v době koronavirové pandemie. Skutečnost, že pandemie, ať již negativně či pozitivně, ovlivnila životy mnoha lidí, je zřejmá. Jak ovšem přesně pandemie působila na prvorodičky a jak ovlivnila naplňování jejich potřeb, je dosud téma zcela neprobádané. Na toto téma dosud nebylo provedeno mnoho výzkumů. A protože někteří odborníci hovoří o tom, že mladší generace velmi pravděpodobně několik dalších pandemií zažijí, je toto téma velmi důležité.

Osobně jsem měla několik kamarádek, které v době koronaviru buď otěhotněly nebo byly těhotné, a proto vím, že dané období pro ně bylo těžké. Téma je mi tedy i osobně velmi blízké.

Tato práce nejprve teoreticky formou rešerše představí danou problematiku a následně představí a shrne výsledky dosavadních provedených výzkumů a studií. V teoretické části práce tak bude vysvětlen pojem rodičovství, prvorodičovství i mateřství, budou popsána specifika prvorodičovství a pozornost bude věnována i specifikům koronavirové pandemie.

V následující empirické části bude proveden výzkum formou kvalitativního šetření. Realizované polostrukturované rozhovory budou vyhodnoceny prostřednictvím tematické analýzy. Budou stanoveny výzkumné otázky, které budou v diskusi zodpovězeny.

V práci budou využity jak odborné publikace, tak některé oficiální internetové zdroje, a to jak české, tak zahraniční.

Cílem práce je zjistit potřeby prvorodiček v době pandemie a odhalit specifika v jejich prožívání. Uvedeného cíle je velmi důležité dosáhnout proto, že z něj bude možno vyvodit doporučení pro tvůrce politik, zdravotníky, ale i širší veřejnost v případě dalších neočekávaných událostí, jako byla právě pandemie Covid-19.

1 RODIČOVSTVÍ

1.1 Základní pojmy

1.1.1 Rodina

Rodičovství je pojem odvozený od slova **rodina**. V odborné literatuře existuje řada definic rodiny, avšak na jediné definici se odborníci z různých oborů neshodují. Jedna z definic hovoří o rodině jako univerzální skupině, ve které probíhají významné sociálně psychologické jevy, a kde má jedinec možnost vytvořit si sebedůvěru, postoj k sobě samému. Jiné definice charakterizují rodinu jako nejstarší základní společenskou skupinu s těsně spjatými vztahy jak uvnitř, tak navenek (Jarošová, 2007, s. 49).

Podstatou rodiny jako skupiny je soužití rodičů s dítětem nebo více dětmi. Základní forma rodiny neboli takzvaná nukleární rodina zahrnuje dospělé rodiče a jejich potomky. Rodina se ovšem může skládat i z již dospělých svobodných dětí, které stále bydlí s rodiči, z dětí z předchozích manželství rodiče, z prarodičů žijících ve společném domě, a podobně. Proto je definice rodiny tak obtížná, neboť rodina může zahrnovat různé příslušníky a vyskytovat se v různých formách (Jandourek, 2012, s. 195).

Rodina je v obecnějším pohledu určitou skupinou či systémem, který zahrnuje rodinné příslušníky, ať už spolu žijí či nikoliv, a může také zahrnovat děti. Hlavními funkcemi rodiny jsou funkce ekonomická, reprodukční, ochranná, kulturní, výchovná a společenská (Jarošová, 2007, s. 50).

Rodina tedy naplňuje svým členům potřebu bezpečí, biologické i emoční potřeby, a je současně prvním prostředím, ve kterém se člověk ve svém životě setkává se socializací a ve kterém si utváří své názory, hodnoty a postoje, přístup k sobě i ke světu. Rodina je systém, který se vyvíjí v souvislosti s vývojem společnosti. Z pohledu plnění funkcí ve vztahu k dítěti lze hovořit o rodině funkční, problémové (nenarušují zdravý vývoj dítěte), dysfunkční (ohrožují vývoj) a afunkční (základní funkce rodiny nejsou vůbec naplňovány). (Mahrová, Venglářová, 2008, s. 102-103).

1.1.2 Rodičovství, mateřství a otcovství

Rodičovství je odvozeno od výše definovaného pojmu rodina. Jedná se ovšem také o nelehko definovatelný pojem. Jedna z definic rodičovství chápe jako jednu z příbuzenských vazeb, která může vycházet buď z biologického vztahu, nebo může být kulturním a sociálním výtvorem. Rodičovství je tedy určitá vazba rodičů s vlastním nebo adoptovaným či osvojeným dítětem (Hrabáková, 2002, s. 52).

Hledání definic rodičovství je skutečně nelehký úkol, protože většina odborné literatury pracuje s již představeným pojmem rodiny. Rodičovství v sobě zahrnuje především samotný rodičovský vztah, vzájemné působení rodičů a dítěte, výchovu dítěte. Aby mohlo být rodičovství úspěšné, musí být ve své výchově úspěšný rodič. Být úspěšným rodičem je zásadní, ale náročná životní role, která přináší velké uspokojení. Rodiče musí rozumět dětskému chování, a svůj vztah by měli budovat na hodnotách, kterými jsou vzájemný respekt, společná zábava, povzbuzování a sdělování lásky. Autoři dále uvádí, že úspěšné rodičovství vyžaduje trpělivost, využívání demokratických metod, které umožňují volbu a jsou založeny na vzájemném respektu a rovnosti. Součástí rodičovství by měla být hlavně důvěra (Dinkmeyer, McKay, 2008, s. 9, 20, 27).

Jak je tedy zřejmé, rodičovství je velmi dlouhý proces, který v sobě zahrnuje vzájemné působení rodičů a dětí, a který je velmi složitý. Rodičovství je také označováno jako důležitá role, kterou musí být jedinec schopen nejprve přijmout, aby mohl poté svou rodičovskou roli úspěšně vykonávat. Rodičovství by v ideálním případě měla předcházet schopnost jedince žít v partnerském páru. Rodičovství, za jehož počátek může být chápáno otěhotnění či samotná etapa těhotenství, případně porod, zahrnuje jak tyto uvedené biologické aspekty, tak i aspekty psychologické (například změna sebepojetí), interpersonální a sociokulturní aspekty. Rodičovství je životní role rodičů, která je v určitém smyslu nadřazena pojmům otcovství a mateřství, které budou představeny v následující kapitole (Kukla, 2016, s. 40).

Anglická a americká literatura pracuje s ekvivalentem rodičovství, kterým je **parenthood**. V zahraniční literatuře je rodičovství definováno jako velmi komplexní pojem zahrnující mnoho aspektů. Také samotný způsob, jakým je

rodičovství uznáváno v zákonech moderních států, obklopují složitá pravidla. V současnosti vstupuje do manželství stále menší podíl osob, přestože se jedná o institut poskytující jistou ochranu dítěti i oběma rodičům (Eekelaar, Šarčević, 1993, s. 68).

Zatímco v dřívějších dobách bylo chápání rodičovství založeno na biologickém aspektu, v současnosti se chápání tohoto pojmu více rozšiřuje. Austin (2007, s. 4) uvádí, že důvody pro uplatnění rodičovských práv k dítěti může mít také náhradní matka, dárce spermií nebo žena, které náhradní matka dítě odosila. Jak také Austin uvádí, v oblasti rodičovství se různé nové situace a komplikace objevují neustále. Nově je například možné, aby mělo dítě více biologických rodičů, než jen dva, a na počátku 21. století navíc vědci oznámili, že se narodilo dítě se dvěma genetickými matkami, a to právě zásahem vědců. Tyto a další případy proto i nadále budou podněcovat složité otázky pro biologické pojetí rodičovství. V současnosti ale můžeme rodičovství chápat nejen jako složitý proces, ale také jako vztah i aktivitu. Být rodičem znamená být aktivní a zapojit se do činností ve vztahu k dítěti (Austin, 2007, s. 4).

Rodičovství zpravidla vyžaduje změnu životního stylu rodičů. Rodičovská role je velmi sociálně ceněná, současně není vratná. Ještě více ceněná je zejména role mateřská. Rodičovství je tedy vztah a aktivita vykonávaná v souvislosti s působením rodičů na dítě nebo děti. Působení pouze matky se nazývá mateřství, působení otce pak otcovství (Slavík, 2012, s. 108).

Mateřství je důležitá součást generové identity většiny žen. Mateřství je velmi široký koncept, který není snadno definovatelný. Jednoznačnou definici nenabízí žádný autor. V některých případech je tento koncept charakterizován jako klíčový a základní statkový poměr ženy, od kterého se odvozuje otcovství i příbuzenství (Iurium Wiki, 2018).

Mateřství a péče o dítě je zdrojem uspokojení i významnou osobní zkušeností, ale současně tento koncept proměňuje hodnotovou orientaci žen. Mateřství je také určitou sociální rolí, která je od společnosti očekávána, a je to současně také zkušenost i sociální instituce. Mateřství je tedy dlouhodobý stav

zahrnující pouto s dítětem a péči o něj, ale má v sobě mnoho dalších aspektů a souvislostí (Gjuričová, Kubička, 2009, s. 61).

V naší kultuře je na matku pohlíženo zejména jako na primárního pečovatele o dítě. Matka má s dítětem specifické pouto (Kukla, 2016, s. 41).

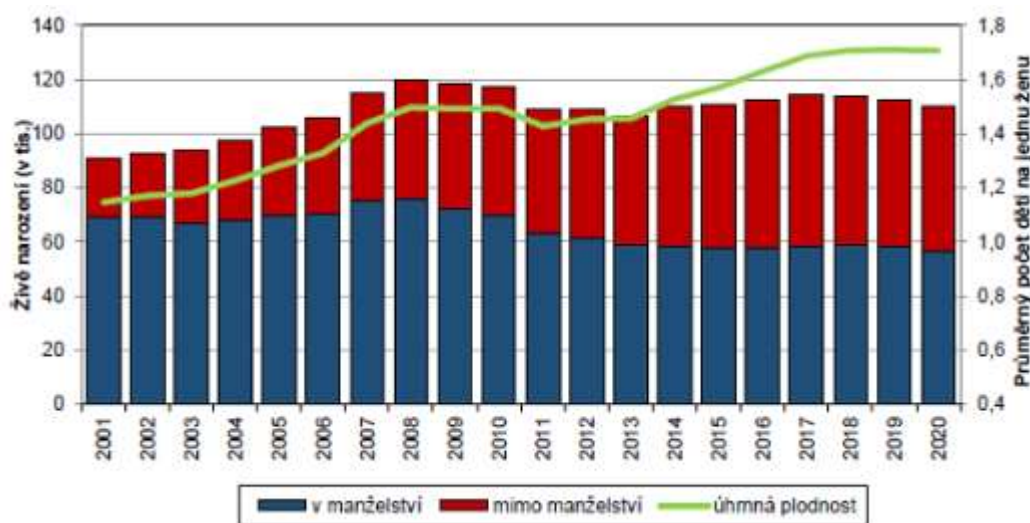
Otcovství je důležitou součástí mužské identity. Po dlouhou historii byl muž chápán jako živitel rodiny, a je tak velkou částí společností dosud přijímán, i když se tento koncept již uvolňuje. V mnoha vyspělých zemích již mají otcové možnost nejen otcovské dovolené, ale mohou být místo ženy na rodičovské dovolené s dítětem. Proměny rodičovství se uskutečňují v souvislosti se změnami sociálně-politických vztahů (Gjuričová, Kubička, 2009, s. 61).

1.2 Současné trendy a rodičovství ve 21. století

Rodina byla z pohledu výzkumníků často chápána především jako vztah matky a dítěte. Ke změnám začalo docházet až v 70. letech minulého století, kdy se rodina stala předmětem zájmu sociologů. V té době začaly vznikat teorie o rodinných vztazích, prováděly se výzkumy v rodinné terapii. Původní obraz základní, takzvané nukleární rodiny se měnil a rozšiřoval. Postupně se změnou společnosti a stále častějším objevováním nových fenoménů se výzkumníci začali věnovat také rodinám s osamělým rodičem, rodinám partnerů bez vstupu do manželství nebo rodinám vzniklým po druhém sňatku jednoho z rodičů (Sobotková, 2012, s. 11-12).

Jak ukazuje níže přiložený graf, za poslední dvacetiletí se podíl dětí narozených mimo manželství konstantně navyšuje. V roce 2001 se mimo manželství narodila zhruba čtvrtina dětí, v roce 2020 už to byla téměř polovina (Český statistický úřad, 2021).

Obrázek 1 – Živě narozené děti a úhrnná plodnost 2001-2020



Zdroj: (Český statistický úřad, 2021).

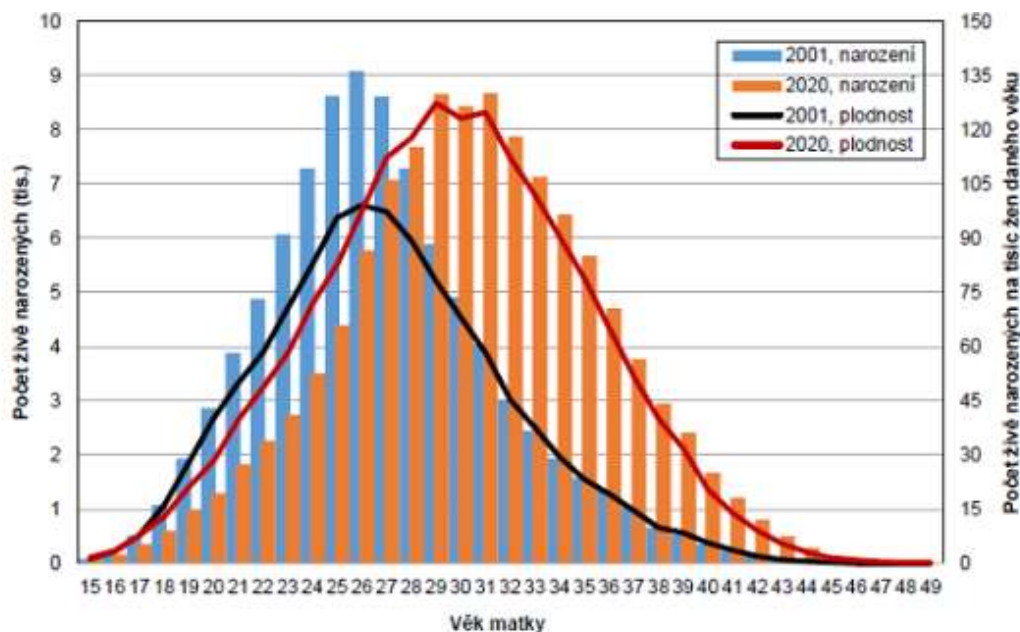
Na rodinu je pohlíženo různě jak ze strany odlišných kultur, tak z pohledu různých historických období. V současnosti se mění jak populační věková pyramida obecně (tedy tenčí se její základna a rozšiřuje se vrchol), tak i rodinná pyramida. Zatímco ubývá dětí, přibývá starších lidí, a tento stav se má i do budoucna ještě více rozšiřovat. Demografické ukazatele tedy mají na strukturu rodiny velký vliv. Z historického pohledu bylo typické vícegenerační soužití, které se již objevuje méně často. Současná rodina je více individualizovaná (Rabušicová a kol., 2016, s. 23).

Stále vyšší podíl mladých párů zůstává cíleně bezdětných, ale přibývá i podíl těch, kteří jsou bezdětní nikoliv cíleně, ale z důvodu neplodnosti. Stále častěji se objevuje vyšší podíl dětí narozených mimo manželství. Dalším trendem je takzvané pozdní mateřství, tedy odkládání mateřství a otcovství na pozdější věk, ať už z důvodu ekonomického nebo studijního, a dalších. V 80. letech minulého století byl průměrný věk prvorodiček 19 let, kdežto v současnosti se již blíží 30. roku věku (Kukla, 2016, s. 42).

Níže přiložený graf názorně ukazuje, že v roce 2001 se největší podíl dětí narodil ženám ve věku 25 let (znázorněno modrou barvou), v roce 2020 už se

nejvíce dětí narodilo ženám ve věku 29 a 31 let (oranžová barva). (Český statistický úřad, 2021).

Obrázek 2 – Živě narozené děti a míry plodnosti dle věku žen 2001 a 2020



Zdroj: (Český statistický úřad, 2021).

Dalšími trendy, které jsou v současné společnosti patrné, je tedy plánování rodičovství a zohledňování potřeb těhotných žen a rodiček. Uvedenou myšlenku potvrzuje například stále častěji se objevující porodní plán, který obsahuje seznam přání ženy, které by chtěla v průběhu porodu a po něm splnit. Následující podkapitoly se tedy zaměří na plánování rodičovství, na specifika těhotenství v životě ženy a na její potřeby, zejména na potřeby prvorodiček.

1.3 Plánování rodičovství

Plánované rodičovství je označení pro snahu partnerského páru mít děti v dle jejich názoru optimálním období. Plánované rodičovství může zahrnovat jak pozitivní plánování, tedy snahu mít dítě, tak negativní plánování, tedy snahu

otěhotnění různými prostředky zabránit. Při plánování rodičovství je vhodné vědět, že za nejplodnější období ženy je považována etapa jejího života ve věku 20 až 24 let, přičemž ale v současné společnosti je jako optimální věk prvorodičky mezi 21 až 28 lety (Gregora, Velemínský, 2020, s. 16).

1.3.1 Průběh těhotenství

Plánované rodičovství je svobodná volba partnerů o založení rodiny. Přírozené plánované rodičovství se také označuje jako uvědomělá fertilita, která zahrnuje znalost příznaků spojených s ovulací. Plánování rodičovství tedy předchází skutečnému otěhotnění, které je důležitou etapou v životě ženy. Příznaky těhotenství mohou být u každé ženy jiné. K častým příznakům ale patří změny na pohlavních orgánech, zvětšení dělohy i břicha, zvětšení prsů nebo vytékání mleziva z prsů (Gregora, Velemínský, 2020, s. 13).

Prvorodičky, které nezažily ani těhotenství, ani porod, mohou mít z těchto pro ně neznámých chvil obavy, mohou si být nejisté svou nastávající rolí matky. Těhotné ženy mohou mít strach nejen z neznáma, ale mohou mít obavy také z některých změn, které s těhotenstvím souvisí. Jedná se zejména o fyzické změny, kdy rostoucí plod s sebou nese velkou zátěž, žena zadržuje více vody, zvětšují se některé tkáně, zvyšuje se objem obíhající krve i srdeční činnost a další (Skutilová, 2016, s. 15-16).

Nová životní role spojená s těhotenstvím přináší ale i psychické změny. U vysokého procenta žen se v průběhu těhotenství objevují obavy, únava, pocity náladovosti, slabosti, úzkosti, pochyby o sobě nebo depersonalizace. V době, kdy je rodina individualizovaná, tedy dochází k oddělování jednotlivých generací, se může žena cítit nejistá, osamělá, může mít obavy z ekonomické stránky. Rizikem pro těhotnou ženu je, pokud chce být bezchybná ve svých nových rolích a má nadprůměrná očekávání, předpokládá, že porodem se zvýší kvalita jejího partnerského vztahu a podobně (Skutilová, 2016, s. 20).

Změny v organismu ženy při těhotenství probíhají proto, aby organismus připravily na zdárný průběh těhotenství a správný růst a vývoj plodu. Psychické

změny pak probíhají proto, aby byla žena po porodu schopna zvládnout svou novou roli matky. Psychické změny jsou spojeny s hormonálními změnami, ale závisí také na osobnostních charakteristikách těhotné ženy i na prostředí, které ji obklopuje, na kvalitě vztahu s partnerem nebo na materiálním a dalším zajištění (Gregora, Velemínský, 2020, s. 27).

1.3.2 Příprava na porod

Plánování rodičovství v ideálním případě předchází samotnému otěhotnění, a v průběhu těhotenství se žena začíná připravovat na porod. Pro těhotné ženy mnohé porodnice a další instituce nabízí takzvané předporodní kurzy. Cílem předporodní přípravy je ženu, případně i jejího partnera, připravit na následující změny, odbourat strach z neznámého. Součástí přípravy na porod je výběr porodnice, který nemusí záviset pouze na tom, která porodnice je nejbližší bydliště rodičky. Ženy si často zjišťují recenze a spokojenost žen, které již v dané porodnici rodily, chtějí znát, jak je porodní sál vybaven, jaká jsou omezení pro návštěvy na oddělení, nebo kolikátý den po porodu bude propuštěna (Gregora, Velemínský, 2020, s. 32-33).

Metody ovlivnění bolesti bez použití medikamentů se začaly rozvíjet teprve ve 20. století. Jednou z prvních metod byla takzvaná metoda hypnosuggestivní, která vycházela z Pavlovy teorie podráždění a útlumu mozkové kůry. První zpráva o vedení porodu v hypnóze ovšem pochází již z 19. století. Do současnosti přetrvává potřeba relaxace zdůrazňovaná mnohými odborníky. Žena by měla být dostatečně informována o plánovaném průběhu porodu, doporučuje se přítomnost blízké osoby, relaxační techniky a okamžitý kontakt matky s narozeným dítětem. Relaxační techniky spočívají ve zmírňování porodních bolestí prostřednictvím dechových a uvolňovacích cviků (Hudáková, Kopáčiková, 2017, s. 14).

O přípravě na porod, ale také přípravě prvorodičky na samotné mateřství, se ženy mohou díky internetu dozvědět velké množství informací. Některé zahraniční zdroje například uvádí, že mateřství může být jako „horská dráha“, a je tedy nutno mít smontované veškeré vybavení pro miminko, připravená zmražená jídla, zásoby do domácnosti, zajištěné všechny zdravotní kontroly, připravené věci do porodnice

nebo také kontaktovat fotografa, od kterého chce nastávající maminka fotografie newborn a podobně (Kernodle Clinic, 2022).

Ve skutečnosti mohou nastávající maminku tyto seznamy úkolů spíše více znepokojit, stejně jako další články, které jsou v překladu nazvány „58 důležitých věcí, které musíte udělat před narozením dítěte“ (What Moms Love, 2022).

Byly představeny jak základní pojmy, tak současné trendy i možnosti plánování rodičovství. V průběhu těhotenství i při porodu mají prvorodičky různé potřeby, a těm se bude věnovat následující podkapitola.

2 SPECIFIKA PRVORODIČOVSTVÍ

2.1 Prvorodičky a porod

V souvislosti s tématem prvorodiček je také nutno přiblížit pojem **porod**. Porodem je myšlen děj, při kterém dochází k vypuzení plodového vejce porozením z organismu matky. Porod je tedy spojen se zrozením dítěte a s určitou změnou rodičovské sociální role ve společnosti. Porod může být samovolný na základě přirozených pochodů ženského organismu, nebo medikamentózní či indukovaný. Obecně se uvádí, že délka porodu prvorodiček trvá zhruba 6-12 hodin, u vícerodiček pak 3-9 hodin, ale doba trvání je velmi individuální a existuje mnoho ovlivňujících faktorů jako věk ženy, partita, gestační stáří, psychický stav ženy, medikace, uložení hlavičky a další (Roztočil, 2020, s. 110).

2.2 Potřeby žen prvorodiček

Příprava na porod velmi úzce souvisí s potřebami žen prvorodiček. Lze říci, že žena se určitým způsobem připravuje na porod již od otěhotnění, a to jak vědomě, tak nevědomě. Prvorodička má jak fyzické, tak psychické, duchovní i sociální potřeby. Potřeby mohou být jak materiální (například zajištění vybavení pokojíčku pro miminko), tak nemateriální (například kvalitní partnerský vztah a podpora manžela). Prvorodičky mají jak potřeby specifické pro tuto skupinu žen, tak i potřeby, které měly i dříve. Ze známé Maslowovy pyramidy se například jedná o fyziologické potřeby (například obecná potřeba spánku, ale specifická potřeba většího odpočinku pro těhotnou ženu), potřeby jistoty a bezpečí, sounáležitosti a lásky, potřeby uznání nebo seberealizace a další (Dušová, Hermannová, Majdyšová, 2019, s. 14, 18).

Potřeby žen prvorodiček by měly být uspokojovány jak v rodinném a partnerském prostředí, tak v rámci porodní asistence. Porodní asistentky systematicky hodnotí a plánují uspokojování potřeb žen v době těhotenství, porodu i po něm, a to prostřednictvím ošetřovatelského procesu. Každá prvorodička, stejně jako každý člověk, má určité rysy a charakteristiky, jedinečné vlastnosti, názory i

potřeby. Součástí ošetrovatelského procesu, který pomáhá prvorodičkám i později již novým maminkám uspokojovat jejich potřeby, má pět částí: posouzení, ošetrovatelská diagnostika, plánování, realizace a hodnocení. Posuzování potřeb prvorodičky, ať už před porodem, v jeho průběhu nebo po něm, probíhá na základě pozorování, rozhovoru i měřících nástrojů (Dušová, Hermannová, Majdyšová, 2019, s. 21-22).

Prvorodička může své potřeby vyjádřit také prostřednictvím takzvaného porodního plánu, který je v současnosti určitým trendem. Porodní plán je seznamem přání, které by nastávající maminka chtěla při porodu nebo po něm splnit. Cílem porodního plánu je, aby zdravotníci zjistili, jaké má rodička priority, co by si přála. V souvislosti s porodním plánem ale vyvstávají mnohé diskuse, kdy byla například rodička nespokojená s nesplněním jejího porodního plánu, přestože to zdravotní komplikace neumožňovaly. Pro některé zdravotníky je zase porodní plán znamením alternativnosti matky. Důležité tedy je, aby se obě strany vzájemně chápaly a aby porodní plán byl zohledněn, nicméně přizpůsoben porodní realitě (Samková, 2020, s. 15).

Některé matky mohou mít dokonce takzvaný ambulantní porod. Jedná se o situaci, kdy žena s dítětem odejde z porodnice po porodu dříve, než po doporučených 72 hodinách. Ambulantní porod není sice běžnou praxí, ale i tak se objevuje stále častěji, jak ukazuje níže přiložený graf.

Obrázek 3 – Počet ambulantních porodů 2016-2020



Zdroj: (Ambulantní porod, 2021).

Ambulantní porod může žena požadovat například tehdy, pokud se v nemocnici necítí bezpečně, a chce se o dítě ihned starat v bezpečném domácím prostředí (Samková, 2020, s. 76). Jak tedy bylo uvedeno, potřeby prvorodiček mohou být velice různé.

Prvorodičky mohou mít skutečně velké obavy, které jsou dány na jedné straně dostupným obrovským množstvím neověřených informací. Na straně druhé mohou jejich obavy pramenit i ze strachu z neznáma, z fyzických či psychických změn, ale také z různých okolností ve vnějším prostředí, jako je například pandemie. Právě prvorodičkám v době pandemie se tato práce věnuje. Pandemie Covid-19 a její specifika tak budou předmětem následující kapitoly.

2.3 Dosud provedené výzkumy a studie

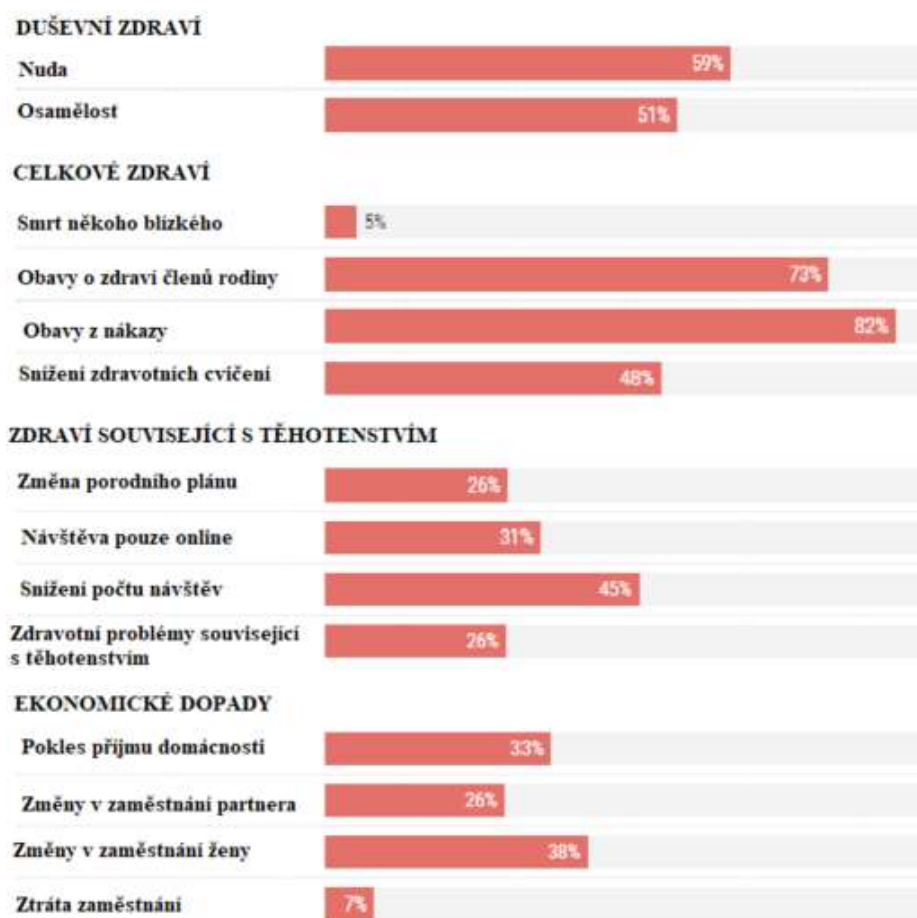
Jako první lze jmenovat příklad dobré praxe, který byl realizován ve Velké Británii. Výzkumníci z University of Sheffield a National Childbirth Trust vydali výsledky své studie, ve které zjišťovali, jak se prvorodiče cítili v průběhu pandemie, a jaké problémy řešili, jaké byly jejich zkušenosti. Cílem studie bylo právě podělit se s ostatními prvorodiči o své zkušenosti, ale i z vyplývajících souvislostí, které by mohly být důležité pro tvůrce politik a další podporu nastávajících rodin ze strany státu. Studie stále probíhá, ale z dosavadního šetření vyplynulo, že prvorodiče se nejvíce cítili izolovaní, osamělí, pocítili nedostatek sociální podpory, měli problémy s omezením v rámci poskytování zdravotní péče a psychicky jim dělalo problémy méně časté stýkání se s rodinou. (The University of Sheffield, 2022).

Některé zdroje nehovoří přímo o výzkumech, ale hovoří o těžké situaci prvorodiček a podporují okolí a rodinu žen s novorozenci, aby se pandemické situaci přizpůsobili a prvorodiče pomáhali. Uprostřed pandemie rodina a přátelé prvorodiček hleděli hlavně na zdraví maminky a novorozence, nicméně i tak mohli maminkám pomáhat. Zahraniční zdroje doporučovaly poslat mamince jídlo, které je důležité pro její zdraví, a které si pravděpodobně při péči o své první dítě nestihá přichystat, případně se nejprve maminky zeptat, zda jí v domácnosti něco chybí.

Doporučována byla také společenská návštěva, ovšem vzdálená, tedy například v rouškách, nebo alespoň venkovní. Jako další tipy jsou uvedeny zajištění nákupu, poslání dárku jen tak pro radost, podpora maminky v péči o její duševní zdraví, a podobně (Motherly, 2020).

Vrátíme se ale zpět k provedeným výzkumům. Prvorodičky mají tedy některé obavy i potřeby vyplývající z jejich životní role, ale také potřeby vyplývající z jejich osobnosti a zkušeností. Příprava na porod může být v případě naplněných potřeb prvorodičky velmi radostná, vzrušující, ovšem pandemická opatření mnoho radostných očekávání zničila. Některé ženy musely porodit dítě bez přítomnosti partnera a nastávající rodiče také přišli o některé oslavy připomínající přechod k nové životní roli, jako například křtiny, návštěvy novorozence a další. Někteří autoři za největší problém označují nenaplnění potřeby bezpečí, kdy se mnoho žen v pandemii cítit bezpečně nemuselo a doplňují, že účinky prenatálního stresu mohou přetrvávat i celý život. Jeden z dalších výzkumů zahrnoval 641 těhotných žen v průběhu dubna až července roku 2020. Výzkum posuzoval dopady pandemie na sociální vazby, prenatální zdravotní péči i příjem a zaměstnanost prvorodičů. Jak ukazuje autorkou této práce upravená tabulka, hlavní výsledky se týkaly čtyř kategorií: duševního zdraví, celkového zdraví, zdraví souvisejícího s těhotenstvím a ekonomických dopadů (Morris a Saxbe, 2021).

Obrázek 4 – Pociťované změny nastávajících matek v průběhu pandemie



Zdroj: Vlastní zpracování autorky dle Morris a Saxbe, 2021.

Z tabulky lze vyčíst, že téměř 60 % matek pociťovalo nudu, kterou připisovalo především probíhající pandemii a ve více než 50 % také osamělost. Pouhým 5 % dotazovaných zemřel v průběhu těhotenství někdo blízký z rodiny kvůli koronavirové pandemii, i přesto více než 70 % matek vyjádřilo obavy o zdraví členů rodiny. Obavu z nákazy dokonce uvedlo více než 60 % dotazovaných těhotných žen. Téměř polovina žen pak kvůli probíhající pandemii omezila svá zdravotní těhotenská cvičení. Změnu porodního plánu kvůli pandemii provedla každá čtvrtá těhotná žena. Zhruba třetina žen uvedla, že kvůli pandemii minimálně jednu návštěvu v průběhu těhotenství realizovala pouze online na dálku, a 45 % uvedlo, že omezilo počty návštěv celkově. Pokles příjmu celé domácnosti z důvodu

pandemie potvrdila asi třetina žen. Uvedené změny se týkaly skutečně velkého podílu dotazovaných rodiček (Morris a Saxbe, 2021).

Jmenujeme zde také zahraniční odborný článek zaměřený na mateřství v době koronaviru a vliv pandemie na psychickou pohodu nastávajících žen i nových maminek. Cílem italského výzkumu bylo analyzovat psychickou pohodu žen v průběhu těhotenství i v prvních měsících po porodu, a to prostřednictvím online dotazníku. Dotazník vyplnilo 575 žen, které hodnotily svá očekávání, subjektivní zkušenosti s porodem i přítomnosti úzkostných poruch či dalších symptomů. Vyhodnocení dotazníku potvrdilo, že uvedené období bylo pro těhotné ženy zvláště náročné a stresující, a že špatné psychické rozpoložení mělo výrazně vyšší procento rodiček, než je průměr v běžné populaci rodiček dle odborné literatury. Zásadní byly některé zjištěné proměnné, jako nepřítomnost partnera u porodu. Přestože mezi různými studiemi existuje velká variabilita, zejména z důvodu volby různých výzkumných metod, obecně lze za prevalenci úzkostných stavů považovat 15 % těhotných žen a 10 % žen v prvních měsících po porodu. Uvedený výzkum ovšem ukázal, že u těhotných žen v průběhu pandemie byla prevalence úzkostných poruch podle závažnosti mezi 44 % a 64 %, u matek po porodu pak mezi 46 % a 58 % (Molgora, Accordini, 2020).

Z českých odborných článků lze jmenovat práci autorek Hřešánové a Hasmanové Marhánkové (2008, s. 87), které se věnovaly trendům v českém porodnictví a sociálním nerovnostem mezi rodičkami. Z textu vyplývá, že na přelomu tisíciletí docházelo ke komercionalizaci porodnic i poklesu porodnosti, s čímž souviselo i přehodnocení pohledu na rodičku jako na klientku. Zajímavým zjištěním výzkumu bylo, že sociální status rodičky má velký význam jak pro výslednou podobu porodu, tak i pro samotné představy žen a jejich očekávání ještě před porodem. Například rodičky s nižším sociálním statutem se podle výzkumu častěji klonily k přirozenému porodu a průběh porodu si neplánovaly tak často, jako rodičky s vyšším sociálním statutem. Z výzkumu také vyplynulo, že personál vybraných porodnic obecně dělil klientky na dvě hraniční skupiny, kdy jedna skupina prvorodiček často z vyšší sociální třídy přichází s přesně formulovaným přáním a porodním plánem, naopak ženy z nižších sociálních tříd plán častěji

nemají a dokonce si ani nevybírají porodnici podle kvality, záleží jim jen na nejbližší vzdálenosti (Hrešanová a Hasmanová Marhánková, 2008, s. 91, 93, 108).

Jeden z výzkumů zkoumal zdravotní gramotnost prvorodiček, konkrétně v prvním půlroce mateřství. Zajímavým zjištěním bylo, že mezi objemem zdravotní gramotnosti matky a zdravím dítěte nebyla prokázána žádná přímá úměra (Olecká, Ivanová, 2016).

Další výzkumy se věnovaly tématice porodního zážitku a jeho vlivu na ranou self-efficacy prvorodiček, tedy jejich vnímanou rodičovskou účinnost neboli sebeuplatnění. Takzvaná rodičovská účinnost, kterou vnitřně určitým způsobem vnímá každá prvorodička, se formuje již před porodem například osobní zkušeností s péčí o malé dítě, nebo přenesenou zkušeností díky svým rodičům, ale nadále ji ovlivňuje mimo jiné i porodní zážitek. Opora ze strany zdravotníků je pro matku skutečně zásadní. Nejvyšší self-efficacy, které může velmi pozitivně ovlivnit emoční pohodu rodičky, mají z obecného pohledu matky malých dětí, které jsou sice snadno rozrušitelné, ale také snadno utišitelné (Kodyšová, 2013).

3 PANDEMIE COVID-19 A PRVORODIČOVSTVÍ

3.1 Charakteristika pandemie v letech 2020 a 2021

Pandemie COVID-19 zasáhla zejména v letech 2020 a 2021 doslova celý svět a zasáhla mnoho lidských životů a ovlivnila i životy mnoha prvorodiček. První případy nákazy byly potvrzeny v Číně již koncem roku 2019, přičemž další případy se brzy objevovaly takřka po celém světě. K únoru 2021 již bylo zachyceno více než 113 milionů případů onemocnění (Adámková, 2021, s. 147).

Pandemie na počátku roku 2020 způsobila při svém příchodu šok, zastavila globální cestování, utlumila obchod, přinášela nejen smrt mnoha lidí, ale také strach z nákazy i strach nebo hněv z nařizovaných opatření. Strach z infekce změnil životy mnohých, ale také rozdělil společnost na dvě části. Jedna část cítila obrovský strach a vítala bezpečnostní opatření, druhá část bojovala proti opatřením a poukazovala na přílišnou medializaci a bagatelizovala dopady pandemie (Krustev, 2020, s. 10,13).

V médiích jsme mohli v roce 2020 zaznamenat hroživé scény přetížených zdravotníků, kolabujících lidí ve frontách, zahlcených krematorií. Takzvané pandemické vlny nákaz řešili politici uzavíráním hranic, restaurací, posléze i škol. Těhotných žen se dotýkaly nejen zákazy cestovat a omezovat styky s jinými lidmi, ale také například zákazem návštěv v porodnicích (Kubal, Gibiš, 2021, s. 11, 12).

V prostředí všudypřítomného strachu ovšem žily své životy také prvorodičky, které na obavu před nákazou reagovaly různě. Jisté je, že se neobávaly pouze o zdraví své, ale také o zdraví svých dosud nenarozených dětí.

3.2 Obavy prvorodiček

Již německý jezuitský učenec Athanasius Kircher v 17. století tvrdil, že v případě pandemie či morové nákazy jsou ohroženou skupinou hlavně ženy a děti. Za nejrizikovější skupinu pak označil právě těhotné ženy, a to proto, že v době těhotenství mají ve svém těle „největší hojnost škodlivých šťáv“, a díky tomu se

morem nakazí „stejně snadno jako se vznítí nafta“. Těhotné ženy jako vysoce rizikové skupiny pro nákazu označilo i mnoho dalších autorů a odborníků, jako český lékař Schamský a další (Černý, 2020, s. 142).

Také v současnosti převládají názory, že těhotné ženy patří k rizikovějším skupinám. Virová onemocnění, jako například chřipky, mají v graviditě obecně o něco těžší průběh, a dokonce je nelze v těhotenství označovat za bezpečné onemocnění. Například už jen samotná přítomnost vysokých teplot může zapříčinit předčasný porod a další komplikace. Některé studie dokonce po pandemiích chřipky hovořily o zvýšeném výskytu potratů nebo až dvojnásobném počtu prenatalních úmrtí. Na tom, že těhotné ženy jsou obecně v průběhu pandemií vystaveny vyššímu riziku onemocnění ve srovnání s netěhotnými, se shoduje více autorů. Chřipka jako taková nemůže být přímo spojována s vyšším výskytem potratů, ale na druhou stranu vysoké horečky riziko předčasného porodu skutečně zvyšují (Roztočil, 2020, s. 255).

Obavy z nákazy byly proto u mnohých prvorodiček do značné míry opodstatněné. Jedna z publikací dokonce nabídla kapitolu nazvanou „SARS-CoV-2 a covid-19 v těhotenství a laktaci“, kde je popsáno, že v odborné veřejnosti panovaly obavy o zdraví těhotných žen, ale i vývoj plodu, již od prvních záchytů viru. Autoři porovnali efekt onemocnění SARS-CoV a MERS-CoV na těhotenství, laktaci a plod, jak ukazuje níže přiložená tabulka (Adámková, 2021, s. 147).

Obrázek 5 – Porovnání vlivu onemocnění covid-19, SARS a MERS na těhotenství a plod

	covid-19	SARS	MERS
počet případů	55	17	12
Symptomy			
horečka (%)	84	100	58
kašel (%)	28	76	67
dyspnoe (%)	18	35	58
Komplikace matky			
mortalita (%)	0	18	25
nutnost mechanické ventilace (%)	2	35	41
Komplikace plodu			
potrat/mrtvorození (%)	2	25	18
FGR (%)	9	13	9
smrt novorozence (%)	2	0	9

Zdroj: (Adámková, 2021, s. 147).

Tabulka ukazuje, že z 55 případů došlo u 2 k potratu a u 2 ke smrti novorozence. Je ovšem diskutabilní, do jaké míry mělo na tyto komplikace vliv samotné onemocnění. Studie každopádně prokázaly, že průběh onemocnění je u těhotných žen převážně mírný, v některých případech i bezpříznakový. Nejčastějšími příznaky byly horečka, bolest v krku, bolest svalů nebo malátnost. Těhotné ženy jsou sice prokazatelně náchylnější k nákaze, ale samotné onemocnění může vést k závažnému průběhu zejména ve třetím trimestru. Dalšími faktory průběhu onemocnění jsou vyšší věk, chronická onemocnění, Body mass index (BMI) a mnohé další (Adámková, 2021, s. 148).

Obavy prvorodiček ale nemusely plynout pouze ze samotné nákazy. Pandemie a související opatření totiž působily negativně na psychiku, a to z důvodu nejistoty budoucnosti, existenčních problémů nebo obtížně předvídatelné celospolečenské situace. Stres během pandemie mohl způsobovat nejen pocity úzkosti, ale také problémy se spánkem nebo zhoršování chronických zdravotních problémů. Různé studie ukázaly, že pandemie psychiku mnoha lidí značně zatížila, ukazují se symptomy deprese, úzkostné poruchy. Studie organizace IDEA například ukázala, že zhoršené duševní zdraví zahrnující minimálně středně těžké

deprese či úzkosti vykazovalo asi 20 % dotazovaných. Více zasažené byly ženy, a to asi z 26 %. Ukázala se také provázanost duševního zdraví a ekonomických problémů (Zdravotnický deník, 2020).

Nikoliv samotná nákaza, ale zejména stres může mít na prvorodičky dlouhodobé a závažné účinky. Je prokázáno, že stres matky během těhotenství může ovlivnit vývoj plodu a směřovat určitým směrem i dlouhodobé zdraví matky i dítěte (USC University of Southern California, 2021).

Prvorodičky mají obecně obavy z toho, jak zvládnou svou novou životní roli. Pandemie navíc způsobila, že se prvorodičky obávaly o zdraví svých blízkých, mohla jim hrozit ztráta podnikání, a podobně.

3.3 Potřeby prvorodiček v době pandemie

Dopad pandemie na těhotné ženy a ženy při porodu i po něm nemusel být „pouze“ fyzický ve smyslu samotné nákazy, ale byl zejména psychický. Zpočátku byl velkým problémem nedostatek informací, což se snažily napravit jak různé portály vlády a ministerstev, tak zdravotnická zařízení. Fakultní nemocnice Ostrava například vydala informace pro těhotné ženy v době pandemie, které se týkaly očkování v těhotenství, vlivu onemocnění na plod, nebo péči o ženu v porodnici. V textu se uvádí, že v České republice neexistuje jednotný metodický pokyn, který by upravoval poskytování péče těhotným ženám s Covid-19. FN Ostrava nicméně v době vydání tohoto pokynu (k 5. 4. 2021) uváděla, že všechny ženy jsou při příjmu testovány. Pokud je výsledek testu negativní, žena má nárok na přítomnost partnera nebo jiné osoby jako doprovod, například dudy, přičemž doprovod se musí testu taktéž podrobit, a musí mít také negativní výsledek. Pokud by výsledek ženy na koronavirus byl pozitivní, péče jí poskytovaná by byla realizována v izolačním režimu, za použití ochranných pomůcek ze strany personálu. V uvedené době nemocnice také doporučovala kontakt kůže na kůži i v případě prokázaného onemocnění, ale se zakrytým nosem a ústy matky. Nemocnice také doporučuje v případě prokázaného onemocnění matky testování novorozence. Co je ovšem

poměrně velký zásah do plánů prvorodičky, v případě prokázané nemoci se nedoporučuje kojení novorozence (Fakultní nemocnice Ostrava, 2021).

Pro téma příběhů prvorodiček v době pandemie je ale vhodné podívat se také na méně oficiální zdroje a některá média, která efektivně dokreslují atmosféru pandemické doby. Například Metro (2020) uvedlo, že porody probíhají v rouškách, bez přítomnosti otců a matky podepisují revers. Nelehkou situaci vnímali jak odborníci, tak samotné prvorodičky i vícero dičky. Metro také přineslo příběh prvorodičky, která měla velké obavy, ale celou situaci zvládla díky psychické podpoře svých blízkých.

Vzhledem k tomu, že pandemie Covid-19 probíhala v posledních 2 letech, zmapování potřeb nebo problémů či příběhů prvorodiček v dané době ještě není zcela probádané. Závěrem lze říci, že narození dítěte je pro každou ženu velkou změnou, potencionálně stresující událostí a zkušeností, která může vést k různým formám úzkosti různé intenzity a délky trvání. Mnoho studií zdůrazňuje jako rizikové faktory zdravotní, psychologické nebo sociální aspekty a proměnné. Koronavirová pandemie i přijímaná opatření prokazatelně mnoho matek negativně ovlivnily, potencionálně také zvýšily pravděpodobnost vzniku úzkostných či depresivních příznaků (Molgora, Accordini, 2020).

Na závěr teoretické části práce představíme výsledky izraelské studie, která zkoumala změny doprovázející přechod k mateřství v souvislosti se stresem vyvolaným koronavirovou pandemií. Prvorodičky jsou označovány za zranitelnou populaci v době pandemie, přičemž samotný přechod k rodičovství vyžaduje zvládnutí mnoha různých dovedností a úkolů v krátkém čase. Pandemie tak může představovat spolu se zvládáním rodičovství jako nové role takzvanou dvojitou výzvu. Výzkumníci zkoumali u téměř 200 prvorodiček jejich problémy, potřeby nebo úzkosti. V první fázi v dubnu 2020 nejčastěji prvorodičky uváděly obavy z ekonomických škod, následně obavy z pobytu na veřejných místech a poté z docházení mezi další lidi na pravidelné lékařské prohlídky kojenců. Ve druhé fázi výzkumu v říjnu 2020 projevovaly prvorodičky největší obavy a úzkost z nakažení koronavirem. (Yaakov, Taubman-Ben-Ari, 2022).

V teoretické části byly představeny nejdůležitější pojmy, definovány byly potřeby prvorodiček a pozornost byla věnována také specifikům a negativním dopadům koronavirové pandemie. Ještě než bude pozornost přesunuta k empirické části, lze na závěr doplnit, že pandemie nemusela nutně přinést jen negativní dopady. Některé zdroje také hovořily o možnosti být sám se sebou o samotě, o možnosti zklidnění, přemýšlení nad svým životem a volby nové cesty a také o možnosti uvědomění si nových hodnot a možnosti více se věnovat vlastnímu duševnímu zdraví. Příběhy prvorodiček v době pandemie tedy přinese další část této práce, a to část empirická.

4 EMPIRICKÁ ČÁST

4.1 Metodologie výzkumného šetření

V této kapitole bude představen cíl výzkumu, budou stanoveny výzkumné otázky a představena použitá metodologie.

4.1.1 Cíl výzkumu

Cílem práce je zjistit potřeby prvorodiček v době pandemie a odhalit specifika v jejich prožívání. Uvedeného cíle je velmi důležité dosáhnout proto, že z něj bude možno vyvodit doporučení pro tvůrce politik, zdravotníky, ale i širší veřejnost, v případě dalších neočekávaných událostí, jako byla právě pandemie COVID-19.

Pro splnění cíle byly stanoveny **2 výzkumné otázky a jejich podotázky**:

4.1.2 Výzkumné otázky

Stanoveny byly 2 hlavní výzkumné otázky a celkem 6 výzkumných podotázek.

VO1: *V čem byl specifický průběh těhotenství prvorodiček v době pandemie?*

VO1a: *Jaký prvorodičky vnímaly vliv pandemie na svou psychiku?*

VO1b: *Jakým způsobem se prvorodičky chystaly na narození miminka?*

VO1c: *Jak prvorodičky ovlivnilo uzavření některých provozoven a zákaz shlukování?*

VO2: *V čem byl specifický porod, příprava na něj i doba po porodu?*

VO2a: *Jaký význam připisovaly prvorodičky v době pandemie porodnímu plánu?*

VO2b: *Čím byl pro prvorodičky specifický průběh porodu a doba strávená v porodnici?*

VO2c: *Jak vnímaly prvorodičky v době pandemie naplnění svých potřeb v těhotenství, při porodu i po něm?*

4.1.3 Metodika

Pro účely této práce byl zvolen kvalitativní výzkum provedený formou hloubkových rozhovorů. Kvalitativní výzkum byl zvolen proto, že podle Průchy (2014, s. 107) je výhodou možnost zkoumat jevy v přirozeném prostředí, a také možnost získat do zkoumaných jevů podrobnější vhled. Příprava výzkumu i jeho vyhodnocení je obtížnější, než u metod kvalitativních, ale mohou být odhaleny mnohem niternější procesy, hlubší souvislosti daného jevu. Hloubkové rozhovory dokážou zachytit data, která by byla kvantitativně jen těžko měřitelná.

Po volbě kvalitativního výzkumu bylo dále zvoleno jeho provedení formou polostrukturovaného rozhovoru, kdy bylo předem připraveno několik otázek, a ty byly dále doplňovány na základě vývoje rozhovoru s respondentem. Odborná literatura hovoří o výhodě polostrukturovaného rozhovoru jako možnosti respondenta být více spontánní, a možnosti nenásilným způsobem vést rozhovor s dotazovaným, reagovat na jeho emoce i rozpoložení nebo potřebu se u některého tématu více vyjádřit (Jedlička, Koťa, Slavík, 2018, s. 385).

Pro vyhodnocení dat byla zvolena **tematická analýza**, která je jednou ze základních metod kvalitativních výzkumů. Tato metoda zkoumá znaky, symboly, významy skryté pod povrchem. Tematická analýza činí skryté zjevnějším, což je její největší výhoda (Jandourek, 2008, s. 47).

Badatel by po přepsání rozhovorů měl v případě tematické analýzy rozhovory přepsat do textové podoby a analyzovat mnoha opakovaným čtením. Důležité je velmi detailně se s textovou podobou rozhovorů seznamovat a hledat skryté významy. Z textu následně badatel analyzuje kódy, tedy opakující se nebo pro dané téma významné vzorce, a ty následně třídí a tvoří témata. Neméně důležitý je následující krok, který zahrnuje porovnávání a kontrolu témat a k nim přiřazeným kódům. Posledním krokem je závěrečná analýza zahrnující vysvětlení témat (Chrastina, 2019, s. 203)

4.2 Reflexe vlastního předporozumění

Nejen při samotné přípravě a realizaci výzkumu, ale i při jeho vyhodnocení je důležité, aby výzkumník nebyl ovlivněn stereotypy, svými názory a hledisky, aby nedocházelo k ovlivňování výpovědí respondentů nebo podsouvání svých myšlenek. Důležitá je proto rešerše a zpracování teoretických informací o tématu, ale také snaha o co nejvyšší možnou objektivitu již při sestavování otázek pro respondenty.

Osobně jsem ve svém okolí viděla v koronavirové pandemii častěji smutek než štěstí, častěji znechucení a odpor k vládním opatřením, než pochopení a součinnost. Při přípravě výzkumu jsem se tedy snažila otázky sestavovat bez negativního zabarvení, bez podsouvání vlastních názorů. Objektivitu a určitou rovnováhu vnímám například v rámci položení otázek, co bylo na pandemii pro respondenty nejvíce negativní, ale také, co pro ně bylo nejvíce pozitivní. Při realizaci rozhovorů jsem se také snažila navodit příjemnou atmosféru a nechala jsem respondenty vybrat pro ně příjemné místo, kde se rozhovor uskuteční.

4.3 Příprava výzkumu

Po stanovení výzkumných otázek byly stanoveny **otázky pro rozhovor**, které zněly následovně:

- Vyprávějte mi, prosím o tom, jak probíhalo vaše těhotenství?
- Šlo o náhodné či plánované těhotenství?
- Chodila jste v těhotenství do práce?
- Zažila jste homeoffice? Jaké to pro Vás bylo?
- Kdy jste odešla na mateřskou dovolenou?
- Jak probíhalo Vaše těhotenství po fyzické a emocionální stránce?
- Kdo Vám byl v těhotenství největší oporou?
- S pandemií Covid-19 byl vyhlášen nouzový stav, který měl za následek mnohá omezení. Zákazy vstupu do sportovních a kulturních zařízení, zavřené

restaurace, kavárny, uzavření určitých obchodů. Jak tato omezení ovlivnila Vaše přípravy na příchod miminka? Co to pro Vás znamenalo? Jak jste tato omezení prožívala?

- Měla jste od porodu nějaká očekávání? Představy, porodní plán...
- Jak Vaše představy o porodu ovlivnila pandemie?
- Kdy a jak se děťátko narodilo?
- Když nebudu počítat porod samotný, ale jeho okolnosti. Cítila jste nějaké obavy? Pokud ano, souvisela s Vašimi obavami pandemie? Co pro Vás bylo nejhorší? Co/Kdo Vám pomáhalo se uklidnit?
- Jaké emoce se pojí s Vaším porodem? Jaký vliv měla pandemie na jejich prožívání?
- S jakými obtížemi, změnami, omezeními jste se po porodu setkala?
- Jak ovlivnila pandemie Vaše první dny s děťátkem v nemocnici?
- Jaké to bylo po příchodu domů?
- Jaké byly Vaše potřeby v poporodním období? Jaký vliv na jejich uspokojování měla pandemie?
- Pandemie omezila styky s rodinami, přáteli... Jak jste toto prožívala? Co pro Vás bylo nejhorší? Co Vám naopak pomáhalo? Co Vám dodávalo energii?
- Jako prvorodička jste byla ve zcela nové roli. Kde jste hledala informace ohledně péče o miminko? Co/Kdo pro Vás bylo zdrojem informací?
- Současné maminky jsou zvyklé využívat služeb různých mateřských/dětských center. Myslím tím např. zpívání, cvičení, vaničkování pro děti již v raném věku. Jak jste prožívala a jaký vliv na Vás mělo uzavření těchto služeb?
- Jak nyní prožíváte, že jste byla prvorodičkou v době pandemie?
- Co negativního byste vypíchla na tom, být prvorodičkou v období pandemie?
- Co pozitivního byste vypíchla na tom, být prvorodičkou v období pandemie?
- Jak vnímáte očkování proti Covid-19?
- Napadá Vás ještě něco důležitého k tématu, o čem jsme nehovořily a co byste ráda zmínila?
- Chtěla byste se na něco zeptat Vy?
- Sběr identifikačních údajů (věk, vzdělání, povolání, rodinný stav)

Pro rozhovor bylo záměrným účelovým výběrem osloveno celkem 6 respondentek – prvorodiček, které prožívaly své těhotenství i porod v době pandemie v České republice, tedy v letech 2020 a 2021. Všechny oslovené respondenty souhlasily s realizací rozhovoru, nejčastěji v kavárně nebo u nich doma. Respondenty jsem informovala o anonymním zpracování dat a také o nahrávání rozhovoru na diktafon.

4.4 Vyhodnocení výzkumu

Nahrané rozhovory z diktafonu jsem přepsala do textové podoby a následně opakovaným pročitáním postupně kódovala. Pro kódy s opakujícím se významem jsem vytvářela jim nadřazené kategorie – podtémata a postupně utvořila pro ně zastřešující témata. Rozhovory byly zpracovány metodou tematické analýzy. Pro lepší názornost jsou témata a podtémata k nim přiřazená přiložena v tabulce č. 2. Z vyhodnocení vyplynulo celkem 6 témat. Ještě před uvedením témat a podtémat je přiložena tabulka č. 1, která shrnuje charakteristiku respondentek, tedy věk, vzdělání, předchozí zaměstnání a partnerský vztah.

Tabulka 1 – Charakteristika respondentek

	VĚK	VZDĚLÁNÍ	ZAMĚSTNÁNÍ	PARTNERSKÝ VZTAH
Respondentka č. 1	28 let	VŠ	Pečovatelka v domě pro seniory	Manžel
Respondentka č. 2	29 let	VŠ	Personalistka v agentuře	Přítel
Respondentka č. 3	33 let	VŠ	Zdravotní sestra	Přítel
Respondentka č. 4	30 let	SŠ	Manažerka restaurace	Přítel
Respondentka č. 5	36 let	SŠ	Pracovnice na poště	Přítel
Respondentka č. 6	34 let	VŠ	Administrativní pracovnice	Manžel

Zdroj: (Vlastní zpracování autorky).

Výzkumu se zúčastnilo 6 respondentek prvorodiček, které žijí buď s manželem, nebo přítelem jako otcem dítěte. Jednalo se o ženy ve věku 28 až 36 let, se středoškolským nebo vysokoškolským vzděláním, s rozmanitými profesemi: pečovatelka o seniory, personalistka, zdravotní sestra, manažerka restaurace, pracovnice pošty a administrativní pracovnice.

Následuje tabulka č. 2, ve které jsou názorně seřazena podtémata pod jednotlivými tématy. Celkem 6 témat bylo na základě analýzy rozhovorů pojmenováno: Specifika a potřeby v průběhu těhotenství, Fyzické a psychické projevy, Příprava na porod, Specifika porodu a doby po něm, Pozitiva pandemie a Negativa pandemie.

Tabulka 2 – Témata a podtémata

Specifika a potřeby v průběhu těhotenství	Fyzické a psychické projevy	Příprava na porod	Specifika porodu a doby po něm	Pozitiva pandemie	Negativa pandemie
Výhody práce z domova	Nevolnost a další negativní projevy	Strach a nevědomost	Nemožnost doprovodu	Před porodem čas s blízkými	Nejistota
Potřeba blízké opory	Fyzicky „fit“	Stresující prostředí	Nedostatečná informovanost	Uvědomění si důležitých hodnot	Nedostatek sociálních kontaktů dítěte
Chybějící sociální kontakt	Přílišná hygiena	Omezení	Negativní zážitky z porodu	Utužení rodinných vztahů	Přetrvávající strach z kolektivu
	Strach z nákazy	Porodní plány nevýznamné	Potřeba pomoci blízkého	Zklidnění jednotlivců	Nenaplněná potřeba péče o sebe
			Příjemné vzpomínky spojeny s doprovodem a netestováním	Nakupování online	Nakupování online
			Obvyklé potřeby prvorodiček		Překážky v budování partnerského vztahu
			Strach z nákazy		Podrážděnost lidí
			Očkování		Strach šířený médii

Zdroj: (Vlastní zpracování autorky).

Následující podkapitoly přiblíží jednotlivá témata a související podtémata. Témat vzniklo 6 a k nim přiřazená podtémata jsou vždy znázorněna tučným písmem.

4.4.1 Téma Specifika a potřeby v průběhu těhotenství

V prvním podtématu **Výhody práce z domova** hovořily respondentky o práci z domova neboli o home office, která byla v jednu etapu pandemie vládou důrazně doporučena u těch zaměstnanců, u kterých to povaha jejich práce umožňovala. Práce z domova byla pro dobu pandemie velmi viditelným a specifickým aspektem, protože Česká republika obecně využívá home office téměř nejméně v rámci EU. V době pandemie ovšem počet zaměstnanců pracujících z domova výrazně vzrostl. Respondentky, které neměly možnost home office využít, pracovaly jen několik prvních měsíců v průběhu těhotenství, a ty respondentky, které mohly home office využít, ho přivítaly. Bylo to pro ně velmi pozitivní rozhodnutí. Respondentka č. 1 uvedla, že chodila do práce *„jenom do třetího nebo čtvrtého měsíce, protože jsem měla rizikovou práci. Já jsem dělala pečovatelku, takže jsem v domově pro seniory, takže jsem zvedala seniory hodně, jsem se tam potkávala s infekcemi hodně, takže jsem nastoupila na rizikový těhotenství v nějakém přelom třetího, čtvrtého měsíce. U nás by stejně homeoffice nebyl, protože pečovatelky ho nemívají. Šla jsem na rizikový těhotenství nějakým čtvrtým měsícem a na mateřskou jsem pak nastoupila jako na oficiální mateřskou normálně těch 6 týdnů před porodem“*. Respondentka č. 2, která home office využívala, uvedla, že *„to začalo, ten covid začal někdy v březnu a já jsem pak otěhotněla v září toho roku a tak nějak v průběhu dá se říct celého toho i před těhotenstvím i potom v těhotenství jsem, jako dá se říct z 80 %, pracovala na homeoffice. Mně to moc nevadilo teda upřímně. Mně, i když jsem nebyla těhotná, tak mně to docela vyhovovalo ta práce na homeoffice. Já jsem spíš takovej typ, kterej si pracuje radši sám na sebe, má na práci klid, což mi jako vyhovovalo. Jednou za čas dojít do kanceláře, tam si popovídat s kolegama, ale pak si tu práci udělat doma. Takže mi to ani nevadilo. Naopak vlastně první trimestr jsem všechny ty nevolnosti ututlala tím, že jsem byla doma a nikdo vlastně nevěděl, že jsem*

těhotná. Pak když jsem jim před Vánoce oznámila, že jsem těhotná, tak všichni byli paf z toho, že vlastně nic nevěděli, nic nepoznali. Protože jsme se vlastně neviděli“. Také respondentka č. 6 si možnost home office velmi chválila: „Dobrý, dobrý to bylo super, protože jsem si mohla kdykoliv odpočinout, že vlastně tenkrát ten homeoffice ve firmě nebyl ještě tolik rozšířený a byla jsem víceméně jediná u nás, co to tak měl. Spíš to bylo u mě zaměřené na tu práci, aby byla hotová, než na to, abych seděla od 8 do 4 u počítače. Takže jsem si po obědě třeba i mohla odpočinout, když už jsem měla větší to břicho. To bylo fajn. Dost mi to vyhovovalo, že jsem nemusela dojíždět každý den. Ono by to stejně ani nešlo, to bych si musela hledat jinou práci, kdyby mi firma nevyšla vstříc. Ty dva dny jsem v Praze byla s holkama, takže to jsme pak ten sociální kontakt dohnaly a pak zase jsem byla doma. To bylo docela dobrý. Pak se to teda změnilo, co začal ten covid. To se mi práce komplet přesunula na doma a do Prahy jsem už nedojížděla vůbec. Což mi fakt jako vyhovovalo, protože ten poslední trimestr, jak už člověk má to břicho, tak to dojíždění nebylo úplně dobrý, i manžel mě už nepouštěl za volant úplně rád. Takže to se dost hodilo a v tomhle to bylo super... V tomhle mi dost ta covidová doba ulehčila, že jsem nemusela dojíždět. No a vlastně v nějakým brigádovým režimu dělám pro firmu i co jsem teď na rodičovský, takže v tomhle ten covid mi pomohl. Že mi vlastně zůstala práce a nějaký ten příjem k mateřský a pak k rodičovský“. Lze ovšem dodat, že u těch profesí, kde home office nebyl možný, volily některé dotazované rizikové těhotenství a pracovní neschopnost právě z důvodu obavy z nakažení. Respondentka č. 3, která pracovala jako zdravotní sestra na urgentním příjmu uvedla, že „chodila jsem v těhotenství do práce, chodila jsem do nějakýho 4. měsíce a než vlastně jsme jakoby, jsme u gynekologa zjistili, že je všechno v pořádku. Pak to tak nějak teda vyšlo, že jsem do toho 4. měsíce chodila a pak jsem byla na rizikovým těhotenství, protože vlastně se zrovna rozjížděla další vlna toho covidu, takže jsem do toho nechtěla být v práci, protože nikdo nevěděl, co to může nebo nemůže způsobit, jestli to může nebo nemůže ublížit miminku. Takže jsem říkala, že to bude lepší, abych prostě byla doma“. Obecně respondentky, které měly možnost využít práci z domova, si tuto situaci velmi chválily. Dotazované, kterým práce z domova umožněna nebyla, byly častěji ve stresu. Psychicky náročné bylo období těhotenství v souvislosti s prací i pro respondentku č. 4, která v té době

zrovna zajišťovala vybavení a rozjezd nové restaurace: „*To jo, ale spíš psychicky než fyzicky. Tím, jak bylo kvůli koruně zavřeno, tak to tolik fyzicky náročný, nebylo, jak nebyli v restaurace hosti. Ale psychicky to bylo dost, protože právě ještě majitelka byla taková jako svérázná, takže mi volala klidně i třeba 50x denně kvůli tomu, co je třeba objednat, jestli už jsem sehnala lednice, udělala novou nápojovou lístek, tak to fakt bylo 50 hovorů den co den, řev a úplně to nešlo no... A do toho to dojíždění za přítelem, kdy jsem přes týden byla v Praze, za ním jsem jezdila jenom na víkendy, teď už pupík mi do toho roste... Když jsem ale dostala možnost tam otevřít tu novou restauraci, což pro mě byla možnost zkusit něco nového, tak jsem říkala, že ještě chvíli zůstanu no a pak už to vzhledem k těhotenství nešlo“.* Pouze jediná respondentka, která měla možnost home office, této možnosti nevyužila. Jednalo se o respondentku č. 5, která dle svého vyjádření doma zůstat nechtěla. Jedním z důvodů byla obava z propuštění: „*Já jsem třeba chodila i na noční, když bylo potřeba. Jak dělám na poště, tak stačí, že onemocní jeden a už je to někde znát. Prostě chyběli lidi a člověk do práce musel... To jsme měli v kanceláři, my jsme tam normálně seděly tři, a co přišel covid, tak tam mohla být jenom jedna a práce se nám tedy rozdělila na práci na domu, kdy byl člověk na emailu a na telefonu, přístupy do systému jsme měly udělaný vzdáleně, ale v té kanceláři na pevný lince vždycky jedna z nás musela sedět. Takže jsme se střídaly. Jedna moje kolegyně řekla, ať zůstanu rovnou doma úplně. Ať jsem celou dobu na homeoffice, když to bylo možné. Ale to já jsem nechtěla. To já potřebuju chodit někam, to já prostě neumím sedět doma. To pro mě byla hrozná představa. Že budu sedět těhotná sama doma zavřená... Ale hlavně, že jsem nepřišla o práci. To jsem se samozřejmě bála, jak to člověk kolem sebe slyšel, že lidi o práci přichází“.*

Další podtéma v prvním tématu bylo **Potřeba blízké opory**, které představuje potřebu prvorodiček mít někoho blízkého jak v průběhu těhotenství, tak u porodu. Jak uvedla respondentka č. 1, „*Porodní plán jsem neměla a očekávání... To je těžká otázka.... Asi ani ne. Já jsem jako jediný co, tak jsem věděla, že chci, aby byl se mnou u porodu manžel, a podle toho jsem vybírala porodnici, která takovou, která to umožňuje. Že jsem chtěla, aby se mnou byl úplně od začátku, že nechci, aby přijel až na porod, protože to mi nepřišlo tak podstatné. Chtěla jsem, aby se mnou hlavně byl, než k tomu porodu jako takovému dojde. A to je vlastně asi*

jediné moje očekávání, které jsem měla. Ano, to pro mě bylo to nejdůležitější, a to vlastně nevyšlo. Samozřejmě mě to hrozně mrzelo. Vůbec ho nepustili, vůbec ho nepustili. Já jsem byla ráda, že mu vůbec dovolili si pro nás přijet. Protože i to se tam řešilo, že by vlastně pro nás vůbec neměl jezdit ani do areálu porodnice“. Potřebu blízké opory potvrdila také respondentka č. 2, pro kterou byl největší oporou přítel, ale jmenovala i další osoby, které jí hlavně psychicky pomáhaly: *„Přítel určitě jednoznačně. Ten největší. On vlastně tou dobou jedinej věděl tak nějak o těch mých problémech. S ním jsem je nejčastěji řešila no. Pak vlastně postupně když jsem pak to začala víc řešit a začala jsem pak chodit na terapii, tak jsem byla schopná to říct kamarádce i mamce. Tomu svému nejbližšímu okolí. Takže tihle všichni vlastně pomáhali“.* Také pro respondentku č. 5 byl největší a velmi ceněnou oporou přítel: *„Tak to byl náš taťka, můj partner. Ten, jakmile zjistil, že jsem těhotná, tak okamžitě šel, koupil mi vitamíny a řekl „mámo jez“ a snažil se, abych měla všechno, co jsem potřebovala. Bylo to pro nás veliký překvapení a štěstí, tak jsme se oba moc těšili a teda jako ten covid on vnímal asi bych řekla hůř než já. On by mě nejradši, abych zůstala doma a nikam nechodila, abych někde něco nechytla, ale zná mě a ví, že prostě to já bych nemohla. To by mě zničilo. On se teda na miminko těšil tak, že se ani nemohl dočkat, on těch devět měsíců pro něj bylo dlouhejch. Byl zvědavěj, a o to víc, že to bylo tak nečekaný. A jak jsme vlastně zjistili, že budeme mít holčičku, tak o to víc byl netrpělivej“.* Jediná dotazovaná, která jednoznačně neurčila blízkou osobu, která jí byla oporou, byla respondentka č. 4. Ta ovšem také doplnila, že mnoho věcí si řeší sama a že neměla z reakcí blízkých příliš dobrý pocit. Potřebu blízké osoby, která by jí pomáhala, ale měla, jak vyplývalo z jejich reakcí: *„Skoro nikdo no... já právě jsem taková, že hodně věci dusím v sobě a když jsem se to třeba snažila řešit s mojí mamkou, tak ta zase na mě ,Prosim tě, si nějaká přecitlivělá, já byla taky těhotná a byla jsem v pohodě... ‘ takže to úplně nebyla opora v tu chvíli, a to přitom jindy je úplně skvělá. Tu si myslím, že korona taky hodně ovlivnila, že nikam nemohla, jak je všechno uzavřený. Ted’ ona je ještě starší, takže to všude jenom poslouchala. Mně třeba korona v tomhle neovlivnila, ale ovlivnila moje okolí, a to potom ovlivnilo mě. Že třeba přesně ta moje mamka, která by mi jindy byla oporou, tak sama byla podrážděná a říkala mi, že řeším blbosti, který ona nikdy neřešila. Takže největší oporou mi byla starší*

ségra. Ta má sama dvě děti. A je taková jako že mě vyslechla, mohla jsem jí říct svoje problémy a ona mě poslouchala. Ale jinak že bych vyloženě měla někoho, kdo by mě podržel... to ne. Přítel byl zlatej, ale je to chlap, takže byl úžasnej v tom, jak se o mě staral, že mi třeba masíroval nohy, záda... pomáhal mi, ale pak povídá ,jdeme s klukama na loď, jdeš s náma?' ... a já tady ležela bílá s hadrem na hlavě a povídám mu ,hádej...'“.

Dalším podtématem specifickým pro dobu těhotenství prvorodiček-respondentek je **Chybějící sociální kontakt**. Jak potvrdila respondentka č. 4, *„Štvalo mě, že když jsem na tom byla dobře a šlo to, tak bylo všude zavřeno a v létě, kdy konečně se to uvolnilo, a všichni začali žít, tak jsem já zas nebyla ve stavu, kdy bych někam mohla... protože to fakt byl max jeden dva dny v týdnu, kdy mi bylo celkem dobře, jinak to fakt bylo hrozný. Spíš co mi vadilo, tak to, že byly uzavřeny sportoviště, takže já třeba když jsem vlastně byla zvyklá cvičit, tak jsem chtěla chodit na nějaký to těhotenský cvičení, protože mi pohyb v těhotenství pomáhal, když mi bylo blbě... a to právě nebylo otevřený nic. Takže jsem začala ještě víc tloustnout, takže to na tu psychiku taky nebylo dobrý. Ale to cvičení to mi vadilo, protože doma sama já se nepřinutím, tak jsem jenom ležela... No a co teda, co jsme taky říkali... jsem byla zvyklá cestovat a říkali jsme si, že do toho třetího měsíce bysme chtěli ještě někam vyrazit a stihnout nějakou tu dovolenou, a to jsme vlastně taky nemohli...“.*

4.4.2 Téma Fyzické a psychické projevy

Z fyzických projevů v těhotenství dotazované zmiňovaly v podtématu **Nevolnost a další negativní projevy**, která je pro těhotenství příznačná. Jak uvádí respondentka č. 4, *„od prvního do devátýho měsíce mi bylo blbě... Návaly, pocity na zvracení... paradoxně do té doby, dokud jsem pracovala, tak bylo ještě relativně fajn, ale jak jsem pak byla tady, tak to bylo hrozná a ještě pak přes léto, takže já vlastně ty poslední 3 měsíce strávila s tím, že jsem tady ležela na gauči s mokrým hadrem na sobě nahá a chladila se, protože jsem nemohla nic, takže to fakt bylo hrozný“.* Respondentka č. 3 například uvedla, že *„mi zjistili tu cukrovku, že jsem teda musela jako úplně změnit životní styl. Vlastně držet v těhotenství dietu, to je*

strašný. Člověk má chutě, dal by si všechno možný, že jo, ale musela jsem se hodně omezit“.

Některé dotazované ale nevolností netrpěly a označovaly se jako **Fyzicky „fit“**, jak potvrzuje dotazovaná č. 2: *„Po fyzické bylo vlastně všechno v pořádku... Ani jsem nějak neotýkala, nepřibírala nějak extrémně, takže jsem byla jako fit vlastně až do poslední chvíle“.* Také respondentka č. 5 uvedla, že *„Po fyzický stránce jsem se cítila hodně dobře, nebýt vědomí toho pupečníku, tak mi vlastně nic nebylo a všechno bylo v pořádku“.*

Z psychických projevů byly zmíněny takové, které byly ve vyhodnocení zařazeny do podtéma **Přílišná hygiena**, což se týkalo jak hygieny rukou, tak hygieny prostředí, spojené s úzkostmi a obavami z nemoci. Respondentka č. 2 potvrdila, že nadměrnou hygienu rukou dodržovala poté, co její přítel dvakrát po sobě onemocněl koronavirem: *„Jak se rozjel ten covid, tak i můj přítel doma měl dvakrát po sobě covid. Takže jsem měla doma člověka s covidem, tak to mě tak nějak stresovalo. A tím vlastně se mi tak nák postupně rozjelo to, že jsem začala být až jako přehnaně náchylná ke všemu jako je mytí rukou, čištění povrchů a tak. A tak nějak to vlastně pokračovalo i potom porodu. Takže se mi postupně dostávalo do hlavy, že během toho těhotenství jsem prostě fakt nějak častěji jako když jsem šla do tý kanceláře a k doktorovi nebo do města, tak jsem si pořád dezinfikovala ruce, myla všechno a tak. Tak jsem si říkala, joo jsou to jenom hormony, všechno se uklidní po porodu a bude to dobrý, ale jak přišlo na svět to malý, tak to najednou postupně bylo ještě horší, že jsem tu přehnanou péči přenášela na to dítě, až vlastně jsem... nechala jsem tomu ještě šestinedělí, jestli si to jako nesedne“.* V případě respondentky č. 2 se ale psychické problémy stupňovaly, a dospěly až do té fáze, kdy bylo nutno navštěvovat psychologa: *No až pak jako s přítelem jsme usoudili, že takhle jako to dál nejde. Přítel je lékař, takže jako věděl, že to není normální, co se jako děje, že jsem fakt měla i takový úzkostný stavy z toho. Že mi bylo jako i fyzicky špatně, že jsem se dostávala do takových situací, že jsem jako nevěděla, jak se postarat o to dítě, takže pak jsem vlastně začala chodit i na terapie k psychologovi. To trvalo asi tak půl roku ta terapie a teď se dá říct, že už jsem jako se zase ustálila zpátky, že jsem jako schopná zase normálně fungovat“.* Přílišnou hygienu dodržovala také respondentka č. 6, která dle svých slov doručené balíčky

nechávala týden ve sklepe v „karanténě“ nebo mýdlem omývala jídlo koupené v obchodu: „Aby náhodou někde něco nechytíl a nepřinesl to domů. My jsme tady třeba bláznili stylem, jako že třeba ... Donesl třeba 4 tašky věci a my jsme to tady omejšvali prostě mýdlem třeba jako párky a takový věci. Protože byla maličká a vůbec jsme nevěděli, jak to s tím covidem je, co se bude dít, co by jí to mohlo udělat. A teď lidi strašili, že tady se ti to drží 14 dní a na tomhle povrchu to může zůstat týden a na plastech je to jiný než na něčem jiným. A to... takže jsme prostě nechtěli nic riskovat. No a pak vlastně když šel manžel do práce, když mu skončila ta dovolená, tak jakmile přišel z práce, tak nejdřív zapadnul do koupelny a celej se osprchoval, aby náhodou něco domů nezavlekl a teprve až potom šel za námi. Takže takhle jsme žili a tu hygienu posunuli trošku na jinej level než jsme byli zvyklí. Až by se tomu možná někdo smál, ale báli jsme se a nechtěli jsme nic podcenit, když nikdo nevěděl, co to je. Taky právě ty balíčky, když jsem něco objednávali, tak jsme je nechávali ležet týden ve sklepe v karanténě, abychom je nerozdělávali a kdyby na nich ten covid byl, tak abychom se třeba nenakazili takhle. No jako fakt šílený“.

U respondentky č. 2 pak přílišná hygiena vygradovala až do projevů obsedantně-kompulzivní poruchy: „Se mi postupně začalo vkrádat do tý hlavy to mytí rukou, až to vlastně vyústilo v podstatě by se to dalo diagnostikovat obsedantně-kompulzivní porucha. No, že jsem... pak se to vlastně přeneslo ze mě, kdy jsem jako extrémně myla sebe a doma psa pak ještě. Mám psa a nějakým způsobem se mnou žil předešlých 15 let, spal se mnou v posteli a já jsem se ho začala najednou z ničeho nic štítit a bát se, aby na nás náhodou nějakým způsobem něco nepřenesl, přitom pes je zdravěj, nic mu není, takže to postupně dost ovlivnilo. A jako když nad tím přemýšlím, tak jako to opravdu vzniklo tím těhotenstvím a tou situací v tom covidu. Kdy sem vlastně v prvním trimestru byla vlastně 3x po sobě v karanténě, takže já jsem v podstatě ke gynekologovi na tu první prohlídku šla někdy až v 10. tejdnu. A byla jsem vlastně doma zavřená s přítelem, takže to asi byl ten začátek toho. Ale nějak postupně se mi to do tý hlavy dostalo, a tak nějak to přerostlo. To, že jsem těhotná, jsem vlastně věděla jen z těhotenského testu, u lékaře jsem vůbec nebyla. S tím jsem to vlastně konzultovala jenom po telefonu a ten říkal, že jako pokud mi nic není, nekrvácím nebo nemám nějaký jako problémy fyzický, tak ještě počkáme. Pak přišla další karanténa, tak zase říkal, že počkáme, a tak to postupně šlo, kdy

jsem si říkala, že už to bylo jako na hraně, kdy už by mě musel pozvat na tu kontrolu, aby se vědělo, co a jak. Ale naštěstí bylo všechno v pořádku“. Respondentka navíc uvedla, že nikdy dříve se ani ve své rodině s takovou poruchou nesetkala, a je přesvědčená, že se nemoc projevila právě jako důsledek pandemie.

Strach šířený médii popisovaly všechny dotazované zvlášť, a specifický pak pro ně byl samotný strach z nákazy, který šířila nejen média, ale také jejich blízké okolí. **Strach z nákazy** je podtéma, které se objevovalo jak v tématu Specifika a potřeby v průběhu těhotenství, na příklad u respondentky č. 4: *„Říkala jsem si, ty bláho, co když to chytne, co když to pak chytne to miminko, já ho do týhle doby přivedu“*, tak v tématu Specifika porodu a doby po něm. Strach z nákazy vyjádřily postupně všechny respondentky. Také respondentka č. 5, která čekala na otěhotnění nejdéle a která si dle svých slov ani zprávami z médií nenechávala zkazit nadšení z miminka, vyjádřila určitou obavu: *„A pak až přišla podzimní vlna nebo zimní a to už bylo horší, to ty lidi začali víc umírat, ta situace se zhoršovala... no to bylo takový.. to nebylo úplně fajn období“*.

4.4.3 Téma Příprava na porod

V tématu Příprava na porod byly nejvíce patrné známky strachu u dotazovaných. První podtéma, tedy **Strach a nevědomost** spolu velmi úzce souvisí, protože nevědomost byla často tou, která strach způsobovala. Pod nevědomostí je myšlena situace, kdy respondentka nevěděla, co ji čeká, zda jí náhodou nevyjde pozitivní test, zda bude moci mít návštěvy nebo například zda v případě pozitivního testu na COVID-19 bude moci mít novorozence u sebe. Respondentka č. 1 uvedla: *„Hrozný. Hrozný, protože už jsem vlastně byla nastavená, že už jdu na operaci, že už půjdu na císaře a pak mi vlastně ten den, co jsem tam měla jít, řekli, že tam nejdu, a že pokud jim vyjdu pozitivně, tak že mi vezmou dítě, že mi ho vůbec nedaj, že si na něj vůbec ani nešáhnu. Že prostě jí musej dát do izolace, že mě daj do izolace, že dítě daj do izolace, že prostě budeme obě v nějaký uzavřený místnosti někde, kde k nám nebude chodit... jako kde maj nařízený minimální kontakt. Takže k nám obou přijdou jen opravdu v případě nouze. Takže to jsem řekla, že jako absolutně nechci, aby mně někde nechali novorozený dítě ležet někde v nějaký místnosti, takže jsem si*

vytelefonovala, že.... S tím dítětem bude moje maminka, která se o něj bude starat, což oni přijali poměrně v pohodě, protože to pro ně znamenalo méně práce... Řešila jsem to celý den od osmi ráno do devíti do večera. Přehazovali si mě hrozně mezi dětským a porodním a nevím čím vším, protože vlastně nikdo nic nevěděl. Protože se vlastně jako já jsem vlastně byla úplně první, kdo tam takhle rodil, neměli žádný opatření. Nevěděli, jak ty opatření mají udělat, nevěděli, jak to má vypadat, jak to má probíhat. Takže vlastně ještě den před porodem já jsem nevěděla, jak reálně to bude vypadat a jestli mě vůbec k tomu porodu vezmou. Protože to taky ještě nebylo jistý vlastně. Aaaaa takže to byl vlastně šílený stres a nevěděla jsem, na koho se mám obrátit, protože si mě fakt přepínkali, protože nikdo nic nevěděl. Takže takže hrozný. Strach související s nevědomostí uváděly v různých etapách těhotenství a porodu všechny dotazované.

Podtéma **Stresující prostředí** označuje do té doby pro prvorodičky neznámé stany, protiepidemické obleky zdravotníků, nebo minimální personální zajištění z důvodu obavy z nákazy, jak uvádí například respondentka č. 1: „Pak vlastně v den nástupu tam se mnou nemohl být manžel, takže v den nástupu jsem musela jít nějakým bočním vchodem, kdy mě fakt šoupli do takových, jak je ve filmech, když je někde radioaktivní odpad, tak tam jsou ty stany obrovský bílý, tak přesně tím jsem šla do toho jsem šla já. Do takovýhleho. Tam pro mě měli udělaný takovej stan obrovské bílej. Že jako přímo v tý porodnici takhle udělali, oblepili vlastně něco. Kde tam fakt jako ke mně chodili v těchle hábitech. A tam jsem čekala a nevěděla jsem, kdy půjdu родit, protože jsem vlastně musela být poslední na sále, protože ho po mně museli celý dezinfikovat a tak, takže jsem tam ležela od rána a čekala jsem, až odrodí všechny, co mají odrodit císařem. Aaaaa no pak vlastně mě převezli zase do takhle zajištěnýho poradního sálu, kde mi říkali, že tam je minimální personální zajištění, a právě mi neuděli ani fotku s dítětem, že tam nemají žádný ruce navíc, že tam prostě je naprostý minimum, který tam může být. No, takže to bylo velice stresující pro mě. Bylo to hrozný.“ Stresujícím prostředím byla obecně porodnice pro dotazované až do té doby, kdy jim bylo potvrzeno, že doprovod může být u porodu.

Podtéma **Porodní plány nevýznamné** znamená, že všechny dotazované porodním plánům nepřikládaly velkou důležitost. Respondentka č. 1 neměla žádný

porodní plán: „*Porodní plán jsem neměla a očekávání... To je těžká otázka.... Asi ani ne. Já jsem jako jediný co, tak jsem věděla, že chci, aby byl se mnou u porodu manžel a podle toho jsem vybírala porodnici, která takovou, která to umožňuje. Že jsem chtěla, aby se mnou byl úplně od začátku, že nechci, aby přijel až na porod, protože to mi nepřišlo tak podstatné. Chtěla jsem, aby se mnou hlavně byl, než k tomu porodu jako takovému dojde. A to je vlastně asi jediné moje očekávání, které jsem měla*“. Podobný názor měla také respondentka č. 2: „*Já se snažím si věci moc neplánovat a nepředstavovat, protože pak jsou vždycky jinak, než si je představuju. Tak jsem si to nijak ani neplánovala... Jediný co jsem chtěla, tak to byl partner u porodu*“. Porodnímu plánu nevěnovala pozornost ani respondentka č. 3: „*Porodní plán jsem neměla, můj gynekolog se mnou nic takového neprobíral, prostě nechtěl se mnou dělat žádný plán a ani žádný předporodní kurz jsem neměla, protože jak to bylo v té pandemii, tak prostě žádný předporodní kurzy neprobíhaly. Já jsem chtěla od nemocnice tady chodit na kurz a oni to nakonec zrušili, takže vlastně nebylo nic. Takže jsem se na to připravovala psychicky plus mínus, co mě čeká a jinak jsem vlastně neměla připraveného nic. Říkala jsem si děj se vůle boží*“.

Podtéma **Omezení** spojovaly prvorodičky nejčastěji s nemožností absolvovat předporodní kurzy. Shodly se na tom, že fyzická přítomnost na kurzech je lepší a online náhrada nemůže být plnohodnotná. Z toho důvodu se například na předporodní kurz, který původně plánovala, nakonec nepřihlásila ani respondentka č. 3: „*Jak to bylo v té pandemii, tak prostě žádný předporodní kurzy neprobíhaly. Já jsem chtěla od nemocnice tady chodit na kurz a oni to nakonec zrušili, takže vlastně nebylo nic. Takže jsem se na to připravovala psychicky plus mínus, co mě čeká a jinak jsem vlastně neměla připraveného nic. Říkala jsem si děj se vůle boží. Šlo jakoby online si něco objednat, ale to by bylo přes počítač, a to já jsem jako nechtěla. Já si myslím, že když už tak prostě, že je to fajn, aby u toho člověk byl osobně, aby si to zažil*“. Omezení ale zmiňovaly dotazované i například v souvislosti se zavřenými kavárnami, obchody nebo v souvislosti s možností navštěvovat některé provozovny pouze s platným očkováním proti koronaviru.

4.4.4 Téma Specifika porodu a doby po něm

Téma Specifika doby v porodnici obsahuje podtéma **Nemožnost doprovodu**, ať už se jednalo o partnery nebo jinou osobu. Respondentky, které nemohly mít v porodnici partnera jako doprovod, mají na porod velmi negativní vzpomínky. Ty dotazované, které doprovod mít mohly, ale všechny vyjádřily velké obavy před nástupem do porodnice, jako respondentka č. 4: „*A to jsem se třeba právě bála, že tam budu sama, teď vyčerpaná, bude mě to bolet a ten partner nebo ta známá tam nebude v tu chvíli, a že nebudu mít tu sílu tý sestřičce něco říct... protože jako fakt jsem slyšela takhle případy, že sestřička prohlásila „Co tady řvete, nejste první, co rodí!“ jo a v tu chvíli, když tam je ten Váš partner, tak si to nedovolí. Prostě ví, že tam máš někoho, kdo tam s tebou je, kdo ti pomůže, kdo tě ochrání, zastane se...“*. Nejen samotná přítomnost blízké osoby u porodu, ale také přítomnost partnera u některých vyšetření již v době těhotenství nebyla u některých dotazovaných povolena, což pro ně bylo zklamáním. Jak potvrdila respondentka č. 5, „*Taky jak byl covid, tak on se mnou nemohl na jedinou kontrolu k doktorovi, jak normálně tatínkové chodí. Já jsem se na to ptala ty moji doktorky, i pak v nemocnici a všude jsem se setkala s tím, že ne, že v tyhle době nechtějí, aby tam bylo víc lidí. Možná kdybych si na tom trvala víc, tak třeba by to šlo, ale zase já jsem takovej člověk, že nechci dělat nějaký potíže. Prostě jsem to tak brala, že to není dovolený a partner mohl aspoň vidět miminko na fotkách, který jsem dostala. Ani na tom velkým genetickým vyšetření, kam běžně jde s těhotnou manžel, děti, mamka... ani tam to nešlo, i tam jsem musela jít sama a dovnitř ho nepustili. To nás hodně mrzelo, že o to přišel“*. Skutečnost, že by tatínek dítěte nemohl být u porodu, byla stresující pro všechny respondentky. Jak uvedla respondentka č. 5, když zjistili, že partner bude moci být přítomný alespoň před sálem, ulevilo se jí: „*Řekli nám, že bude moci počkat před sálem, než se malá narodí, a to nám stačilo. I to vlastně byla celkem úleva, že jsem tyhle věci nemusela řešit“*. Respondentka č. 6 také vyjadřovala obavy nad možností, že by nemohla mít partnera u porodu: „*To jsme se oba báli, že manžel se mnou u porodu nebude moci být. Protože to vlastně na nějakou dobu zakázali a tatínky k porodům vůbec nepouštěli. Tak u toho byla velká nejistota. Něco, co člověk bral jako samozřejmost, tak najednou bylo hodně nejistý a krom toho, že se*

člověk samozřejmě bál porodu, tak ještě mi šly hlavou myšlenky, že co když tam na to budu úplně sama“.

Podtéma **Nedostatečná informovanost** pramení ze zkušeností a pocitů dotazovaných, které požadovaly více informací, ale zdravotníky jim sděleny nebyly. Respondentka č. 1, která rodila s COIVD-19 onemocněním, uvedla, že *„to byly hrozný chvíle. Jako snad asi nejhorší, jak jsem nic nevěděla. Nikdo nic nevěděl. Nemít tam s malou tu mojí mamku... jako to si nedokážu představit... To, že mi jí vzali a že mě absolutně neinformovali o ničem, neměla jsem vůbec žádný informace, nevěděla jsem vůbec nic. Jako kdybych tam neměla tu mojí mamku, tak jsem úplně ztracená. Lékařům to bylo úplně jedno, že nejsem o ničem informovaná. Kdyby tam nebyla moje mamka, tak si to vůbec nedokážu představit“.* Nedostatečná informovanost představovala jak obecně kritiku vlády, jejíž opatření byla mnohdy nejednoznačná a často se měnila, tak i kritiku nemocnic, které v některých případech nevěděly, jak si opatření vlády správně vyložit.

Podtéma **Negativní zážitky z porodu** jsou spojeny právě s probíhající pandemií, které dotazované připisují zásadní vliv na jejich špatně probíhající porod a dobu poporodní. Respondentka č. 1 uvedla: *„Nemít koronavirus, tak to si myslím, že by bylo všechno úplně jinak. Pandemie a to, že jsem chytla koronu, to všechno obrovsky ovlivnilo. Obrovské a negativní vliv na všechno, na celý porod“.* Jako negativní zážitky z porodu můžeme chápat také nepříjemný personál, neboť jak uvádí respondentka č. 4, *„Korona neovlivnila ani tak mě, ale ty lidi kolem a zase nepřímo... že třeba ty sestřičky v tý porodnici byly unavený, naštvanej, vyčerpaný... Tím pádem pak zase byly kolikrát nepříjemnější na nás“.* Negativní zážitky z porodu byly také ovlivněny nespokojeností s poporodní péčí u některých dotazovaných, a tato péče byla připisována právě pandemii a souvisejícím opatřením. Jak uvedla respondentka č. 1, *„Nechali mi svorky v břiše a pustili mě domů. No tak ale byla jsem moc ráda, že už jsem doma, ale byla jsem nervózní z těch svorek, protože... jsme se ani nedomluvili na termínu vyndání... a oni mi vlastně řekli, že mi možná ty svorky vypadnou, že možná mi vypadají samy... Říkala jsem mu, že už to jako začíná bolet, že mi to začíná natékat. Bylo to prostě citlivý ... nemůžete k nám do nemocnice, protože bysme zase museli mít spoustu opatření, takže nám tam musíte jít nějakým bočním vchodem a jít tam někam do sklepa nebo*

já nevím do nějaký speciální místnosti a tam prostě teďka nemůžete... Péče po porodu nebyla vůbec žádná, absolutně nulová a bylo to Podolí, takže nejvyhlášenější porodnice. Tam jsem šla právě kvůli tomu, že poskytuje nejlepší zdravotní péči. A takhle to dopadlo“.

Potřebu pomoci blízkého jako další podtéma potvrdily všechny respondentky. Nejčastěji byl jmenován partner/manžel nebo maminka. Respondentka č. 1 uvedla, že: *„Mamka vlastně s námi jela k nám domů a pomáhala mi ty první dny doma, který bych kdyby byla normální situace a nebyla pandemie, který bych byla v porodnici. Takhle vlastně protože po tom císaři jsem se těch prvních 24 hodin nesměla ani hnout, ani zvednout hlavu nic. Dalších 24 hodin jsem se učila chodit a rozhýbávala se a pak už jsem šla domů. To by normálně nebylo. Já jsem ty první dny nebyla vůbec schopná dítě pořádně zvednout, protože prostě mi to ještě nedovolilo to břicho. I jak jsem v něm měla ty svorky, tak se mi břicho hodně napínalo, bolelo to. Takže mi mamka pomáhala s tím, že mi jí vždycky podala a já jsem jenom seděla nebo ležela, dávala jsem si malou k prsu a vlastně o zbytek se starala moje mamka s manželem. Malou přebalovali, koupali, převlíkali... nic z toho jsem já nedělala, protože jsem toho nebyla schopná“.* V některých případech respondentky uváděly, že se mohly obracet také na pediatra, například respondentka č. 1: *„Pediatr, tomu jsem mohla zavolat prakticky kdykoliv s čímkoliv. Věděl o tý koruně, jak mi vyšly testy a že nás s malou kvůli tomu propustili z porodnice takhle strašně předčasně. Tak tomu jsem... na toho jsem se mohla kdykoliv obrátit“.* Většina respondentek sice uvedla, že nejvíce se spoléhala na partnera/manžela, respondentka č. 3 dokonce uvedla tchýni: *„Úplně nejvíc teda musím říct, že tchýně. Samozřejmě pomáhal můj partner i maminka. Ale tchýně je dětská sestra, takže ta byla v tomhle úplně super. A je pravda, že jsem jí volala ve dne v noci. Ona byla chudák na telefonu pořád prostě a kdykoliv cokoliv, protože bydlí o ulici od nás, takže prostě byla za minutu u nás, když jsem cokoliv potřebovala. Ačkoliv samozřejmě ženský jsou zastánci kojení, tak ona přišla, řekla mi ať se vzpamatuju, že prostě tak kojit nebudu, že prostě holt dostane flašku, že je to lepší, aby se napapal, než abychom se oba trápili a byli vyřízený. Tak jsem to utla a od té doby to bylo mnohem lepší. Jsem se srovnala, dala jsem se psychicky víc do pohody“.* Potřeba pomoci blízkého se týkala mnoha blízkých osob, maminek,

manželů a partnerů nebo lékařů, a týkala se také mnoha témat od péče o miminko, jeho kvalitní spánek, zdraví, až po kojení a další.

Další podtéma bylo označeno jako **Příjemné vzpomínky spojeny s doprovodem a netestováním**. Je velmi diskutabilní, do jaké míry způsobilo netestování prvorodiček v porodnici a možnost mít doprovod spokojenost s průběhem porodu. Jisté ovšem je, že prvorodičky, které doprovod mít nemohly, potvrzují negativní vzpomínky na porod a dobu strávenou po porodu v nemocnici, kdežto dotazované s doprovodem u porodu o něm hovoří jednoznačně pozitivněji. Například respondentka č. 2, jejíž přítel byl u porodu, má na porod příjemné vzpomínky: *„Vůbec mě ani netestovali, když jsem přišla do nemocnice, ani potom, ani antigen mi nedělali. Ptali se mě, jestli jsem měla covid a jestli náhodou nejsem v karanténě a to bylo všechno. Nic víc nechtěli. A roušku jsem vlastně měla, ale jenom při příjmu. Určitě po celou tu dobu porodu, kdy jsem byla na tom pokoji, tak to vůbec jsem roušku mít nemusela. Já pořád říkám, že porod byl takovej, že mě rozhodně neodradil o toho mít druhé dítě. Mám na něj dobrý vzpomínky a jako fakt si myslím, že to bylo všechno jako dobře“*. Příjemné vzpomínky na porod spojuje s možností doprovodu partnera také respondentka č. 4: *„No to, jak jsem si přála přítele u porodu, tak toho jedinýho jsem se vlastně strašně bála, že kdyby nedej Bože zase teda zavedli ty opatření, že by tam nebyl. Z toho jsem měla až skoro takovej panickéj strach, že bych tam na to byla sama. Ale díky Bohu to rozvolnili, a i na začátku toho října, kdy jsem rodila, to bylo dobrý, takže tam mohl. A i díky tomu, že mě rodila ta známá, tak jsme nemuseli mít ani roušky, ani já ani přítel. Ani ho vlastně netestovali, ani mě netestovali“*.

Podtéma **Obvyklé potřeby prvorodiček** označuje potřeby, které z různých průzkumů a odborné literatury zmíněné v teoretické části práce vyplývají, ať už se jedná o prvorodičky v pandemii nebo mimo ni. Jedná se například o potřebu spánku, kojení, péče o dítě, potřebu pomoci a další. Tyto potřeby názorně shrnula respondentka č. 3: *„Hlavně potřebu spánku... Nee, byla jsem hladová, nevyspalá, byla jsem strašně vynervovaná, protože jsem se nemohla pořádně rozkojit a malej hodně plakal. Malej vlastně furt plakal první tři měsíce jenom plakal. V noci plakal, přes den plakal a hlavně jsem teda byla v nervech, protože se nechtěl rozpít, takže se celý dny točily furt jenom kolem kojení, kolem toho, aby se chytnul bradavky, a*

že nechtěl a... to jsem byla z toho strašně vystresovaná... Ty první dny doma jsem byla fakt hrozně vystresovaná“. K obvyklým potřebám je řazena také výpověď respondentky č. 4, která uvedla, že brzy po porodu a po příchodu domů se v jejich domácnosti střídaly návštěvy rodinných příslušníků, kteří prvorodičce radí, ačkoliv o to nestojí a uvítala by spíše klid: *„Každý se mi snažil dát nějakou skvělou radu, kterou už jsem dávno zkusila, věděla jsem, že to nefunguje a všichni ti to stejně cpou a radí dál. A to mě začalo stresovat, protože jak blinkala, tak nepřibírala, a u dětský doktorky mi řekli, že když nebude přibírat, tak budeme muset do nemocnice zase zpátky. Takže to mi taky nepřidalo“.*

Další podtéma bylo označeno výstižně jako **Strach z nákazy**. Z rozhovorů vyplynulo, že respondentky se bály nákazy nejen v průběhu těhotenství a před porodem, ale také v době po porodu. Obavy z nákazy sebe sama, ale i nákazy dítěte vyjadřovaly v určité podobě všechny dotazované, a ovlivnilo je to i v rozhodování někam jet nebo jít do větší skupinky dětí či osob. Respondentka č. 4 názorně své obavy z nákazy dítěte shrnuje tak, že si výlet ani neužila a místo aby si cestu s dítětem užily, měla špatné svědomí: *„A navíc jsem byla ještě taková trošku paranoidní, že co když to někde malá chytne ve vlaku nebo v metru, takže jsem jí měla přikrytou tou pláštěnkou proti dešti, jako že jsem si říkala, že ji aspoň takhle ochráním, aby na ní nikdo neprskal. Takže to jsem si taky úplně neužila na to, jak jsem se po tý době, co jsem tam nebyla, do Prahy těšila. Tak jsem spíš byla celou dobu vystrašená, aby na ní nikdo neprsk, aby na ní nikdo moc nešahal, nepusinkoval... Jo, toho jsem se bála nejvíc a ještě jsem měla takový to krycí svědomí, že by mohla něco chytit a kvůli mně, že já jsem si nemohla odpustit tu návštěvu tý Prahy. Že vlastně kvůli tomu že já, nutně potřebuju jet za kamarádama, tak že by to ona nějak odnesla“.* Více respondentek vyjadřovalo spíše obavy z nákazy u novorozence, než u dospělého, tak jako respondentka č. 6: *„Tou dobou, když se malá narodila, tak to tu bylo teprve pár měsíců a nikdo nevěděl, co to je za nemoc, jaký bude mít následky. Jak rychlý to bude, jak vážný to bude a najednou jsme do toho měli maličký miminko, který jsme se báli, aby hned něco nechytla. O sebe jsem se celkově ani moc nebála, to jsme si říkali, že jako dospělý bysme to určitě zvládli, ale to maličký tělíčko, který nemá žádnou imunitu, není nijak chráněný. To jsme měli oba dost strach, aby to náhodou nechytla. Nikdo vlastně*

nebyl schopnej nám říct něco konkrétního, takže to byla i velká nejistota, která s tou celou pandemií přišla“.

Podtéma **Očkování** ukazuje, že očkování bylo pro všechny dotazované důležitou součástí jejich prožívání, ale na výhodách nebo nevýhodách očkování se respondentky neshodly. Zatímco některé respondentky očkování chápaly jako vhodnou cestu vrátit se k normálnímu životu a zachovat si zdraví, jiné očkování chápaly jako nesmyslné vládní nařízení s vědecky nepotvrzenými účinky. Respondentka č. 2 chápala očkování spíše jako pomoc: *„Jo, jsem očkováná, vlastně všechny tři dávky jsem absolvovala. Někdo jsem po šestinedělí vlastně hned jsem šla na očkování. Ptala jsem se na to vícero doktorů... pediatra, gynekologa, i právě ten můj přítel, co je internista, tak všichni mi řekli, že tam jako není víc mín rizik nebo že to nějak ohrozí to dítě. Naopak že přes to kojení by se mohly i nějaký látky dostat k tomu dítěti, takže jsem do toho očkování šla“.* Respondentka č. 3 chápala očkování spíše jako nutné zlo: *„Což to já teda jsem byla proti, ale je pravda, že já jsem byla proti i dost dlouhou dobu, že jsem se tomu jakoby bránila a nechtěla jsem. Nemám nic proti zavedeným očkování, ale tohleto byla, můj názor, spatlanina, která byla vyvinutá během pár měsíců a nikdo ani pořádně nevěděl, co v tom je, takže jsem to do sebe jako úplně nechtěla cpát. Bohužel ta doba donutila nás k tomu... Ale nepřineslo mi to popravdě nic dobrého. Protože krom toho, že mi teda po tom očkování bylo špatně, tak se mi po něm strašně rozjel ekzém. No a mam to teda i jako potvrzený od doktorky, že je to teda fakt po tom očkování. A vím to od víc lidí, že prostě to očkování rozjelo víc onemocnění u některých lidí. Takže s tím jsem měla a mám docela problém“.* Respondentka č. 6, která očkována není a nechce být, se obává negativních vlivů očkování na zdraví: *„My nejsme ani jeden očkováný a nechceme teda hlavně z toho důvodu, že plánujeme druhý dítě a o tom nejsme teda vůbec přesvědčený, že vědí, co to třeba udělá s plodností... svým způsobem máme po tom všem takovej pocit, že nejsme úplně jako štítkáři, i když jako nic hrozného se nám neděje, ale když už by se něco mohlo podělat, tak asi by se mohlo nám, takže jsme nechtěli. Já teda jsem o očkování vůbec nepřemýšlela a manžel nechce teda minimálně do doby, než se nám povede to druhý dítě. Tak se holt omezíme na nějakých věcech. A tím, že jsme stejně jako do těch hospod nikdy moc nechodili, nebyli jsme zvyklí na to, tak nám to ani nijak extra nechybělo, dovolenou s malou*

jsme taky v zahraničí nikde neplánovali, tak čekáme, co to přinese, a to očkování nějak zatím neřešíme. Nejsme teda vyloženě odpůrci očkování, třeba u našich rodičů nám to dává smysl, ale v naší situaci nám to přišlo zbytečný“.

4.4.5 Téma Pozitiva pandemie

Jako pozitivní aspekt pandemie bylo vytvořeno podtéma **Před porodem čas s blízkými**, kdy několika dotazovaným vyhovovalo, že právě kvůli pandemii mohly strávit více času doma se svými blízkými, například respondentka č. 1 s manželem: *„To, že se mnou mohl být doma manžel ještě před porodem, protože taky měl koronu a měl to placený jako neschopenku. To bylo hezký. Byli jsme jako rodina pohromadě, i když v karanténě a ve dvou místnostech a fakt nám to lezlo na mozek, ale to mě vlastně přišlo docela fajn, že si nemusel plácet dovolenou na to, aby byl se mnou před tím porodem. Ale jinak mě asi nic nenapadá“.* Další respondentky ale hovořily i o více stráveném času s rodiči a rodinami, a právě proto, že byly zavřené restaurace a obchody a nesmělo se cestovat, strávily i více času na procházkách, v přírodě s blízkými.

Další pozitivum na pandemii vidí dotazované jako podtéma: **Lidé si více váží důležitých hodnot**. Respondentka č. 2 uvedla, že *„To bylo takový klidnější ta doba... Tak, že se ten život zpomalil. Že si lidi začali víc vážit toho zdraví a toho, co je opravdu důležitý a přestali vymýšlet kraviny. Takže nějak si mohl člověk užít to být spolu“.* Respondentka č. 4 potvrdila, že si také více váží života a také si více užívá volné a hezké chvíle: *„A mnohem víc si vážím toho, že konečně někam teď můžu. Fakt si jako užívám to, že prostě vezmu malou do kočárku a jdem si tady sednou do pražírny na kafe. A užívám si to, že můžu někam vyrazit a nemusím jenom sedět doma. Před koronou to byla samozřejmost, kterou jsem si vlastně vůbec neuvědomovala, to až teď... „.* Nejčastěji byla zmiňována hodnota zdraví, jak potvrdila například respondentka č. 6, podle ní jsou lidé opatrnější, a když jsou nemocní, častěji ruší schůzky. Co se týká zdraví, jsou podle ní ostatní ve společnosti zodpovědnější, než jak tomu bylo před pandemií: *„No přijde mi, že ta pandemie celkově ovlivnila vztahy, že se lidi míň jako chtějí vídat, že jsou víc opatrný. A že třeba i teďka, co se jako týká kamarádek s dětma nebo i nás, že se víc jako držíme*

zpátky, když to dítě třeba vidíš, že na něj něco leze nebo to. Třeba se ségrou jsme domluvený, že si to jako řeknem a každá si to zhodnotí, že jí třeba vadí, že by její dítě mohlo od toho našeho třeba chytit rýmu nebo kašel a prostě tak. Ale že třeba se mi nechce, když jako vím, že ona je třeba trošku nachcíplá, tak prostě nevím, co to má v týdle době. Takovou nejistotu to přidalo, tak prostě třeba sraz s kamarádkou v takový situaci prostě zruším, protože prostě nechci jako mít tu zodpovědnost za to, že by třeba něco chytila“.

Kromě toho, že si lidé začali více vážit zdraví a dalších hodnot, bylo také zmíněno, že se **Utížily rodinné vztahy**. Respondentka č. 3 zlepšování rodinných vztahů také vnímala: „*Já si myslím, že máme v rodině hodně dobrý vztahy, ale myslím si, že nás to jako ještě víc semklo. Že prostě jsme o sebe měli větší péči... a možná jsme se, i když bych to možná neměla říkat, možná jsme se ještě o to víc s rodinou scházeli. Že jsme spolu trávili ten čas. Že jsme opravdu vymýšleli nějaký to grilování společný nebo jsme jeli společně na výlet nebo na chatu jo... řekla bych, že možná jsme trávili ještě víc času spolu. Protože spousta lidí z rodiny třeba nemohli chodit do práce a najednou toho času bylo víc prostě. Tak to asi bych viděla jako takový pozitivní na tý celý pandemii“.*

Respondentka č. 4 potvrdila, že „*Jako zase musím říct, že mě to určitě stmelilo s mojí rodinou. Jak se vlastně nikam nemohlo, tak jsme se začali víc navštěvovat. Takhle často jako teď v tý koruně jsme se nikdy nevidali, a to je fajn, za to jsem ráda“.*

Respondentka č. 5 k utužení rodinných vztahů doplnila, že pozorovala větší zájem ze strany blízkých i to, že měli s partnerem na sebe více času.

Podtéma **Zklidnění** potvrzuje například respondentka č. 4: „*Předtím jsem byla taková rozlitaná a věřím tomu, že kdyby nebyla ta korona a já byla těhotná, tak že bych furt měla takový ty tendence, že mi něco utíká, a že ještě někam musím, že musím ještě něco stihnout... Takhle jsem se díky tomu vyklidnila, nemusela jsem nic, nic mi neuteklo, o nic jsem nepřišla, takže to vnímám za sebe jako pozitivní na tý době“.*

Také respondentka č. 5 potvrdila, že pozorovala určité zklidnění: „*Možná to bylo všechno takový klidnější, míň hektický. Člověk se nemusel nikam honit... Tak to na tom bylo dobrý a jestli víc užívala“.*

Klid potvrdila také respondentka č. 6: „*Konečně jsme byli rodina, byli jsme tři a i manžel si stejně jako já užíval, že jsme byli spolu jen my a nemuseli jsme nikoho řešit. Tím, jak žijeme takřka na*

vesnici, tak jsme chodili s kočárkem ven na procházky do lesa, do přírody... máme psa, takže jsme fakt trávili ten čas spolu venku“. Zklidnění tedy znamenalo jak zklidnění vlastní osoby, větší si užívání příjemných chvil, tak i zklidnění v rámci rodiny.

Podtéma **Nákupy pouze online** je jako jediné respondentkami řazeno jak mezi pozitiva, tak mezi negativa pandemie. Některé dotazované byly s online nakupováním spokojené a uzavření obchodů jim nevadilo, jiné dotazované by se raději na výbavu pro miminko podívaly před nákupem osobně. Skutečnost, že nakupování online spojené s uzavřením obchodů chápou dotazované v pozitivním i negativním pohledu, velmi názorně charakterizuje výpověď respondentky č. 2, která sama v jedné z odpovědí hovoří jak o negativním, tak současně pozitivním vnímání této situace a do jisté míry si i protiřečí: *„Všechno online, na internetu od kočárku, sedačky, přes všechno oblečení. Jo tak vadilo mi, že se nemůžu na to podívat do těch obchodů. Někde nám to pak jako dovolovali. Třeba jako jít se podívat na kočárek, ale jenom tak, že když si vybereme dva konkrétní typy, tak že nám je tam přivezou ven ukázat a tak. Ale nakonec vlastně v dnešní době jsem si říkala, že to je úplně zbytečný. Že mi to vlastně ten nákup online i ušetřil čas. Protože já jsem si našla všechny recenze na internetu, podle toho jsem vybrala, objednala, za tejdén to přišlo a bylo. Takže to vlastně ve finále ani neberu jako nevýhodu, že byly obchody uzavřeny“.* Například pro respondentku č. 3 bylo ale omezení na online nákupy jednoznačně negativní: *„Spoustu věcí, co jsem pořizovala do výbavičky, tak jsem si nemohla sama osahat v krámě, nemohla jsem si nic vybrat, protože spousta krámů byla zavřená, takže jsem objednávala nebo s partnerem jsme objednávali věci prostě z internetu. Na internetu je samozřejmě velkej výběr, ale spoustu věcí si chce člověk vybrat sám, osahat a v tom to bylo jako veliký omezení... Prostě všechno v tomhle to bylo blbý no. Musel člověk všechno přes internet prostě. Takže v tom nakupování to pro mě bylo dost omezující. Byla jsem naštvaná, byla jsem z toho taková mrzutá, protože jsem se na to těšila... Chtěla jsem si to užít, jít po těch krámech a všechno si prostě vybrat to hezký a tak jsem z toho byla taková smutná. Ne že bych to teda jako obřečela, to ne, ale mrzelo mě to“.* Naopak respondentka č. 5 se zase vyjadřovala jen v pozitivním pohledu: *„Když byly obchody zavřené a nedaly se žádný věci pro děti koupit, tak pro mě to byla i*

celkem úleva, protože jsem ty věci nemusela v tu chvíli řešit. Tak mi to ani vlastně moc nevadilo a čekala jsem, jak to bude nebo nebude. A kdyžtak jsem plánovala, že to nakoupím na internetu. To, co jako potřebuju. Spoustu věcí jsem dostala od mojí ségry nebo od kamarádky po dětech a to, co bych jakoby potřebovala, tak jsem fakt plánovala kdyžtak potom na internetu. Ten jsem měla v záloze. Ale oni se ty obchody pak nakonec otevřely. Takže jsem si to mohla ošahat, prohlídnout. To nakonec dobře vyšlo. Já jako nejsem člověk, kterej potřebuje mít všechno hned, takže mi ani to čekání co a jak bude nebo nebude ani nevadilo. Jediný, co vlastně jsem koupila přes internet, byl kočárek. Ten jsem měla fyzicky vyhlídlej, ale kupovali jsme ho po internetu“.

4.4.6 Téma Negativa pandemie

Za negativní je nejčastěji označována **Nejistota** jako podtéma. Jak potvrdila respondentka č. 1, *„Fakt jako to bylo nejhorší, ta nevědomost a ta nejistota, obrovská nejistota, obrovské stres z toho, co se bude dít. Nejvíce negativní na tom vlastně bylo to, že nikdo nic nevěděl, že to vlastně bylo úplně nový a vlastně nikdo nevěděl, jak se má zachovat a co dělat. Nevěděla to hygiena, nevěděli to praktický lékaři, nevěděli to porodníci, nevěděl to gynekolog, nevěděl nikdo nic. Protože ty pokyny od vlády byly velice nejasný, pořád se všechno měnilo. Což jako chápu, oni za to taky nemohli, taky to nevěděli, byla to nová věc, ale to vlastně na tom bylo to nejhorší...že mi nikdo neřekl přesnej postup“.* Také respondentka č. 4 nejistotu v době pandemie velmi výstižně popsala: *„To na tom taky bylo šílený, že člověk nevěděl, jak to je dneska natož, jak to bude zítra“.* Na určitém stupni nejistoty se v souvislosti s pandemií shodly všechny dotazované. Respondentka č. 5 se například vyjádřila takto: *„Protože ta nejistota, jak se furt během toho covidu něco měnilo a jeden den to bylo tak a druhý den úplně jinak...“.*

K negativním aspektům pandemie je řazeno také podtéma **Nedostatek sociálních kontaktů dítěte**. Více respondentek potvrdilo, že v době pandemie si jejich děti neužívaly dětských kolektivů tolik, jako by tomu mohlo být v době bez pandemie. Respondentka č. 2 uvedla: *„Nechodila jsem s malou nikdy, vlastně ani jednou jsem s ní nebyla v obchodáku, nešla jsem s ní nakupovat. Doted' se snažím,*

aby se mnou malá nechodila do větších kolektivů, když nemusí, že jo. Protože jako my všude chodíme s respirátorem, ale tomu malému dítěti ho nedám ten respirátor, takže jako v tomhle je omezení. A myslím si, že kdyby jako nebyla ta pandemie, tak bych si to období víc užívala v tom smyslu, že bych se víc vídala třeba jako s nějakýma kamarádkama. Ty kontakty s nima by byly určitě intenzivnější. Jo jako vídáme se, když to jde ale není to tak jako... asi by byl intenzivnější ten sociální kontakt nebýt pandemie. Ale nějak jsme se s tím naučili žít“. Nešlo ovšem jen o omezení styku s kolektivem dalších maminek a dětí, ale také omezení kontaktů s rodinnými příslušníky: „Vánoce, narozeniny a tak, takže to, když měly být nějaký oslavy, tak to jsem nechtěla, aby tam byl někdo, kdo jako kašle nebo někdo, kdo by měl sedět doma a být v karanténě. Tak to mě teda dost vadilo, a když jsem věděla, že někdo takovej tam bude, tak jsem prostě na tu oslavu nešla. Takže to vlastně nás dost omezovalo. Takže se stalo i to, že jsem nějaký oslavy a narozeniny zrušili. Na Silvestra jsme taky nikde nebyli“. Také respondentka č. 4 se domnívá, že pandemie, potažmo následující vládní opatření, způsobily nedostatek sociálních kontaktů dětí, což chápe jako negativní faktor: „Jak bylo všechno zavřený, tak jsem ani neměla možnost se s někým novým seznámit. Byla jsem v jedné online skupince maminek, ale tam když se navrhovalo nějaký setkání, tak se většina těch maminek ani vidět a seznamovat nechtělo, protože se přesně bály, že co kdyby to to jejich miminko chytlo. No, a tak se právě teď těším na to cvičení a modlím se, ať to hlavně zase kvůli koruně nezavrou. Protože nevíš, nejde si v týhle době nic naplánovat. Protože už vlastně třetí rok si tu korunu tady jedeme a pořád je to jak na houpačce... Tak aby měla kolem sebe i jiný děti a začla se nějak trošku socializovat, a ne být jenom jako tady s náma dospělýma“. Původní plánování chodit s miminkem na nějakou společnou aktivitu s dalšími maminkami, a následně nutnost tuto aktivitu vynechat, uvedly všechny dotazované. Také respondentka č. 5 uvedla, že chtěli chodit do skupin, ale: „Nejdřív to vlastně vůbec nebylo, protože všechny kurzy i aktivity byly zrušený, vlastně byly zavřený i různý centra, kam mohly maminky s dětma si sednout třeba na kafe. No a pak třeba to plavání, co jsem chtěla s malou chodit, tak to bylo omezený tím očkováním, který já jsem neměla. To zase já jsem nebyla ochotná to kvůli tomu podstoupit“. Také respondentka č. 6 potvrdila vnímaná omezení: „Jako v první řadě jsem si plánovala, že prostě sbalím miminko do kočárku a vyrazím na

prochajdu do města, venku bylo krásně... že se třeba zajdu podívat do nákupáku na nějaký věci... a z toho vlastně vůbec nic nebylo. Taky od toho půl roku jsem si myslela, že začneme na nějakéj kroužek chodit, abych se třeba i seznámila s nějakýma dalšíma maminkama, protože jak jsem se sem přestěhovala za manželem, tak tady nikoho neznám. Navíc nežijeme ve městě a tady na vesnici není moc šancí se seznámit. Ale to bylo všechno taky marný. Představovala jsem si, jak budu víc trajdat venku třeba v tom městě, že si udělám nějakou zábavu, ale bylo co, nebylo vlastně vůbec nic a vlastně nebyla ani ta chuť někam mezi lidi. Třeba abych tady od nás vyrazila autobusem do města, tak to v tý pandemii pro mě bylo nemyslitelný“. Původní plány chodit s miminkem na plavání potvrdila většina respondentek, také dotazovaná č. 6 měla v tomto ohledu špatnou zkušenost, kdy pandemie neumožnila uskutečnění jejich plánů: „Chtěla jsem s malou začít chodit na plavání a já teda teď už přesně nevím, jak to úplně bylo, protože jsem normálně malou do kurzu přihlásila, ale pak jsme na to samotný otevření docela dlouho čekali a pak teda proběhly za nějakéj čas dvě nebo tři lekce a pak se to celý komplet zavřelo. Pak se to asi za půl roku otevřelo, takže my jsme se tam s těma dětma a maminkama viděli, kdy vlastně ty děti ještě ani pořádně nechodily, spíš se plácaly ty děti na zemi a pak najednou za půl roku už si šly jako více méně sobě naproti a šly jako spolu plavat. To jsme z toho kurzu zase odchodili něco, ale furt na každéj hodině se musely podepisovat nějaký takový ty formuláře o očkování nebo o testování, že je člověk negativní... Takže to jsme zase odchodili jenom něco a pak se to zase změnilo, že to bude jenom pro očkovaný. A to my s manželem nejsme, takže jsme s malou zase přestali chodit a pak už se nám paní s navazujícím kurzem ani neozvala, takže ve finále jsme přišli i o nějaký peníze a malá toho fakt moc nenaplavala, a to mě mrzelo, protože jí to jako bavilo“. Nejde přitom pouze o nemožnost plavat v kolektivu dětí, ale přímo bylo i respondentkou č. 6 potvrzeno její vnímání toho, že dítě má příliš málo kontaktů s jinými dětmi, což je ovšem v daném věku důležité: „Protože na tý covidový době mě mrzí to, že se vlastně nevidí s žádnýma dětma, ale vyloženě s žádnýma. Takže to bylo takový... kvůli tomu jsem s ní chtěla někam chodit. Mě jako je jedno, jestli si tam zahraje na dřívka jo, ale spíš jako prostě že se uvidí s těma dětma a nějak se naučí s nima nějak fungovat.

Protože fakt jako dlouhou dobu to ani nebylo na to hřiště, kavárny dětský nebo herničky byly zavřeny. Když se otevřely, tak byly jenom pro očkovaný“.

S tím souvisí také další podtéma, a to **Přetrvávající strach z kolektivu**. Některé dotazované i v době, kdy již většina vládních opatření byla zrušena, a pandemie je na ústupu, nechtějí s dítětem navštěvovat místa s vysokým počtem dalších osob. Respondentka č. 2 potvrdila: *„Až konečně teď po novém roce jsme začali chodit plavat a tohle jsem řešila. Jako jestli plavat chodit nebo nechodit, když se to konečně otevřelo. A vlastně tam musí být všechny maminky očkovaný už, tak se tím teď tak nějak uklidňuju, že to riziko je tam menší než kdyby nebyly očkovaný“*. V uvedeném podtématu není pouze strach z kolektivu jako takového, ale strach z možnosti nákazy, například i strach z jednotlivých lidí, kteří podle maminek nedostatečně dodržovali odstupy nebo hygienu, jak uvádí respondentka č. 5: *„Jsem si vybírala, za kým půjdu. Když jsem si myslela, že se někdo stýká s nějakou rizikovou skupinou, tak toho člověka jsem nevyhledávala. Ne, že bych na něj zanevřela, ale popovídali jsme si telefonicky, ale ne osobně, natož s dítětem. Protože nešlo o mě, ale hlavně o ní. Chtěla jsem tím chránit hlavně jí, aby se holce něco nestalo, aby se nenakazila. Holku jsem měla na břiše v nosítku, a to mi třeba neskutečně vadilo, že jsem třeba potkala sousedku a ona mi hned začala na dítě sahat, aniž by si umyla nebo vydesinfikovala ruce. To mi vadilo. Mě samotnou by to v životě nenapadlo, že bych někomu osahávala dítě zvlášť v takový době. Takže takovým lidem jsem se pak třeba i vyhýbala, abych tomu předešla a nemusela tyhle nepříjemný situace řešit. Taky třeba v tom obchodě mi vadilo, jak se třeba na mě ty lidí lepí. To mi ten covid umocnil, že mi vadil blízký kontakt s lidma“*.

Podtéma **Nenaplněná potřeba péče o sebe** je spojen s pandemií a uzavřením provozoven a některých služeb, kdy si prvorodičky nemohly například zajít ke kadeřnici nebo na cvičení či do restaurace, aby si na chvíli odpočinuly od náročné péče o novorozence. Respondentka č. 4 uvádí jak nemožnost navštívit kadeřníka, tak pedikúru, manikúru nebo nemožnost zajít si na kafe nebo na oběd: *„Já už jsem tak potřebovala mít ten klid, někam vypadnout, ale to nešlo... Já jsem se tak těšila, že se třeba s kočárkem seberu a půjdu si sama jen tak s malou někam na oběd nebo někam v klidu na kafe. Protože ty vstupy všude do restaurací, a tak byly tou dobou jenom pro očkovaný. Já třeba i sebevědomí mi šlo v tomhle období*

dolu, protože jsem nebyla na pedikúře dlouho. Ted' přesně jsem začala kynout, protože kvůli koruně jsem ani nemohla chodit nikam cvičit. Ted' přesně kosmetika... já vlastně nebyla od porodu na kosmetice, protože bez očkování nikam nebrali. A já jsem nechtěla se nechat naočkovat, když jsem byla těhotná a když jsem kojila a ted' se uvidí... No a jak se bez očkování nikam nemohlo, tak já odrostlý vlasy, okousaný nehty, nehty na nohách ani neukazuju, takže na tom mém sebevědomí se to začalo dost odrážet. Protože jsem byla zavřená jenom doma, nemohla jsem si ani přesně jako udělat takovou tu chvilku pro sebe, a to přitom mám obě babičky, co pohlídaj. Že bych si klidně mohla zajít na blbý nehty, pak bych si sedla na hodinu na kafe a takovej ten hezkej klídek si na chvilku užít. A ono to nešlo. Chtěla jsem se jako holka udělat hezká, udělat nějakou změnu, něco a nešlo to“. Respondentka č. 3 také potvrdila, že „To, jak člověk byl izolovanej od okolního světa. Že člověk nic nemohl, nikam nemohl, a když už konečně mohl, tak jsem se zase já bála, že malá někde něco chytne nebo já, že někde něco chytnu a přinesu to na ní. Takže fakt vnímám to, jak jsem většinu těhotenství strávila zavřená doma, když nepočítám večerní procházky. Že tím, jak nebyly žádný ty těhotenský cvičení, že jsem přišla o možnost se seznámit s jinýma holčinama, který byly tou dobou těhotný jako já... Celkově mi ta korona vzala takovej ten normální život, kdy se sebereš a jdeš si sednout někam na večeri, s přítelem na rande, když ještě malá nebyla na světě“.

Z pozitivních aspektů některé dotazované zmiňovaly, že lidé utužovali své rodinné vztahy, více si začali vážit sami sebe i zdraví. Některé z dotazovaných, jako například respondentka č. 4 uvedla, že pandemie měla na partnerský vztah negativní vliv. Uvedená výpověď byla označena v rámci podtématu **Překážky v budování partnerského vztahu**. Budování partnerského vztahu totiž podle dotazované zkomplikovala nemožnost vyjít si na večeri, do divadla, na hezké „rande“, odpočinout si od všedních starostí: „Ta pandemie prostě měla komplet vliv na náš vztah, protože my jsme spolu ted' vlastně dva roky, ale skoro nikde jsme spolu nebyli. Odjeli jsme jen na pár dní do Chorvatska, když jsem byla těhotná, ale to jsem si až tak neužili. Chodili jsme tam v roušce, tak to taky nebylo ono, spoustu věcí bylo zavřených nebo limitovaných na počet, takže sme se kolikrát ani někam nedostali, když jsme nechtěli čekat nebo si to nerezervovali. Žádný koncerty, všechno se rušilo... Na věcu jsme nemohli, do divadla, do kina... My jsme vlastně

ted' před týdnem až byli poprvé v divadle spolu. Mně tak jako došlo, že mi chybí to, že jsme ani neměli možnost mít nějaký hezký rande spolu. Jsme pár, ale kvůli koruně jsme nikdy spolu na nějakým pořádným rande nebyli. Takže i to je na tu psychiku takový nepříjemný a věřím tomu, že nebejt covidu, tak by to bylo jiný“.

Jako další podtéma bylo označeno **Podrážděnost lidí**. Respondentky zmiňovaly jednak podrážděnost zdravotnického personálu, jednak podrážděnost lidí ve společnosti. Respondentka č. 4 uvedla: *„A i ty lidi, jak byli korunou frustrovaný, tak na mě měla korona vedlejší účinek skrze ně. Protože byli nepříjemnější, podrážděnější. Ted' myslím hlavně tu mojí mamku, na který se to hodně odrazilo celá tahle pandemie. Kamarádi taky kolikrát nechtěli chodit ven, protože se báli, že to nedej Bože někde chytanou“.* Respondentka č. 5 doplnila svou zkušenost s nepříjemným chováním ze strany zdravotnického personálu: *„To mi vlastně zjistili na genetickým vyšetření a na základě toho mě doktorka přepinkla do péče nemocnice. Ale přišlo mi to takový divný, protože mě předávala do nemocnice v dobu, kdy to údajně nebylo třeba. Takže nevím, čím to bylo, jestli se chtěla zbavit práce, jestli to bylo covidem nebo nebylo nebo jestli to byla prostě jenom péče o to dítě v tom břiše. Protože pak když jsem přišla do nemocnice, tak tam na mě spustili, co tam dělám a tam ten personál byl ke mně dost odměřenej. V tý nemocnici to bylo hodně neosobní a udělali mi prostě to, co museli ty kontroly. Byli tam 2 doktoři, který nesouhlasili s tím, že tam mám chodit, to bylo dost nepříjemný. Ale tím, že jsem tohle všechno prožívala poprvé, tak vlastně ani nevím, jestli by ten přístup doktorů byl jinej, kdyby nebyl covid. To nedokážu říct“.*

Jako další podtéma bylo označeno **Omezení a příkazy**. Dotazovaným nevadilo „pouze“ uzavření obchodů nebo některých provozoven, ale i další omezení, jako například nutnost očkovat se pro vstup do některých prostor a podobně. To potvrzuje i respondentka č. 5: *„To, že se mi někdo snažil nakazovat, co mám nebo nemám dělat. Že budu chodit do krámu nebo... já jsem to teda respektovala, jo, ale že mi někdo nakazoval, že budu chodit do krámu s rouškou, k doktorovi s rouškou, jo... že všude člověk musel mít tyhle ty náhubky. Jdeš do veřejný dopravy, tak tam zase rouška... Že jsem bez naočkování nikam nemohla. Ty děti omezený nebyly, ale já jako jeho máma jsem měla omezení poměrně velký, zvláště když jsem se nenechala naočkovat“.* Respondentka č. 6 potvrdila, že omezení

v podobě home office u jejího manžela se postupně stávalo spíše problémem, a byla ráda, že doporučený home office později vláda a zaměstnavatelé rušili: „Manžel měl kvůli tomu covidu celkem hodně homeoffice díky tomu, a to jsme si říkali, že to je super, že budeme společně doma, jak si to užijem, ale postupem času, jak ta pandemie trvala dlouho, vlastně nějakým způsobem je tady furt, tak jak malá rostla, tak už byla i o dost hlučnější, potřebovala nějakou zábavu, tak už mě to, že je doma, docela začalo štít, protože on potřeboval na nějaký věci klid při tom homeoffice a seděl tady doma uprostřed bytu. Takže jako vařit sem mohla jenom v určitéj čas, když měl nějaký jednání, když mi řek, pak měl zas jiný jednání, tak jsem zas musela hlídat, aby malá nevejskala a on slyšel, takže postupem času mě to začalo spíš štít, že je doma. Takže ve finále pak ty dny, kdy byl v práci pro nás s malou tady byly klidnější bez toho omezení“. Respondentka č. 3 uvedla, že „My jsme třeba někam chtěli jet, jenže byly zavřeny hotely, prostě nesmělo se... Takže to bylo takový... Představovala jsem si to trošku jinak. Celkově jako i to těhotenství... ne, že bych si ho neužila, ale že si ho třeba budu užívat víc. Že budu jako fakt takovej ten kavárenskej povaleč a budu opravdu celý dny vysedávat s kamarádkama po těch kavárnách a cpát se dortama a pít kafe, a to nešlo, že jo, protože bylo všechno zavřeny. A ani se to nezlepšilo po tom porodu. Nešlo jet do hotelu, nešlo jít do hospody... prostě maximálně dali kafe do ruky do kelímku, že jo, takže to bylo takový velký zklamání no“.

Poslední podtéma **Strach šířený médii** zmiňovaly respondentky, ať už v souvislosti s obavami z nákazy nebo s obavou z kolapsu ekonomiky a dalších. Strach šířený v médiích způsoboval u dotazovaných pochybnosti i neovladatelné chování. Právě pandemie a strach šířený médii mohl způsobit jejich velké obavy, přílišné dodržování hygieny nebo u některých dokonce i psychické poruchy. Respondentka č. 2 uvedla: „Ten prvotní impulz byl opravdu ten, že jsem se štítla na všechno sahat, protože prostě ze všech stran se to na nás hrnulo. V televizi reklamy na všechny dezinfekční prostředky, čistěte kliky, nestýkejte se s lidma. Takže v tomhle já jsem zase hodně poctivej člověk, dodržuju pravidla všechny. Takže jsem si to asi vzala moc k srdci a bohužel toho teda bylo příliš“. Respondentka doplnila také to, že (nejen) pro prvorodičky bylo vše nové a „nikdo nic nevěděl, jak to bude, co bude... tak jak chodily ve zprávách ty reportáže

z nemocnic, jak to tam vypadá, tak to jsem se bála, co bude a byla jsem určitě opatrnější“. Strach z médií pociťovala také respondentka č. 4: *„Co mi celkem přitěžovalo, tak že když si těhotná, tak nechceš se bát, snažíš se prožívat hezký emoce nebo se stresovat, ale přesně... skrz ten covid každé řešil jenom covid, a to kolik támdle přibývá lidí a teď na mě každé „dávej si bacha, už to chytly i těhotný a teď jsem slyšela, že támhle i na to zemřelo miminko nebo že někdo potratil...“ a to jsou prostě lidi, že maj tendenci šířit poplašný zprávy a čím jako je to hrozivější, tak s ještě větší vervou se ti to jako snaží podat. Třeba přítelovo maminka to je takovej plašan... paradoxně byla i moje mamka, ta jindy takový věci neřeší, ale jak jsem byla těhotná, jak se bála, tak na mě vždycky „Ty jedeš do Prahy? Teď jsem slyšela, že to chytlo malý miminko, teď je v nemocnici v kritickém stavu...“ joo, takže to mě strašilo okolí a pak když jsem si zapnula zprávy... byla jsem doma, tak co jinýho... buď si čteš nebo si zapneš televizi a teď v tý televizi furt jenom běhalo kolik přibýlo nakažených, do toho ta smutná muzika a jak je to všechno strašný. Teď přesně to okolí se tím šířalo, tak se mi tak občas žaludek z toho sevřel.. Takže ty média v nás všech vyvolávaly strach a já jako těhotná, plná hormonů jsem se jako dost často strachovala a vyvolávaly ve mně ty negativní emoce skrz ten covid. Protože nic jinýho než covid v televizi neběželo“.* Skutečnost, že strach šířený médii pociťovala, potvrdila i respondentka č. 5: *„Takže o sebe jsem se nebála, že to chytnu nebo jsem si říkala, že kdyby náhodou, tak že to v pohodě zvládnou. Tím, jak jsem byla těhotná, tak samozřejmě obavy o malou tam byly, aby náhodou to nemělo vliv. Protože to bylo nový, nikdo o tý nemoci nic nevěděl, ty zprávy v televizi člověka furt masírovaly zprávama o tom, co hroznýho se děje třeba v tý Itálii a tak“.* Strach, který v souvislosti s pandemií média šířila, vnímaly všechny dotazované. Pouze jedna z nich ale uvedla, že i přes tyto zprávy si zachovávala klidnou mysl: *„Jako jasně, že sleduješ zprávy, koukáš, co se děje, ale já jsem fakt nikdy nebyla nějak moc náchylná na nějaký nemoce, tak jsem si říkala, že nějaké blbě covid mi tohle krásný období nezkaží. Takže jsem spolejhala na doktory, dodržovala jsem ty roušky, desinfekci a tak, co prostě člověk mohl ovlivnit a snažila jsem se moc to nesledovat, aby se člověk zbytečně nestresoval“.* Strach šířený médii vnímala i respondentka č. 6, která se snažila na zprávy spíše nedívat: *„My jsme si nepouštěli skoro žádný zprávy. Manžel teda sledoval takový ty idnesy a tak. Já na tyhle věci*

vůbec nekoukám, takže na mě skákalo akorát něco z instagramu nebo tak něco, tam jsem sledovala ty opatření, abych věděla, co kde a jak platí a jinak nám ta televize nešla. Takže si myslím, že pro nás to bylo učitě dobrý, protože už i tak jsme se báli a ještě abychom byli zmasakrovaný téma informacema z televize. To už bych asi s malou vůbec nevystrčila nos z bytu. S jako už jenom z prevence nebudu sledovat co kde, abych se zbytečně nestresovala, protože ta masáž lidí byla obrovská, až mi z toho bejvalo špatně, tak jsem si říkala, že to nemám za potřebí to sledovat, protože to stejně nijak neovlivním a nějak s tím budeme muset žít“.

4.4.7 Shrnutí podtémat a témat

Na základě tematické analýzy byla blíže představena témata a podtémata. Vzniklo celkem 6 témat: Specifika a potřeby v průběhu těhotenství, Fyzické a psychické projevy, Příprava na porod, Specifika porodu a doby po něm, a Pozitiva pandemie, Negativa pandemie. K tématům byla přiřazena podtémata.

Jednotlivá témata, stejně jako podtémata, byla blíže představena a doplněna doslovnými výpověďmi respondentek. Výsledky shrnutí výzkumu, a hlavní zjištěné skutečnosti budou shrnuty v následující kapitole v rámci diskuse. Ještě než bude diskuse provedena, zodpovíme stanovené výzkumné otázky.

VO1: V čem byl specifický průběh těhotenství prvorodiček v době pandemie?

Těhotenství prvorodiček bylo v době pandemie specifické z mnoha pohledů. Velmi specifický pro ně byl koncept práce z domova neboli home office, který byl v té době vládou doporučovaný, a který většina z dotazovaných ráda využila. V jejich výpovědích je ale nejvíce specifický přítomný strach a obava nejen z nákazy, ale spíše z průběhu těhotenství a porodu. Respondentky vyjadřovaly nejčastěji obavy nad tím, jak bude probíhat hospitalizace v porodnici. Všechny dotazované si přály mít doprovod u porodu, a pro všechny to byla jedna z nejdůležitějších potřeb. Prvorodičky jsou mnohdy nejisté, neví, jak přesně bude hospitalizace a porod probíhat, neví, jaké budou první dny s miminkem. Mnohdy

se jim ale dostane alespoň částečné útěchy či odpovědi, ať už od žen, které samy rodily, nebo z některých internetových webů či jiných zdrojů. V případě pandemie byla ovšem v myslích respondentek prvorodiček přítomná obava z nejistoty. Doba byla velmi neklidná, vládní opatření se často měnila a někdy byla tak nejasná, že ani zdravotníci v nemocnicích si nebyli jistí, jak mají daná opatření dodržovat. Nejistota proto bylo jedno z hlavních podtémat, které se ve výpovědích respondentek opakovalo.

VO1a: Jaký prvorodičky vnímaly vliv pandemie na svou psychiku?

Pandemie měla jednoznačně negativní vliv na psychiku prvorodiček. Všechny dotazované, ať již zjevně nebo více skrytě, hovořily o nejistotě, strachu, obavách. U jedné z dotazovaných byla dokonce v této souvislosti diagnostikována obsedantně-kompulsivní porucha. Některé další dotazované nepřiměřeně přísně dodržovaly hygienu i v tom smyslu, že omývaly párky z obchodu mýdlem. Všechny dotazované se shodly na tom, že média šířila strach, což mělo velký vliv a negativní dopad na psychiku prvorodiček. Pozitivní vlivy pandemie popisují respondentky spíše až s odstupem času. V době přípravy na porod hovoří zejména o negativních vlivech na psychiku, především v souvislosti s již zmíněnou nejistotou.

VO1b: Jakým způsobem se prvorodičky chystaly na narození miminka?

Pandemie pravděpodobně ovlivnila psychiku, ale i fyzické možnosti prvorodiček natolik, že jejich příprava na narození miminka probíhala zcela jiným způsobem, než jakým by probíhala bez přítomnosti pandemie. Všechny respondentky hovořily o možnosti absolvovat předporodní kurz. Tyto kurzy ale byly z důvodu zamezení styku více osob rušeny, a nahrazovány online kurzy, kterých ani jedna z dotazovaných nevyužila. Respondentky se shodly na tom, že online předporodní příprava kurzu nemůže být tak kvalitní a mít takový přínos, jako fyzický kurz, a proto této možnosti nevyužily. Omezené možnosti přípravy na narození miminka se týkaly také uzavření obchodů a provozoven, a proto prvorodičky nakupovaly vybavičky pro miminka online. V rámci podtématu Online

nakupování se dotazované neshodly na pozitivním či negativním pohledu. Zatímco některé dotazované si chtěly věci spíše osobně prohlédnout a fyzicky vybrat v obchodě, jiným dotazovaným tato skutečnost vůbec nevadila. Kromě nemožnosti absolvovat předporodní kurz a nutnosti online nákupů vybavičky bylo také hovořeno o porodním plánu. Přestože porodní plány jsou dle odborníků u žen stále častější a oblíbenější (Gregora, Velemínský, 2020, s. 32-33), z respondentek si porodní plán nechystala ani jedna. Opět v rozhovorech zdůrazňovaly, že se jejich priority vlivem pandemie poněkud posunuly, a nejvíce jim záleželo na tom, aby mohl být partner u porodu, což bylo v té době nejisté. Právě nejistota ohledně celého porodu a doby strávené v nemocnici je utvrdila v tom, že porodní plány jsou zbytečné, protože stejně „nikdo neví, co bude“.

VO1c: Jak prvorodičky ovlivnilo uzavření některých provozoven a zákaz shlukování?

Uzavření provozoven a zákaz shlukování nebyl pro prvorodičky před porodem a v době brzy po porodu žádným problémem, naopak jako větší problém uzavření provozoven respondentky shledávaly několik měsíců po porodu. Při uzavření provozoven před porodem se dotazované shodovaly na tom, že i díky uzavření a nařízené práci z domova strávily více času s manželem nebo partnerem, respondentka č. 3 dokonce uvedla, že „*Nakonec vlastně v dnešní době jsem si říkala, že to je úplně zbytečný. Že mi to vlastně ten nákup online i ušetřil čas. Protože já jsem si našla všechny recenze na internetu, podle toho jsem vybrala, objednala, za tejdén to přišlo a bylo. Takže to vlastně ve finále ani neberu jako nevýhodu, že byly obchody uzavřeny*“.

Naopak v době po porodu již respondentkám uzavření provozoven vadilo více, především v souvislosti s nemožností absolvovat dětské kroužky v kolektivu dětí, protože děti tak měly jen málo sociálních kontaktů. Jak uvedla respondentka č. 6, „*Od toho půl roku jsem si myslela, že začneme na nějaký kroužek chodit, abych se třeba i seznámila s nějakými dalšími maminkama, protože jak jsem se sem přestěhovala za manželem, tak tady nikoho neznám. Navíc nežijeme ve městě a tady na vesnici není moc šancí se seznámit. Ale to bylo všechno taky marný*“.

Respondentka č. 4 potvrdila, že uzavření provozoven, jako kadeřnictví nebo pedikúry, měla na její psychiku také negativní vliv: „*Já třeba i sebevědomí mi šlo v tomhle období dolu, protože jsem nebyla na pedikúře dlouho. Teď přesně jsem začala kynout, protože kvůli koruně jsem ani nemohla chodit nikam cvičit. Teď přesně kosmetika... já vlastně nebyla od porodu na kosmetice, protože bez očkování nikam nebrali... Odrostlý vlasy, okousaný nehty, nehty na nohách ani neukazuju, takže na tom mým sebevědomí se to začalo dost odrážet. Protože jsem byla zavřená jenom doma, nemohla jsem si ani přesně jako udělat takovou tu chvilku pro sebe, a to přitom mám obě babičky, co pohlídaj“.*

VO2: V čem byl specifický porod, příprava na něj i doba po porodu?

Již samotná příprava na porod byla ovlivněna pandemií, ať už v podobě nemožnosti absolvovat předporodní kurz nebo nejistotě, která prvorodičky podpořila v tom, nechystat si porodní plán. Prvorodičky se na porod nijak významně nepřipravovaly, a jak z rozhovorů vyplynulo, všechny dotazované měly jako největší přání doprovod u porodu. Toho, že by u porodu nemohly mít nikoho blízkého, se obávaly všechny respondentky a v rozhovorech to zmiňovaly mnohokrát. Doba po porodu byla u některých dotazovaných „bezproblémová“, kdy většina z nich řešila klasické potřeby a problémy prvorodiček, jako byly problémy s kojením, blinkáním novorozence, jeho pláčem a podobně. Pouze jedna dotazovaná hovořila o tom, že z důvodu jejího pozitivního testování na Covid byl od ní novorozenec zpočátku izolován, aby se nenakazil, což její vzpomínky na porod velmi významně a negativně ovlivnilo.

VO2a: Jaký význam připisovaly prvorodičky v době pandemie porodnímu plánu?

Všechny dotazované prvorodičky v době pandemie nepřipisovaly porodnímu plánu velký význam a ani jedna z dotazovaných si porodní plán nechystala. Uvedená skutečnost byla způsobena nejistotou ohledně vládních opatření, nejistotou v postupu pandemie, nejistotou v tom, jak bude porod probíhat. Dotazované se shodly na tom, že největším jejich přáním a potřebou bylo mít u

porodu blízkou osobu, doprovod. Ve světle pandemických událostí pro ně porodní plán ztrácel na významu.

VO2b: Čím byl pro prvorodičky specifický průběh porodu a doba strávená v porodnici?

Pro většinu dotazovaných byl porod i doba v porodnici běžná, pouze omezení návštěv pro ně bylo spíše negativním zážitkem. V některých případech musel mít doprovod roušky, v některých případech také probíhalo u prvorodičky a jejího doprovodu testování na Covid. V jednom případě byly pro respondentku porod a doba v nemocnici velmi negativně ovlivněny pozitivním testem prvorodičky na Covid, ale v ostatních případech byl průběh porodu i hospitalizace „běžný“, pouze s vnímaným omezením návštěv.

VO2c: Jak vnímaly prvorodičky v době pandemie pocit naplnění svých potřeb v těhotenství, při porodu i po něm?

Některé jejich potřeby naplněny byly, zejména co se týká základních fyziologických potřeb v Maslowově pyramidě, jako jsou například potřeba spánku, dostatek jídla, a podobně.

Základní fyziologické potřeby jsou v pyramidě lidských potřeb ty nejdůležitější. Ovšem následující patro představuje potřeba jistoty, která byla naplněna jen částečně. Naplněny byly potřeby prvorodiček mít oporu, blízkou osobu, která by jim byla v průběhu těhotenství oporou především psychickou. Některé z potřeb ovšem naplněny nebyly a bylo to způsobeno právě pandemií. Zejména potřeba jistoty a blízké opory při porodu nebyla vždy naplněna, stejně jako v některých případech potřeba socializace a potřeba péče o sebe sama. Také potřeba bezpečí jako jedna ze základních potřeb byla velmi ohrožena a v mnoha případech nebyla naplněna.

5 DISKUSE

Cílem této práce bylo zjistit potřeby prvorodiček v době pandemie a odhalit specifika v jejich prožívání, k čemuž byla využita metoda polostrukturovaných rozhovorů a tematické analýzy. Z jednotlivých témat, podtémat vyplynulo, že pro prvorodičky byl v době pandemie typická a vítaná **práce z domova**, kterou si dotazované spojovaly nejen s možností přizpůsobit si práci a volný čas, ale také s možností strávit více času doma s rodinou, s manželem. Základní potřeba těhotných žen, tedy **potřeba blízké opory** byla patrná již v době před porodem, v průběhu celého těhotenství.

Literatura uvádí, že prvorodičky mají obecně obavy z toho, jak zvládnou svou novou životní roli. Pandemie navíc způsobila, že se prvorodičky obávaly o zdraví svých blízkých a tato jejich životní etapa je obecně spojena s více různými obavami. Njen samotná nákaza, ale zejména **stres** může mít na prvorodičky **dlouhodobé a závažné účinky** (USC University of Southern California, 2021).

To potvrdil také náš výzkum, kdy **negativní působení stresu** u jedné z dotazovaných vyústilo až v diagnózu obsedantně-kompulzivní poruchy a některé další dotazované věnovaly hygieně rukou i prostředí až nezdravě velkou pozornost. Příkladem může být umývání párků mýdlem nebo ponechání doručených balíčků celý týden ve sklepech v „karanténě“. Negativní působení stresu potvrzovaly dotazované i v souvislosti s médii, která strach šířila. Jak například uvedla respondentka č. 2, „*Ten prvotní impulz byl opravdu ten, že jsem se štitila na všechno sahat, protože prostě ze všech stran se to na nás hrnulo. V televizi reklamy na všechny dezinfekční prostředky, čistěte kliky, nestýkejte se s lidma. Takže v tomhle já jsem zase hodně poctivej člověk, dodržuju pravidla všechny. Takže jsem si to asi vzala moc k srdci a bohužel toho teda bylo příliš*“. Skutečnost, že v **médiích** v době pandemie byly neustále přítomné hroživé scény přetížených zdravotníků, kolabujících lidí ve frontách, zahlcených krematorií, potvrdily nejen respondentky, ale také odborná literatura, jako například autoři Kubal a Gibiš (2021, s. 11).

Za hlavní podtéma, které je spojeno s negativním vnímáním a dopadem pandemie považujeme podtéma **Strach a nejistota**. Nejistota se ovšem v různých obměnách prolínala celým výzkumem, napříč různými tématy. Strach a nejistota se pojily se strachem z nákazy, strachem šířeným médii, strachem shlukovat se, strachem z toho, jak proběhne porod, nejistotou, zda bude moci být u porodu doprovod. Klasická nejistota prvorodiček z nové životní role se tak pojila se spoustou dalších, do té doby neznámých nejistot a doplňovaly ji i další obavy. Jako například v případě nákazy obava o zdraví dosud nenarozeného dítěte, obava z návštěvy nebo obava užívat léky v případě nákazy a podobně. Nejistota vznikala zejména proto, že celá situace byla pro všechny nová a náročná především psychicky. Zpočátku byl velký problém nedostatek informací a některé nemocnice či zdravotníci se snažili o shrnutí faktů, názorný přehled opatření, ale problémem byla právě roztržitost a nejednotnost informací (Fakultní nemocnice Ostrava, 2021)

V teoretické části práce byly představeny některé dosud provedené výzkumy v tomto tématu. Těchto studií ale není mnoho. Vzhledem k tomu, že pandemie Covid-19 probíhala v posledních 2 letech, zmapování potřeb nebo problémů či příběhů prvorodiček v dané době ještě není zcela probádané. Bylo ale prokázáno, že pandemie mnoho matek negativně ovlivnila, potencionálně také zvýšila pravděpodobnost vzniku úzkostných či depresivních příznaků (Molgora, Accordini, 2020).

Pandemie a související opatření i obavy se projevíly u prvorodiček také v rámci jejich přípravy na porod. Přestože například oblíba a využívání **porodního plánu** obecně roste, z oslovených respondentek si plán nepřipravila ani jediná. Porodní plány v době pandemie neměly pro prvorodičky velký význam, neboť byla přítomná právě ta nejistota. Prvorodičky ani nevěděly, zda budou moci mít u porodu doprovod, nevěděly, jaká opatření se jich budou týkat, a proto se pro ně porodní plán stal bezvýznamný vzhledem k nejistotě i do té doby jistých věcí. Jak potvrdili zahraniční autoři (Morris a Saxbe, 2021), příprava na porod může být v případě naplněných potřeb prvorodičky velmi radostná, vzrušující, ovšem pandemická opatření mnoho radostných očekávání zničila. Některé ženy musely porodit dítě bez přítomnosti partnera, nastávající rodiče také přišli o některé oslavy připomínající

přechod k nové životní roli, jako například křtiny, návštěvy novorozence a další. Někteří autoři za největší problém označují **nenaplnění potřeby bezpečí**, kdy se mnoho žen v pandemii cítit bezpečně nemuselo, a doplňují, že účinky prenatalního stresu mohou přetrvávat i celý život (Morris a Saxbe, 2021).

V teoretické části práce byla zmíněna izraelská studie, která uvedla, že pandemie může představovat spolu se zvládáním rodičovství jako nové role takzvanou dvojistou výzvu. Prvorodičky ve výzkumu uváděly obavy z ekonomických škod, obavy z pobytu na veřejných místech a poté z docházení mezi další lidi na pravidelné lékařské prohlídky kojenců a ve druhé fázi výzkumu největší obavy a úzkost z nakažení koronavirem. V našem výzkumu projevovaly prvorodičky **největší obavy z nakažení** ve smyslu nakažení plodu, později novorozence. Prvorodičky se nebály tolik o své vlastní zdraví, ale spíše o zdraví miminka.

Jedno z témat, které vzniklo realizací tematické analýzy v této práci, se věnovalo pozitivním a negativním dopadům pandemie. Obecně lze shrnout, že pandemie měla **negativní dopad** zejména na psychiku těhotných žen, a to v souvislosti s nejistotou toho, jak bude probíhat porod a doba strávená v nemocnici. Negativní vlivy pandemie spatřují respondentky zejména ve všudypřítomné nejistotě, nemožnosti budovat sociální vztahy svých dětí s jinými dětmi, přetrvávající strach z velkých kolektivů. Negativní byla pro některé dotazované izolace, což jako velký problém potvrdila i americká studie (The University of Sheffield, 2022).

Naopak byly zmíněny také **pozitivní dopady pandemie**, a to fakt, že lidé si obecně více začali vážit důležitých hodnot, včetně hodnoty zdraví. U některých dotazovaných dokonce došlo ke zklidnění, většímu prostoru věnovanému relaxaci a příjemným zážitkům. U některých došlo také k utužení rodinných vztahů.

ZÁVĚR

Tato práce se věnovala potřebám, specifikům prožívání a příběhům prvorodiček v době koronavirové pandemie. Teoretická část představila koncepty rodičovství, mateřství i prvorodičovství a specifika vybraného období pandemie. Představeny byly některé související studie věnované tématu prožívání a potřeb prvorodiček v době pandemie. Těchto studií ale dosud není mnoho, což je velká škoda. Na toto téma by se mělo více upozornit, mělo by se více zkoumat, aby bylo možné v případě další pandemie zlepšit a zkvalitnit potřeby prvorodiček a lépe umožnit naplňování jejich potřeb.

Nejobsáhlejší částí této práce byla část empirická, ve které byl realizován kvalitativní výzkum. Provedeny byly polostrukturované rozhovory s 6 respondentkami, a ty byly následně vyhodnoceny prostřednictvím tematické analýzy. Respondentky ve věku 28 až 36 let měly všechny manžela nebo přítele a zastávaly různá povolání, od pečovatelky a zdravotní sestry, přes personalistku, manažerku restaurace a pracovníci pošty až po administrativní pracovníci.

Z výzkumu vyplynulo, že prvorodičky v době pandemie řešily jednak potřeby a přání typické pro danou životní etapu, tak i potřeby specifické právě pro dobu pandemie.

K hlavním zjištěním této práce patří, že těhotenství prvorodiček bylo v době pandemie specifické z mnoha pohledů. Velmi specifický pro ně byl koncept práce z domova, který většina z dotazovaných ráda využila, a který by bez pandemie pravděpodobně využít nemohla. Přestože práci z domova chápaly respondentky jako pozitivní dopad pandemie, častěji vyjadřovaly různé obavy. Prvorodičky se obávaly nákazy jak sebe, tak své rodiny, ale největší obavu vykazovaly, co se týká nákazy plodu či později novorozence, kojence. Obavy u prvorodiček panovaly také ohledně opatření, která budou platit v nemocnici při porodu a po něm, zda budou moci přijít s doprovodem, a aby jim při potvrzení koronaviru nebylo na několik dnů odebráno z péče novorozeně.

Z vyhodnocení stanovených výzkumných otázek dále vyplynulo, že pandemie, byť dotazované hovořily i o pozitivních dopadech, měla především negativní vliv na psychiku prvorodiček. Všechny dotazované, ať již zjevně nebo více skrytě, hovořily o nejistotě, strachu, obavách. U jedné z dotazovaných byla v této souvislosti diagnostikována obsedantně-kompulsivní porucha, některé další dotazované nepřiměřeně přísně dodržovaly hygienu i v tom smyslu, že omývaly párky z obchodu mýdlem. Uzavírání obchodů a provozoven nechápaly dotazované jako příliš velký problém nebo omezení, hůře snášely uzavírání dětských skupin a různých cvičení pro miminka, kde by si děti mohly budovat sociální vztahy. Určitý obrat v prioritách byl zaznamenán i v přípravě na porod. Všechny respondentky si na prvním místě přály mít doprovod u porodu a obávaly se toho, že by to tak z důvodu přijatých vládních opatření nemuselo být. I přes rostoucí oblibu porodních plánů si tento plán nepřipravila ani jedna dotazovaná. Některé potřeby prvorodiček byly naplněny, zejména co se týká základních fyziologických potřeb v Maslowově pyramidě, jako jsou například potřeba spánku, dostatek jídla, a podobně. Některé další potřeby ovšem zůstaly z důvodu pandemie nenaplněny, a to potřeba blízké osoby u porodu, potřeba kontaktu s dítětem po porodu (což nebylo naplněno kvůli pozitivnímu testu na koronavirus a následné izolaci dítěte), velmi ohroženy byly také potřeba socializace a potřeba bezpečí.

Nenaplnění potřeb prvorodiček je velmi závažným problémem. Jak bylo v práci uvedeno na příkladu myšlenek zahraničních autorů (USC University of Southern California, 2021), již samotný stres a obavy z pandemie či souvisejících opatření mohou mít na prvorodičky závažné, a dokonce i dlouhodobé důsledky.

Nejvíce tedy rozhovory prostupovalo téma nejistoty, a obecně pak dotazované v negativním smyslu hovořily o tom, že pandemie na ně měla negativní psychický dopad, přetrvává u nich strach z nemoci a velkého kolektivu, a jako velký problém chápou i omezení sociálního kontaktu dětí s jinými dětmi.

Jako pozitivní dopady pandemie nejčastěji dotazované uváděly fakt, že si lidé více začali vážit důležitých hodnot, zejména zdraví, a že docházelo ke zkliďnění, a také utužování rodinných vztahů.

Závěrem lze uvést doporučení, které je určeno zejména zdravotnickým zařízením a tvůrcům politik. Jak z výzkumu vyplynulo, prvorodičky v době pandemie měly pocit nenaplněných potřeb zejména v oblasti bezpečí a oblasti blízké osoby při porodu. Pokud by v budoucnu nastala další pandemie, pro psychické zdraví prvorodiček je velmi zásadní zachovat možnost doprovodu při porodu. Pro všechny dotazované vyplývala jejich největší obava právě z toho, že u porodu zůstanou samotné. Prvorodičky jsou ochotné obětovat mnohé, ať už nemožnost fyzického nákupu vybavičky, nechystání si porodního plánu nebo neabsolvování předporodních kurzů, ale doprovod u porodu je pro všechny z dotazovaných nejdůležitější. Doprovod je úzce spojen s naplněním potřeby bezpečí. Proto, ať už se vláda či zdravotnické zařízení rozhodne zrušit možnosti návštěv v porodnicích, možnost doprovodu u porodu by i za určených bezpečnostních opatření měla být právem každé rodičky. Z výzkumu vyplynulo, že v potřebách prvorodiček je tato možnost na jednom z prvních míst jejich žebříčku potřeb.

Další doporučení se týká médií. Přestože v naší zemi existuje svoboda informací a informace jsou velmi snadno dostupné, forma sdělování informací byla v době pandemie velmi specifická. Autoři (Kubal a Gibiš, 2021, s. 11) i všechny dotazované se shodovaly na tom, že zprávy předávané médií šířily neuvěřitelný strach, který u některých dotazovaných vedl k nepřiměřenému, až obsedantnímu dodržování hygieny, a následky jsou i dlouhodobějšího rázu. Sdělování věrohodných informací je důležité, ale v jistém smyslu by bylo vhodné informace podávat nikoliv se zájmem budít strach, ale více kriticky, racionálně, konstruktivně.

Jisté doporučení lze také uvést pro širší společnost. Prvorodičky v každé situaci mají mnoho obav. Neví, jak bude porod probíhat a neví, jak se postarají o miminko. Přípravují se na zcela novou a pro ně neznámou životní roli. K tomu se přidávají obavy související s pandemií, a následný znásobený stres negativně působí na prvorodičku i plod. Blízcí prvorodičky by proto měli přistupovat ke všemu zodpovědně a s klidem. To znamená, že pokud byla domluvená návštěva, měla by být ohleduplná a v případě nemoci to prvorodičce oznámit a domluvit se na jiném termínu. Blízcí a přátelé mohou také nabídnout donesení nákupu, aby prvorodička nemusela do velkého kolektivu lidí. Není také vhodné prvorodičce

přidělovat obavy z nákazy. Důležité je ji uklidňovat a být jí skutečnou psychickou oporou.

Cílem práce bylo představení potřeb a příběhů prvorodiček v době pandemie, což bylo splněno. Dosavadní výzkumy jsou ale prozatím stále nedostatečné, a proto navrhuje provedení dalších studií. Jako vhodné doplnění našeho provedeního výzkumu se jeví například realizace hloubkových rozhovorů s prvorodičkami v různých státech a následná komparace výsledků, která by mohla přinést příklady dobré praxe. Velkým přínosem by také bylo provedení rozhovorů s vícenásobnými maminkami, které rodily děti před pandemií, a následně i v průběhu pandemie, a opět porovnat jejich zkušenosti v závislosti na době.

Toto téma není dosud zcela probádané, ale vzhledem k prognóze dalších pandemií v následujících desetiletích jsou další výzkumy více než žádoucí.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

Publikace

- ADÁMKOVÁ, Václava. *Antibiotika a infekce v těhotenství a laktaci*. Praha: Grada Publishing, 2021. ISBN 978-80-271-3037-5.
- AUSTIN, Michael W. *Conceptions of Parenthood: Ethics and the Family*. Hampshire: Ashgate Publishing Limited, 2007. ISBN 978-0-7546-5838-2.
- ČERNÝ, Karel. *Mor 1480-1730: epidemie v lékařských traktátech raného novověku*. Vydání druhé. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2020. ISBN 978-80-246-4691-6.
- DINKMEYER, Don C. a Gary D. MCKAY. *Efektivní rodičovství krok za krokem*. Vyd. 2., opr. Přeložil Bohuslava BOUČKOVÁ. Praha: Portál, 2008. Rádci pro rodiče a vychovatele. ISBN 978-80-7367-445-8.
- DUŠOVÁ, Bohdana, Martina HERMANNOVÁ a Vladimíra MAJDYŠOVÁ. *Potřeby žen v porodní asistenci*. Praha: Grada Publishing, 2019. ISBN 978-80-271-0837-4.
- EEKELAAR, John a Petar ŠARČEVIĆ. *Parenthood in Modern Society*. London: Martinus Nijhoff Publishers, 1993. ISBN 0-7923-2123-5.
- GJURIČOVÁ, Šárka a Jiří KUBIČKA. *Rodinná terapie: systemické a narativní přístupy*. 2., dopl. a přeprac. vyd. Praha: Grada, 2009. Psyché (Grada). ISBN 978-80-247-2390-7.
- GREGORA, Martin a Miloš VELEMÍNSKÝ. *Čekáme dítětko*. 3., aktualizované vydání. Praha: Grada, 2020. ISBN 978-80-271-1343-9.
- HRABÁKOVÁ, Lud'ka. *Vybrané kapitoly z kulturní antropologie*. Liberec: Technická univerzita, 2002. Studijní texty pro distanční studium. ISBN 80-7083-617-2.
- HUDÁKOVÁ, Zuzana a Mária KOPÁČIKOVÁ. *Příprava na porod: fyzická a psychická profylaxe*. Praha: Grada Publishing, 2017. ISBN 978-80-271-0274-7.
- CHRASTINA, Jan. *Případová studie - metoda kvalitativní výzkumné strategie a designování výzkumu: Case study - a method of qualitative research strategy and research design*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2019. ISBN 978-80-244-5373-6.
- JANDOUREK, Jan. *Průvodce sociologií*. Praha: Grada, 2008. Sociologie (Grada). ISBN 978-80-247-2397-6.
- JANDOUREK, Jan. *Slovník sociologických pojmů: 610 hesel*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3679-2.

- JAROŠOVÁ, Darja. *Úvod do komunitního ošetrovatelství*. Praha: Grada, 2007. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-2150-7.
- JEDLIČKA, Richard, Jaroslav KOŤA a Jan SLAVÍK. *Pedagogická psychologie pro učitele: psychologie ve výchově a vzdělávání*. Praha: Grada, 2018. Psyché (Grada). ISBN 978-80-271-0586-1.
- KRASTEV, Ivan. *Už je zítra?, aneb, Jak pandemie mění Evropu*. Přeložil Ladislav NAGY. Praha: Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum, 2020. Politeia (Karolinum). ISBN 978-80-246-4647-3.
- KUBAL, Michal a Vojtěch GIBIŠ. *Pandemie: anatomie krize*. Praha: Kniha Zlín, 2021. ISBN 978-80-7662-241-8.
- KUKLA, Lubomír. *Sociální a preventivní pediatrie v současném pojetí*. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-3874-1.
- MAHROVÁ, Gabriela a Martina VENGLÁŘOVÁ. *Sociální práce s lidmi s duševním onemocněním*. Praha: Grada, 2008. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-2138-5.
- PRŮCHA, Jan. *Andragogický výzkum*. Praha: Grada, 2014. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-5232-7.
- RABUŠICOVÁ, Milada, Karla BRÜCKNEROVÁ, Lenka KAMANOVÁ, Petr NOVOTNÝ, Kateřina PEVNÁ a Zuzana VAŘEJKOVÁ. *Mezigenerační učení: teorie, výzkum, praxe*. Brno: Masarykova univerzita, 2016. ISBN 978-80-210-8460-5.
- ROZTOČIL, Aleš. *Porodnictví v kostce*. Praha: Grada Publishing, 2020. ISBN 978-80-271-2098-7.
- SAMKOVÁ, Alžběta. *Vulvou porodní asistentky: připravte se na porod*. Brno: CPress, 2020. ISBN 978-80-264-3017-9.
- SKUTILOVÁ, Vladana. *Jak na strach a úzkost v těhotenství*. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5469-7.
- SLAVÍK, Milan. *Vysokoškolská pedagogika*. Praha: Grada, 2012. Pedagogika (Grada). ISBN 978-80-247-4054-6.
- SOBOTKOVÁ, Irena. *Psychologie rodiny*. 3. vyd. Praha: Portál, 2012. ISBN 978-80-262-0217-2.

Internetové zdroje a odborné články

Ambulantní porod. *Počet ambulantních porodů 2020*. [online]. 2021 [cit. 6.5.2022]. Dostupné z: <http://ambulantniporod.cz/2021/01/05/pocet-ambulantnich-porodu-2020/>

Český statistický úřad. *Aktuální populační vývoj v kostce*. [online]. 2022 [cit. 6.2.2022]. Dostupné z: <https://www.czso.cz/csu/czso/aktualni-populacni-vyvoj-v-kostce>

Fakultní nemocnice Ostrava. *Informace pro těhotné ženy v době pandemie Covid-19*. [online]. 2021 [cit. 16.5.2022]. Dostupné z: https://www.fno.cz/documents/informace_pro_tehotne-COVID-Simetka-final.pdf

HREŠANOVÁ, Ema a Jaroslava HASMANOVÁ MARHÁNKOVÁ. Nové trendy v českém porodnictví a sociální nerovnosti mezi rodičkami. *Sociologický Časopis* [online]. 2008, 44(1), 87-111 [cit. 2022-06-22]. Dostupné z: <https://www.jstor.org/stable/41132555?seq=23>

Iurium Wiki. *Mateřství*. [online]. 2018 [cit. 16.6.2022]. Dostupné z: <http://wiki.iurium.cz/w/Mate%C5%99stv%C3%AD>

Kernodle Clinic. *Preparing for Baby: 10 Things to Do Before You Give Birth*. [online]. 2022 [cit. 4.4.2022]. Dostupné z: https://www.kernodle.com/obgyn_blog/preparing-for-baby/

KODYŠOVÁ, E. Vliv sociálně psychologických faktorů porodního zážitku na ranou rodičovskou self-efficacy prvorodiček. *Psychosom* [online]. 2013, (4), 257-270 [cit. 2022-06-22]. Dostupné z: <https://www.psychosom.cz/54-archiv/452-vyzkum-4-2013-kodysova>

Metro. *Jak je v době pandemie složité přivést na svět dítě? Matky podepisují revers*. [online]. 2020 [cit. 15.5.2022]. Dostupné z: https://www.metro.cz/jak-je-v-dobe-pandemie-slozite-privest-na-svet-dite-matky-podepisuji-revers-161-domov.aspx?c=A200331_083706_metro-region_hyr

MOLGORA, Sara a Monica ACCORDINI. Motherhood in the Time of Coronavirus: The Impact of the Pandemic Emergency on Expectant and Postpartum Women's Psychological Well-Being. *Frontiers in Psychology* [online]. 2020, 11 [cit. 2022-06-04]. Dostupné z: doi:10.3389/fpsyg.2020.567155

Motherly. *12 ways to actually help a new mom during a pandemic* [online]. 2020 [cit. 30.5.2022]. Dostupné z: <https://www.mother.ly/relationships/community-friendship/how-to-help-new-mom-during-pandemic/>

The University of Sheffield. *Giving a voice to new parents during pandemic*. [online]. 2022 [cit. 30.5.2022]. Dostupné z: <https://www.sheffield.ac.uk/news/giving-voice-new-parents-during-pandemic>

MORRIS, Alyssa a Darby SAXBE. USC University of Southern California. *Pregnancy during COVID-19 lockdown: How the pandemic has affected new mothers*. [online]. 2021 [cit. 1.6.2022]. Dostupné z: <https://dornsife.usc.edu/news/stories/3484/pregnancy-during-covid-19/>

OLECKÁ, Ivana a Kateřina IVANOVÁ. ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST MATEK PRVORODIČEK V PRVNÍM PŮLROCE MATEŘSTVÍ: PŘEHLEDOVÁ STUDIE. *Central European Journal of Nursing and Midwifery* [online]. 2016, 7(3) [cit. 2022-06-22]. Dostupné z: https://www.researchgate.net/publication/309565291_ZDRAVOTNI_GRAMOTNOST_MATEK_PRVORODICEK_V_PRVNIM_PULROCE_MATERSTVI_PR_EHLEDOVA_STUDIE

What Moms Love. *58 Important Things to Do Before Baby Arrives*. [online]. 2022 [cit. 5.4.2022]. Dostupné z: <https://whatmomslove.com/baby/things-to-do-before-baby-arrives/>

YAAKOV, Ofir Ben a Orit TAUBMAN-BEN-ARI. *COVID-19-related anxieties in first-time mothers during the first wave of the COVID-19 pandemic and after 6 months: A descriptive study* [online]. 2022 [cit. 2022-06-22]. Dostupné z: doi:<https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.02.002>

Zdravotnický deník. *58 Important Things to Do Before Baby Arrives*. [online]. 2020 [cit. 30.5.2022]. Dostupné z: <https://www.zdravotnickydenik.cz/2020/12/pandemie-tizi-psychiku-cechu-hlavne-tech-mladych-je-ale-take-prilezitosti-jak-zlepsit-peci-o-dusevni-zdravi/>

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 – Živě narozené děti a úhrnná plodnost 2001-2020	15
Obrázek 2 – Živě narozené děti a míry plodnosti dle věku žen 2001 a 2020	16
Obrázek 3 – Počet ambulantních porodů 2016-2020.....	21
Obrázek 4 – Pociťované změny nastávajících matek v průběhu pandemie.	24
Obrázek 5 – Porovnání vlivu onemocnění covid-19, SARS a MERS na těhotenství a plod.....	29

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 – Charakteristika respondentek.....	38
Tabulka 2 – Témata a podtémata.....	39

SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1 Informovaný souhlas

Příloha č. 2 Přepis rozhovoru s respondentkou č. 1

Příloha č. 3 Přepis rozhovoru s respondentkou č. 2

Příloha č. 4 Přepis rozhovoru s respondentkou č. 3

Příloha č. 5 Přepis rozhovoru s respondentkou č. 4

Příloha č. 6 Přepis rozhovoru s respondentkou č. 5

Příloha č. 7 Přepis rozhovoru s respondentkou č. 6

Příloha č. 1

Informovaný souhlas

Výzkumný projekt: Příběhy prvorodiček v období pandemie Covid-19

Výzkumník: Mgr. Bc. Kristýna Vosátková

Prohlašuji, že jsem byla seznámena s podmínkami účasti na výzkumu a dobrovolně tak souhlasím s účastí na výzkumném projektu.

Beru na vědomí, že veškeré údaje poskytnuté pro účely výzkumu zůstanou anonymní a budou použity pouze pro vypracování diplomové práce či jiné výzkumné studie. Byla jsem informována, že mohu kdykoli odstoupit, a to bez udání důvodu.

Souhlasím také s pořízením audionahrávky rozhovoru mezi mnou a výzkumnicí. Nahrávka bude použita pouze pro přepis a následnou analýzu rozhovoru. Audio záznam bude ihned po dokončení projektu smazán a výzkumnice jej neposkytne žádné jiné osobě.

V Praze dne:

Účastník výzkumu

Výzkumník

Příloha č. 2

Přepis rozhovoru s respondentkou č. 1

Vyprávějte mi, prosím, o tom, jak probíhalo vaše těhotenství??

Úplně normálně probíhalo, miminko se narodilo tak, jak mělo, v květnu. To bylo na začátku pandemie v květnu 2020. Tudíž otěhotnět jsem musela někdy o 9 měsíců dřív, což znamená srpen myslím.

Děťátko se tedy narodilo v termínu a porod jste měla přirozený nebo císařským řezem?

Porod byl císařem, ale téměř na termín, protože jsem měla korunu a tudíž jsem... mě nechtěli vidět na žádné kontroly až do relativně poslední chvíle, takže a protože dítě bylo hlavou nahoru s menším váhovým odhadem a šňůrou okolo krku, tak mi byl vlastně doporučen císař. Ale nebyl tak, jak se standardně dělá asi 14 dní dopředu plus minus a stejně jsem měla termín 8.5. a císaře jsme naplánovali na 5. tím že jsme to plánovali až relativně na poslední chvíli a nakonec jsem rodila až 6. protože 5. mi vyšel pozitivní výsledek testu opět po měsíci zhruba od onemocnění.

V době porodu jste byla pozitivní?

Ano, byla jsem pozitivní, ale v dnešní době už se ví, že ne nakažlivá, protože mě ten výsledek vyšel nebo mě nevyšel vyloženě pozitivní, mě vyšel spornej, protože mi dělali výtěry z krku i nosu a jeden z nich vyšel pozitivní a druhý negativní. Takže a dělali mi je vlastně... že musím být negativní před nástupem k porodu, takže mi je dělali ráno 5., kdy jsem pak měla jít родit vlastně pak na toho císaře plánovaného. No ale protože mi to vyšlo takhle.... nebo možná den předem 4. Ne, ano, protože 5. ráno jsem měla nástup. 4. května mi dělali výtěry, 5. jsem měla mít nástup, ale 5. mi zrušili nástup s tím, že to mám divně, takže že půjdu znova na výtěry, tak jsem šla znova na výtěry. Znova jsem je měla divně a takže mi řekli, že mě teda vezmou 6., ale s tím že mě musí brát jako pozitivní, protože prostě mi to vyšlo takhle divně a pak že mě budou testovat znovat..

Hm...

Já jsem to měla takový složitější totiž v tomhle.

To tedy. Mohla bych se vás teď ještě zeptat na dobu před porodem? Jestli jste v těhotenství chodila do práce?

Chodila jsem... teď abych nekecala jenom do třetího nebo čtvrtého měsíce, protože jsem měla rizikovou práci. Já jsem dělala pečovatelku, takže jsem... v domově pro seniory, takže jsem zvedala seniory hodně, jsem se tam potkávala s infekcemi hodně, takže jsem nastoupila na rizikový těhotenství v nějakým přelom třetího čtvrtého měsíce.

Takže homeoffice jako takový, který se potom vzhledem k pandemii zavedl, jste nezažila.

Ne a u nás by stejně homeoffice nebyl, protože pečovatelky ho nemívaj. Šla jsem na rizikový těhotenství nějakým čtvrtým měsícem a na mateřskou jsem pak nastoupila jako na oficiální mateřskou normálně těch 6 týdnů před porodem.

Jak vaše těhotenství probíhalo? Po fyzické stránce jste zmínila v úvodu nějaké komplikace s miminkem?

Noooo.... Bylo mi blbě a tak, ale nebyly vyloženě komplikace. Jako s miminem jako takovým komplikace nebyla. Já jsem to těhotenství neprožívala úplně dobře, ale mimčo bylo v pohodě, tam komplikace nebyly. A vlastně na konci března jsem dostala koronavirus a ... bylo to vlastně úplně na začátku pandemie. Teprv se to k nám dostalo. Takže vlastně nikdo nevěděl, co s tím, takže jsme byli v karanténě zhruba měsíc s manželem, tak do nějakého... do půlky dubna tak různě, protože se to protahovalo. Protože tenkrát ještě se musel mít negativní test na ukončení karantény, ale na ten negativní test jsme mohli až po odeznění příznaků. Já nevím zhruba tak týden, takže se nám to tam protahovalo a do té půlky dubna jsme byli v karanténě. Ale měla jsem velice lehký průběh, vlastně nic mi nebylo prakticky. Měla jsem jenom... jenom jsem nevím co měla, nějak rýmu nebo něco takového a volala jsem doktorovi, jestli si v těhotenství můžu vzít paralen, protože hlava mě bolela. Hlava mě bolela. Jestli si můžu vzít paralen nebo jaký prášek si můžu vzít a na to konto on říkal jako že jo, můžete si vzít paralen, ale pro jistotu si zajděte na testy, ať když půjdete mezi ostatní maminky

sem ke mně na kontrolu, tak ať náhodou mi sem něco nepřinesete. No a takhle jsme vlastně zjistili, že mám koronu.

Takže to, že máte koronavirus jste nezjistila v porodnici, ale už dva měsíce před, jestli tomu dobře rozumím?

Ano, právě že dlouho předtím a já už jsem byla i venku z karantény, už jsem měla i negativní testy. Ale protože to testovali jenom výtěrama z nosu. No ale v té porodnici to testovali výtěrama z nosu i z pusy a ten z té pusy byl nějakým způsobem na hraně pozitivity, protože se ještě nevědělo, že ty testy můžou vycházet pozitivně i zhruba ještě několik měsíců po odeznění samotného onemocnění. Takže tam ty protilátky jsou v těle ještě poměrně dlouho a ten test je ještě může zachytit. To dneska už je to jinak, dneska prostě už se ví, že nakažlivý člověk je já nevím zhruba 14 dní nebo já nevím, v době příznaků. Já už jsem žádné příznaky neměla, bylo mi dobře, byla sem já nevím tři týdny venku z karantény po několika negativních testech už opakovaných, ale protože to vyšlo takhle divně, tak mě brali jako pozitivního.

Jaké to pro vás bylo?

Hrozný. Hrozný, protože už jsem vlastně byla nastavená, že už jdu na operaci, že už půjdu na císaře a pak mi vlastně ten den, co jsem tam měla jít řekli, že tam nejdu, a že pokud jim vyjdu pozitivně, tak že mi vezmou dítě, že mi ho vůbec nedaj, že si na něj vůbec ani nešáhnou. Že prostě jí musej dát do izolace, že mě daj do izolace, že dítě daj do izolace, že prostě budeme obě v nějaký uzavřený místnosti někde, kde k nám nebude chodit... jako kde maj nařízený minimální kontakt. Takže k nám obou přijdou jen opravdu případě nouze. Takže to jsem řekla že jako absolutně nechci, aby mně někde nechali novorozený dítě ležet někde v nějaký místnosti, takže jsem si vytelefonovala, že... S tím dítětem bude moje maminka, která se o něj bude starat, což oni přijali poměrně v pohodě, protože to pro ně znamenalo míň práce, protože se vlastně nemuseli oblíkat do těch mundůřů furt, protože k nám opravdu chodili jako oblečený kompletně v těch hábitech od hlavy po patu. Takže... vlastně uvítali, že o to dítě se bude starat někdo jinej než oni a tím pádem se jim ulehčí práce. Takže já jsem si tohle obtelefonovala. Řešila jsem to celý den od osmi ráno do devíti do večera. Přehazovali si mě hrozně mezi dětským a porodním a nevím čím vším, protože vlastně nikdo nic nevěděl. Proptže se vlastně jako já jsem vlastně byla úplně první, kdo tam takhle rodil, neměli žádný opatření. Nevěděli, jak ty opatření mají udělat, nevěděli, jak to má vypadat, jak to má probíhat. Takže vlastně ještě den před porodem já jsem nevěděla, jak reálně to bude vypadat a jestli mě vůbec k tomu porodu vezmou. Protože to taky ještě nebylo jistý vlastně. Aaaaa takže to byl vlastně šílený stres a nevěděla jsem, na koho se mám obrátit, protože si mě fakt přepinkávali, protože nikdo nic nevěděl. Takže takže hrozný.

No a pak vlastně v den nástupu tam se mnou nemohl být manžel, takže v den nástupu jsem musela jít nějakým bočním vchodem, kdy mě fakt šoupli do takových, jak je ve filmech, když je někde radioaktivní odpad, tak tam jsou ty stany obrovský bílý, tak přesně tím jsem šla do toho jsem šla já. Do takovýhleho. Tam pro mě měli udělanýj takovej stan obrovskéj bílej. Že jako přímo v té porodnici takhle udělali, oblepili vlastně něco. Kde tam fakt jako ke mně chodili v těch hábitech. A tam jsem čekala a nevěděla jsem kdy půjdu rodit, protože jsem vlastně musela být poslední na sále, protože ho po mně museli celý dezinfikovat a tak, takže jsem tam ležela od rána a čekala jsem, až odrodí všechny, co mají odrodit císařem. Aaaaa no pak vlastně mě převezli zase do takhle zajištěnýho poradního sálu, kde mi říkali, že tam je minimální personální zajištění, a právě mi neuděli ani fotku s dítětem, že tam nemají žádný ruce navíc, že tam prostě je naprostý minimum, který tam může být. No, takže to bylo velice stresující pro mě. Bylo to hrozný.

Podle toho, co říkáte, tak jste tam na vše byla úplně sama. Mohla jste mít v těchto chvílích oporu alespoň po telefonu?

Ano. Nemohl tam se mnou nikdo být. Takže ani manžel ani moje mamka tam nemohla. Eště, že jsem mohla mít telefon. S mamkou jsem se totiž taky nemohla vidět. Oni mi totiž povolili tu osobu u toho dítěte. Ale řekli mi, že to nemůže být manžel, protože ten je se mnou v domácnosti, tudíž je taky rizikovej, takže ho do porodnice vůbec nepustěj. Ten jako mohl přijet do areálu mě tam odvízt, ale... to je všechno. A takžeeeeeee jsem se takhle domluvila s mamkou, protože jsme se jakoby neviděly a tudíž ona nebyla riziková.

Jak jste to celé vnímala, co jste v těch chvílích prožívala?

Byla to spousta stresu a strach. Strašně jsem se bála. Měla jsem strach... hroznej strach z toho, že jsem nevěděla, co s tím dítětem bude a vlastně oni mi nepodávali vůbec žádný informace. Tak mě nejvíc zachraňovalo to, že tam byla ta moje mamka. Takže vlastně od ní jsem měla informace, že prostě je malá v pořádku, že prostě už je tam s ní, protožeee protože vlastně ke mně vůbec nikdo nechodil. Já jsem vůbec nevěděla nic ani mě tam nekontrolovali. Já sem měla částečnou narkózu, spinální, takže mě vlastně mimčo vytáhli, ukázali mi jí, řekli že jako... jako že dobrý a odvezli jí. A tím vlastně zhasla veškerá informovanost pro mě. Pak jsem zjistila, že ji zapomněli změřit, že jí zapomněli zvážit, že vlastně neudělali vůbec nic, protože prostě rizikový dítě. Takže fakt jenom jestli dechá, jestli je jako v pořádku. Apgar jí určitě nějaké udělali, ale neřekli mi to a a rovnou jí odvezli, Takže jsem měla hodně strach. Hodně stres...

To muselo být velice náročné.

Byly to hrozný chvíle. Jako snad asi nejhorší, jak jsem nic nevěděla. Nikdo nic nevěděl. Nemít tam s malou tu mojí mamku... jako to si nedokážu představit. Jinak jako porod takovej probíhal bez problémů, všechno bylo v pořádku i personál byl milej, takže tohleto bylo normální. Malá byla krásná, rovnou brečela, koukala jako všechno bylo v pořádku tohleto, ale to, že mi jí vzali a že mě absolutně neinformovali o ničem, neměla jsem vůbec žádný informace, nevěděla jsem vůbec nic. Jako kdybych tam neměla tu mojí mamku, tak jsem úplně ztracená. Tak to to strašně zabilo. Lékařům to bylo úplně jedno, že nejsem o ničem informovaná. Kdyby tam nebyla moje mamka, tak si to vůbec nedokážu představit.

Bylo to vlivem pandemie?

Určitě. Nemít koronavirus, tak to si myslím, že by bylo všechno úplně jinak. Pandemie a to, že jsem chytla koronu to všechno obrovsky ovlivnilo. Obrovskej a negativní vliv na všechno, na celej porod.

Říkáte, že pandemie obrovsky ovlivnila všechno, nejenom porod. Když se vrátím do doby vašeho těhotenství, měla pandemie a s ní spojený nouzový stav a restriktce v podobě zákazů na sportoviště a do kulturních zařízení, zavřené restaurace a uzavření určitých obchodů. Ovlivnily tyto restriktce vaše přípravy na příchod miminka?

Tooo to asi moc ne. Protože jsem vlastně většinu tý doby strávila v karanténě. Protože vlastně když k nám ta pandemie dorazila, tak to vlastně začalo zavřením škol někdy na začátku března a já jsem asi od 23. března nebo tak ňák jsem byla vlastně pozitivní a v karanténě, takže mě tyhle všechny opatření dost minuly tím, že jsem musela být doma zavřená několik týdnů, tak tak jsem vlastně jakby moc ty omezení nepocítila.

Takže se vás to nedotklo, protože jste byli zavření doma.

Nás se dotkla karanténa jako taková, ale omezení moc ne.

Věci na miminko jste měli tou dobou už přichystané?

To jsme měli vše zařízené už předtím, to už jsme stihli.

Měla jste ohledně porodu nějaká očekávání? Dělala jste si třeba porodní plán?

Porodní plán jsem neměla a očekávání... To je těžká otázka.... Asi ani ne. Já jsem jako jediný co, tak jsem věděla, že chci, aby byl se mnou u porodu manžel a podle toho jsem vybírala porodnici, která takovou, která to umožňuje. Že jsem chtěla, aby se mnou byl úplně od začátku, že nechci, aby přijel až na porod, protože to mi nepřišlo tak podstatné. Chtěla jsem, aby se mnou hlavně byl, než k tomu porodu jako takovému dojde. A to je vlastně asi jediné moje očekávání, které jsem měla. Jinak já jsem z toho jako ani strach moc neměla, nějak jsem se toho nebála. Tím že vlastně mimčo bylo... měli jsme tam nějaké genetickej předpoklad ne úplně optimální, ale nebylo to nic vážnýho. Takže jsem se toho vlastně nebála. Byla jsem s tím v pohodě. Nějak tam nebyly žádný výrazný emoce k tomu.

Takže důležité pro vás bylo hlavně to, aby s vámi u porodu mohl být manžel.

Ano, to pro mě bylo to nejdůležitější, a to vlastně nevyšlo. Ale tím, že jsem nakonec šla tím císařem a nemusela jsem tam já nevím kolik osmnáct dvacet hodin trávit v nějakých kontrakcích sama, tak to jako nebylo vlastně tak drastický. Samozřejmě mě to hrozně mrzelo, ale nebylo to tak drastický. To vlastně mě napadá, že tohleto bylo taky hodně omezený. Že to jsem hodně hlídala, protože zakázali tatínky u porodu v nějakým čase, a to jsem hlídala, a to jsem strašně doufala, že se uvolní

a ono se to fakt uvolnilo předtím, než já jsem šla родit, ale bylo mi to k ničemu no. Protože jsem byla kvůli výsledkům těch dvou testů nespécifikovatelná a tudíž prostě mě brali jako pozitivní a tudíž manžela vůbec nepustili dovnitř.

Jestli to dobře chápu, tak manžel za vámi do nemocnice vůbec nemohl.

Ne, nemohl. Vůbec ho nepustili vůbec ho nepustili. Já jsem byla ráda, že mu vůbec dovolili si pro nás přijet. Protože i to se tam řešilo, že by vlastně pro nás vůbec neměl jezdit ani do areálu porodnice. Ale ono to vlastně ani nebylo potřeba, aby za námi přišel, protože já jsem šla domů za dva dny.

Po císařském řezu Vás domů pustili za dva dny?

V tý nemocnici byli všichni strašně vyděšený z tý korony, takže ani k mamce s malou ani ke mně vlastně nechodil nikdo, pokud to nebylo nezbytně nutný. K nim fakt šli jenom s tím, že malej přinesli mlíko. Za mnou šli s tím, když mi nesli jídlo a přišli mi stahovat po tom císaři dělohu. Aaaaa byla jsem napojená na všechny možný hadičky, takže v nějakých časových úsecích chodili kontrolovat tady to. Ale byly to vlastně sestřičky z JIPky, protože já jsem byla na JIPce a ty vůbec neměly žádný informace o tom, co se děje s dítětem nebo jak je to na dětským. No a pak se mi nák podařilo, protože ta jedna sestřička byla hrozně milá, ta byla hrozně ochotná, takže přes tu se mi podařilo kontaktovat dětskou doktorku, která mi teda vlastně řekla, že dítěti budou dělat nějaký ty testy a vlastně já ani nevím, co ono se v těch prvních dnech má nebo nemá dělat, protože o tom mě taky nikdo neinformoval. Aaaale jediný, co vím, tak že se po 48 hodinách dělá nějaký odběr z patičky, kde se zjišťuje něco nevím přesně co, ale že ten odběr je důležitý po těch 48 hodinách a na ten jsme teda vlastně čekaly a potom jsme šly domů. Ale jako oni se nás chtěli co nejrychleji zbavit, aby sme tam nebyly, protože prostě samozřejmě jsme byly komplikace. I mamka s malou vlastně zabíraly nějaký VIP pokoj, já jsem zabírala nějaký pokoj, takže se nás chtěli co nejrychleji zbavit. Takže mě poslali domů ještě se svorkama v břiše jsem šla domů a... no... po tom vlastně hned odběru s tím, že vlastně dítě ještě mělo... Má nějakou špatnou ledvin a oni měli dělat sono tý ledviny a měli kontaktovat odborníka, se kterým jsme byli předem domluvený. A oni to teda nák jako udělali, ale řekli, že to je v pohodě a že tam nic nemá. Což mě bylo divný, protože z ultrazvuku jsme věděli, že tam prostě něco má. A takže nás poslali s tím, že to je v pohodě a ať to něřešíme. Takže jsem vlastně pak ještě obvolávala doktorku a řekla jsem „Heleďte já jsem přesvědčená, že to prostě v pohodě není, co mám dělat dál?“ a ona mi na to řekla, že to už se mám domluvit s dětským doktorem. Dítě mi pak teda zvažili a až po tom, co se vykakala, takže nemám relevantní údaj o tom, kolik vážila při porodu. Nezměřili mi jí. Měřil jí až pediatr.

Jaké to bylo po příchodu domů z porodnice?

Já jsem po příchodu domů byla hlavně ráda, že už jsem doma, že už konečně mám to dítě u sebe, že už jsem ho konečně viděla mohla jsem si na něj sáhnout a všechno. A byla tam s námi mamka, která mi pomáhala. Protože fakt normálně po císaři se myslím pouští po čtyřech až pěti dnech, když je všechno v pořádku. A mě tím, že mě pustili takhle brzo, tak mě vlastně ani nikdo nechtěl zkontrolovat. Normálně by mě pustili po takovýhle operaci bez kontroly domů. Já jsem si vydupala, že chci, aby mi udělali alespoň sono břicha a aby se na to přišel podívat lékař, protože vlastně lékař mně vůbec neviděl. Od toho řezu samotného, se na mě ani jednou nebyl podívat žádný lékař. Byla tam vždycky jenom sestra. Že jsem říkala jako že půjdu domů ale že chci, aby mě alespoň ještě zkontrolovali. Takže mi tam přivezli ultrazvuk a zkontroloval mě lékař. Takže mě teda zkontrolovali ultrazvukem, ale nechali mi svorky v břiše a pustili mě domů. No tak ale byla jsem moc ráda že už jsem doma, ale byla jsem nervózní z těch svorek, protože... protože tam to bylo takový jako že jsme se ani nedomluvili na termínu vyndání. Řekli mi prostě „Heleďte, tady máte číslo a zavolejte si.“ já nevím na pana primáře mi dali číslo “Zavolejte panu primáři. Zavolejte mu za dva dny”. Tak jsem mu volala a nedovolala jsem se a vlastně pak když jsem se nějak dovolala... jo a oni mi vlastně řekli, že mi možná ty svorky vypadnou, že možná mi vypadají samy. Aha tak jo... a že když nevypadnou, tak ať teda volám ve středu. Ve středu jsem se zase nedovolala. Volala jsem ve čtvrtek, ve čtvrtek jsem se dovolala a primář mi řekl tak co, vypadaly? Já jsem mu řekla nevypadaly. A říkala jsem mu, že už to jako začíná bolet, že mi to začíná natékat. Bylo to prostě citlivý a on se ptal jestli to mám rudý, tak mu povídám, že jako rudý to moc nemám, ale už to začíná být dost citlivý a on mi povídá “Já už teď na vás nemám čas, v pátek se mi to taky nehodí, tak kdyžtak v pondělí. Protože musíte přijít... nemůžete k nám do nemocnice, protože bysme zase museli mít spoustu opatření, takže nám tam musíte jít nějakým bočním vchodem a jít tam někam do sklepa nebo já nevím do nějaký speciální místnosti a tam prostě teďka nemůžete. Takže třeba Vám to ještě vypadá, tak kdyžtak teda v pondělí

přijdete. Zavolejte si v pondělí.” No akorát že mě to během ještě dalšího dne už nateklo, zčervenalo a začalo to už fakt bolet a to jsem řekla, že ty svorky musí fakt už jít ven, už to bylo fakt blbý. To jsem ty svorky měla v břiše nějaké 9., 10. den. Já jsem volala svému gynekologovi a říkala jsem mu že, si to klidně vytahám sama. Jen potřebuji vědět, jestli si to můžu vytahat bez toho, aniž se mi rozevře břicho. Tak se mě ptal, jak dlouho je tam mám, tak mu povídám že 9. nebo 10. den a on povídal, že to mají být dávno venku, že se tam normálně nechávají já nevím pět dní zhruba, ale maximálně do týdne se musí vyndat, protože tam pak hrozí riziko infekce a povídal mi, že by mi je vyndal, ale že tam nemá nějaký kleště na to. Tak jsem mu říkala, že to nevádí, že si je klidně vyndám sama. Jenom bych od něj potřebovala vědět, jestli můžu. A takže jsme se domluvili, že si vyndám 2 a mám mu to vyfotit a poslat mu fotku, jak to vypadá a on mi řekne, jestli je to v pořádku, jestli se mi ta jizva nerozevře a jestli teda můžeme tahat dál. Takže mi manžel tahal kleštěma svorky z břicha, a to bylo fakt skvělý, protože ty svorky jsou zapíchnuté v kůži. Ale my jsme to nevěděli, že jsou zapíchnuté v kůži, protože když mi primář řekl, že možná vypadaj, tak jsem počítala s tím, že tam jsou jenom zcvaknutý a nejsou tam zapíchnuté no a... takže než jsme to u té první zjistili, tak to bylo dost bolestivý, ale tak dobrý... zjistili jsme to a ty ostatní jsme prostě vytahali, udělali jsme fotky, komunikovali jsme s gynekologem, který nám to kontroloval, jestli je to v pořádku a bylo to v pořádku. A to bylo vlastně nejbolestivější na celém porodu. Kromě stahování dělohy bylo vyndávání svorek po domácku hezky kleštěmi, který jsme si vydezinfikovali, to nejbolestivější.

Takže péče po porodu nebyla žádná.

Péče nebyla vůbec žádná absolutně nulová a bylo to Podolí, takže nejvyhlášenější porodnice. Tam jsem šla právě kvůli tomu, že poskytuje nejlepší zdravotní péči. A takhle to dopadlo. My jsme šli pak k tomu nefrologovi přeci jenom kvůli té ledvině malý. Respektive my jsme to řekli obvodřákovi. Jestli by jí tu ledvinu mohl ještě zkontrolovat on, protože se nám to nezdálo. Obvodřák jí to zkontroloval a řekl že opravdu s tou ledvinou něco má a poslal nás k nefrologovi. A ten nám řekl, že prostě dva dny po porodu fakt nemůžou zjišťovat ledviny, protože to se zjišťuje až nějaké 4., 5. den po porodu, až když dítě začne normálně pít. Takže i tohleto v Podolí zanedbali. Takže nejenom péči o mně ale i péči o dítě zanedbali kvůli strachu a opatřením ohledně toho covidu. Musel mě manžel takhle kleštěma operovat doma, protože mi řekli že vlastně ani na pohotovost ať nejezdím, když jsem pozitivní nebo tohle, tak nemůžu přece nikam jet, protože prostě jsem v karanténě. Takže fakt jako spousta strachu, spousta nerovzoty. Takovej obrovské a negativní vliv to na to všechno mělo celá pandemie.

Jak to bylo s péčí o miminko? Jako prvorodička, co jste potřebovala?

No celkově jsem se nedozvěděla nic o tom dítěti, jaký by mělo mít vyšetření v tý porodnici, jaký tam reálně mělo vyšetření a nějakou podporu s kojením, nic z toho jsem neměla, a to mi chybělo. Ale vzhledem k všem těm okolnostem jsem si s tím nedělala až takovou hlavu. Prostě jsem doufala, že jí naočkovali, co měli, udělali jí vyšetření, co měli a pak jsem hodně spoléhala na pediatra, protože máme dobrýho pediatra, takže co vlastně zanedbali v porodnici, tak pak doháněl pediatr. Takže to nebylo až tak zásadní, spíš to bylo k nasrání k tomu všemu no.

Kde jste hledala informace ohledně péče o miminko?

U mamky. Mamka vlastně s námi jela k nám domů a pomáhala mi ty první dny doma, který bych kdyby byla normální situace a nebyla pandemie, který bych byla v porodnici. Takhle vlastně protože po tom císaři jsem se těch prvních 24 hodin nesměla ani hnout, ani zvednout hlavu nic. Další 24 hodin jsem se učila chodit a rozhýbávala se a pak už jsem šla domů. To by normálně nebylo. Já jsem ty první dny nebyla vůbec schopná dítě pořádně zvednout, protože prostě mi to ještě nedovolilo to břicho. I jak jsem v něm měla ty svorky, tak se mi břicho hodně napínalo, bolelo to. Takže mi mamka pomáhala s tím, že mi jí vždycky podala a já jsem jenom seděla nebo ležela, dávala jsem si malou k prsu a vlastně o zbytek se starala moje mamka s manželem. Malou přebalovali, koupali, převlíkali... nic z toho jsem já nedělala, protože jsem toho nebyla schopná. Až po vytáhnutí těch svorek jsem začala nějak normálně fungovat. Udělalo se mi výrazně líp, protože do té doby to bylo všechno hrozně bolestivý a problémový.

Měla jste ještě někoho, na koho jste se mohla s péčí o miminko obrátit?

Ještě pediatr, tomu jsem mohla zavolat prakticky kdykoliv s čímkoliv. Věděl o tý koruně, jak mi vyšly testy a že nás s malou kvůli tomu propustili z porodnice takhle strašně předčasně. Tak tomu jsem... na toho jsem se mohla kdykoliv obrátit.

Mělo na vás vliv omezení styků s dalšími členy rodiny nebo přáteli?

Jak se to vezme. My jsme totiž vlastně byli strašně dlouho v tý karanténě. Takže už vlastně před porodem jsme nikam nemohli a byli jsme zavřený s manželem doma. Nám vlastně karanténa skončila, když jsem byla asi v 38. týdnu těhotenství. A mě se tam teda nahromadila strašná spousta vyšetření a prohlídek, na který jsem nemohla docházet, když jsem byla v tý karanténě. Protože když zjistili, že malá je hlavou špatně a navíc má tu ledvinu, tak já jsem měla strašnou starost s tím, že jsem v tý karanténě na ty vyšetření nemohla a nevěděla jsem, jestli to je v pořádku. To bylo strašný. Nejdřív mě honili po vyšetřeních a kontrolovali furt, a když se zjistilo, že mám koronu, tak najednou nebylo nic. To bylo hrozný. Já, co jsem měla štěstí, tak mám skvělýho gynekologa, kterej mi dal svoje osobní číslo a říkal mi, že kdyby cokoliv se dělo, že kdyby cokoliv nebo jsem si nebyla s čímkoliv jistá, kdyby se mi zdálo, že se mimčo nehýbe, kdyby sem krvácela, ať mu volám kdykoliv ve dne v noci, že přijede do ordinace a prostě se sejdeme v jeho ordinaci lidně v noci. A byl fakt velice ochotnej. Takže já jsem měla tohle jako takovou jistotu, to mě uklidňovalo, že jsem věděla, že se mu můžu kdykoliv ozvat. To bylo super. Ale samozřejmě jsem byla nervózní. Byla jsem nervózní i kvůli tý ledvině malý, protože jsem nevěděla, jestli se to nějakým způsobem nezhoršuje, zhoršuje, protože tam byla ještě varianta, že kdyby se to nějak výrazně zhoršilo, tak bysme museli ještě na nějakou operaci v těhotenství. Což nebylo zas tak pravděpodobný, ale takhle možnost tam byla. A co jsme dostali koronu, tak nás úplně zadrželi. Nic, žádná kontrola, prostě nic.

Všechna plánovaná vyšetření šla stranou a měla jste tedy jaké instrukce?

Měla jsem pozorovat, jestli se miminko hýbe, jestli nekrvácím, jak moc mi tvrdne nebo netvrdne břicho a vlastně pak když jsem mohla začít opět na vyšetření po skončení karantény chodit, tak já jsem byla na nějakých dvou velkých ultrazvucích v tý porodnici a na normálních ultrazvucích a na normálních kontrolách, takže před tím porodem se mi toho tolik nahromadilo. Bála jsem se aby hlavně bylo všechno v pořádku, takže tam vlastně ani nebyl prostor na nějaký kontakty s rodinou nebo přáteli. Takže zákaz jako takový nás neovlivnil.

A po porodu to bylo jak?

Jak jsem rodila v květnu, tak vlastně než jsem se nějak po tom porodu vzpamatovala a dala do pořádku, tak bylo léto a ta opatření se začala postupně uvolňovat. Takže k nám normálně rodina přijela se na malou podívat. Já jsem si teda pár dní na to, co mě pustili z porodnice, tak jsme si s manželem došli na testy oba. Abychom už zase byli vedený konečně jako negativní. Protože hygiena z nás byla úplně nešťastná, protože nikdo tam nevěděl, jak nás mají evidovat nebo co s námi mají dělat, takže jsme si zajeli na normální testy, který se dělaly běžně, ty z nosu, na kterých jsme konečně vyšli negativně a mohli jsme pokračovat v nějakým normálním životě. Takže jsme se mohli konečně pohybovat venku mezi lidma.

Jak jste vnímala uzavření služeb a různých kroužků pro maminky s dětmi. Dotklo se vás toto nějak?

My jsme moc chtěli s malou chodit na plavání, ale protože má tu nemocnou ledvinku, tak vlastně nám to vůbec nevadilo, že tohle je zavřený, protože bazén nebo to vaničkování pro miminka, co se taky se nemohlo konat, by pro ní stejně bylo riziko a nemohli bysme na něj chodit.

Jak nyní zpětně prožíváte to, že jste rodila v době pandemie? Můžete mi říct, co jste vnímala jako nejvíc negativní a co naopak?

Nejvíc negativní na tom vlastně bylo to, že nikdo nic nevěděl, že to vlastně bylo úplně nový a vlastně nikdo nevěděl, jak se má zachovat a co dělat. Nevěděla to hygiena, nevěděli to praktický lékaři, nevěděli to porodníci, nevěděl to gynekolog, nevěděl nikdo nic. Protože ty pokyny od vlády byly velice nejasný, pořádk se všechno měnilo. Což jako chápu, oni za to taky nemohli, taky to nevěděli, byla to nová věc, ale to vlastně na tom bylo to nejhorší. Ta nejistota. Ani ne taky ty opatření, protože prostě holt se nedalo nic dělat, ale ta nejistota, že mi nikdo neřekl přesnej postup, že mě prostě... Já bych i pochopila, že jsem musela rodit tak, jak jsem musela, kdyby mi prostě řekli, že to bude tak a tak. Ale já jsem si to všechno musela obtelefonovat. Domlouvat se s jednotlivěma lidma, teď ty lidi to různě rušili, mezi sebou se nedomlouvali, takže jako obrovská nejistota, obrovskej stres z toho, co se bude dít, kde to dítě vlastně je, jestli vůbec zůstalo v tý porodnici ty jo nebo kam ho dali, protože ani to mi nikdo neřek. A vlastně následující postup, že taky jsem nevěděla, co dál, takže jsem si to musela řešit všechno sama, neměla jsem se na koho obrátit o radu, protože prostě nikdo

nevěděl, co se kde bude dít nebo co se má dělat. I hygiena sama nevěděla, co mi má na to říct, že jsem vyšla takhle divně. Já jsem se vlastně tý nemoci nebála, protože tím, že jsem jí prodělala prakticky bez větších problémů stejně jako můj manžel. Protože jsme to chytli navzájem od sebe a vlastně ještě před nouzovým stavem jsme se stihli nakazit. Než vlastně nouzovej stav začal. U nás měla ta nemoc mírnější průběh, téměř žádný, takže jsem se nebála tý nemoci jako takový, ale vlastně toho, co se bude dít kolem toho. Že nedostaneme tu péči, že nám nikdo nic neřekne, co se bude dít za hodinu natož zítra. Nebo prostě co se s náma bude dít v porodnici, co se s náma bude dít viz svorky v břiše že jo. Nebo co bude potom, co z tý porodnice já a malá vylezeme a tak dál. Ani jsem nevěděla, jestli nás pediatr vůbec přijme. Kdo a kde nás zkontrolují. Kdy se s malou uvidím. Fakt jako to bylo nejhorší, ta nevědomost a ta nejistota.

Našla byste na pandemii něco pozitivního?

To, že se mnou mohl být doma manžel ještě před porodem, protože taky měl koronu a měl to placený jako neschopenku. To bylo hezký. Byli jsme jako rodina pohromadě, i když v karanténě a ve dvou místnostech a fakt nám to lezlo na mozek, ale to mě vlastně přišlo docela fajn, že si nemusel plácát dovolenou na to, aby byl se mnou před tím porodem. Ale jinak mě asi nic nenapadá.

Napadá Vás k tématu ještě něco důležitého, o čem jsme nemluvily a co byste chtěla říct?

Jako mě třeba na celým tématu porody v době pandemie a všeobecně všechny zákroky lékařský v době pandemie přijde vlastně hrozný to, že ani teď po těch dvou letech, kdy už tady je ta pandemie, tak vlastně si myslím, že ty maminky jsou pořád ve výrazný nejistotě. Určitě ne v už tak velký jako já úplně na začátku, ale pořád prostě nejsou sjednocený postupy od hygieniků, protože co vím teďka od známých, že rodili v době korony a prodělali koronu v těhotenství, tak jedný, která měla strašně těžkej průběh, tak jí nevzali do nemocnice, řekli jí tady si hlídejte kyslík v krvi a když vám to klesne, tak přijďte, ale jinak to neřešte a druhý dali domů injekci na ředění krve do břicha, protože jí řekli, že když je těhotná a dostane koronu, tak je riziko nějaký embolie a má si píchat injekce do břicha. Takže nějaký sjednocený postup, co se bude dít, co se má dělat pořád není, a to mi přijde hrozný. Že vám každéj řekne něco jinýho.

Tohle si vůbec nedokážu představit.

Strašně záleží na těch doktorech. Což jako logicky, to záleží vždycky, ale už by člověk předpokládal, že jsou prostě nějaký všeobecný postupy pro to, že když jste pozitivní, že to bude tak a tak... Stejně tak hygieny, že nemaj jednotnej postup, že v každým kraji řekne ta hygiena něco jinýho. Jsou úplně jiný podmínky.

Měla jste tedy štěstí, že Váš gynekolog a pediatr vás podrželi.

Jo, oba mi byli velkou oporou, ale ani oni neměli žádné informace. Jednali velice lidsky oba dva, protože malou mi vlastně taky malou testovali na koronu úplně stejným způsobem tou špejlí jako dospělýho, to novorozený miminko. To už jí prej udělali v porodnici, to mi říkala mamka. A malá vyšla díky bohu negativně a díky tomu si jí pediatr vlastně vzal na kontrolu hned jak jsme přišli domů z nemocnice.

Kdo s malou k pediatrovi šel?

Mamka s manželem. My jsme popsali pediatrovi situaci, jak vypadal ten můj pozitivní test, jak to bylo a že už jsme byli pozitivní a že manžel je negativní, mamka taky. No a já jsem pak taky vyšla negativní, tak už jsem tam s ní mohla jít i já při další kontrole.

Jak jste to vůbec měla s kojením, vzhledem k podmínkám, za kterých porod probíhal a miminko jste první dva dny vůbec neměla u sebe?

Já jsem měla strašnou kliku na dobrou sestřičku, která u mě byla ty dva dny, co jsem byla v porodnici, přes den, a která mě učila odstříkávat mlíko a fakt si dala tu práci a seděla tam se mnou půl hodiny u jednoho prsa, i když vlastně odstříkala nic. Ale fakt se snažila a ukazovala mi, jak to mám dělat. A vlastně ten druhý den už mě učila, abych to dělala sama. Vlastně ten první den jsem ani nemohla, takže to dělala ona a ten druhý den mě učila, jak to mám dělat já. A myslím si, že ta mi to strašně zachránila, protože třeba ta noční sestra, co tam byla mi řekla, že to je zbytečný, že mi nebude žádný mlíko odstříkávat, že to je jedno, že dítě dostane sunar, že to je zbytečný a nebude to dělat a odešla a vůbec se mnou nebyla, ani vlastně ke mně nešla, jak jsem byla riziková. Pak jsme doma bojovali s prisáváním, protože jsem vůbec nevěděla, jak jí mám dát, do jaký polohy jí mám

dát. Tohle mi v porodnici nikdo nemohl ukázat ani jsem to nemohla vyzkoušet. Protože mi jí kvůli koruně vůbec v tý porodnici neukázali. Při tom kojení jsem byla úplně bezradná.

Jak jste to vyřešila? Pomohla Vám maminka?

Ne, tohle už mi mamka neukázala, protože už si to nepamatovala a vlastně ani nevěděla, jak se to dělá po císaři, protože císařem nerodila. Takže tohle jsem pak dohledávala na internetu. Že dítě by nemělo být ve standardní kojící poloze, že by se vlastně nemělo vůbec dotýkat toho břicha. Takže bych ho měla mít nějak z boku, ale to mi vůbec nešlo, to se nám vůbec nepodařilo. Takže jsem jí stejně nakonec na tom břiše měla, ale měla problém s přísáním a neuměla tahat dlouho, usínala u toho, takže se mi pořád budila hlady, protože si vždycky jenom trochu cucla a hned usnula.

Měla jste to s kým sdílet? Třeba s nějakou kamarádkou, která by poradila?

Mám kamarádky, které samy ještě děti nemají, takže nemají žádné zkušenosti a vlastně já ani neměla čas si s nikým volat nebo psát. Protože malá skoro nespala, vlastně už od úplného miminka nikdy pořádně nespala. Nemohli jsme jí odložit. Nevím teda jestli je to tím, že jsme po porodu nemohly být spolu, to si ani vůbec nechci připouštět, že by to třeba mohlo být tím. Fakt opravdu nevím, čím nebo prostě taková je. Ale nemohli jsme jí odložit tak jak prostě ty malý miminka spí ty dvě tři hodinky. Tak to ona nikdy. Musela být furt u mě pořád. Takže jsem byla docela unavená a neměla jsem ani chuť obvolávat kamarádky. Spíš na tom internetu jsem hledala informace o těch kojících polohách. Jenže to stejně dopadlo tak, že mi ležela na břiše a kopala mi do tý jizvy. Ale díky tomu, že mě ta sestřička naučila odstříkávat, tak jsem odstříkávala do lahvičky a dokrmovali jí lahvičkou. Sice jsem měla odsávačku, ale ta na mě nějak nefungovala. Ještě jsme měli i sunar z porodnice, protože tím, že byl jako na infekčním pokoji, tak ho brali jako infekční a museli by ho vyhodit, tak nám ho dali domů, takže ty první dny jsme to mohli kombinovat s mateřským mlíkem, tak se i trochu víc najedla, neměla tolik hlad a i trochu líp spala a postupně jsem se rozkojila. Ale de facto jsem si na všechno musela přijít sama. Tím, že jsme furt byli v karanténě, tak jsem si ani nemohla pozvat takovou tu laktační poradkyni, o který jsem přemýšlela. Protože když jsem řekla, že jsem v karanténě, tak to prostě nešlo, aby přišla a když už by to šlo, tak už to nebylo třeba. Snažila se mi poradit po telefonu, ale potřebovala jsem to ukázat, a to nebylo možné.

Z toho, co říkáte, mi vyplývá, že vše je o lidech, o jednotlivcích.

Jo, jo, jakékoli porod, jakákoliv péče. Systém vlastně nedodal podklady pro nikoho, aby věděli, jak s tímhle zacházet. Každý si s tím musel poradit. Ale v porodnici byli opravdu všichni zmatený, protože říkali, že vlastně nevědí, co mají dělat, protože každou hodinu dostanou nový pokyn a že se nařízení mění úplně náhodně a vůbec nikdo je nevaruje, neupozorňuje předem, prostě najednou z ničeho nic tohleto nesmíte dělat nebo tohleto musíte dělat a fakt nikdo nevěděl a za mě strašně selhal systém v tom, že nebyly žádný ucelený a jasný pokyny, na kterých by člověk mohl stavět, aby nebyl v takový nejistotě.

Poprosím Vás ještě o pár základních informací jako je věk, vzdělání, povolání a partnerský vztah?

Je mi 28, jsem vdaná, s manželem žijem ve společné domácnosti a máme jedno dítě. Mám vysokoškolské vzdělání a jsem na rodičovské dovolené.

Příloha č. 3

Přepis rozhovoru s respondentkou č. 2

Vyprávějte mi, prosím, o tom, jak probíhalo vaše těhotenství?

Co všechno byste chtěla slyšet, odkud mám začít, úplně od začátku?

Ano. Jestli jste miminko plánovali a tak..

No tak miminko jsme plánovali...

Dobře, já se Vás budu ptát. Chodila jste v době těhotenství do práce?

Ano, po celou dobu těhotenství. Vlastně až do porodu jsem chodila do práce.

Vzhledem k tomu, že to bylo v období covidu, zažila jste homeoffice?

Jo, v podstatě od... že jo to začalo, ten covid začal někdy v březnu a já jsem pak otěhotněla v září toho roku a tak ňák v průběhu dá se říct celýho toho i před těhotenstvím i potom v těhotenství jsem jako dá se říct z 80 % pracovala na homeoffice.

Jaké to pro vás bylo strávit celou dobu těhotenství na homeoffice?

Mně to moc nevadilo teda upřímně. Mně i když jsem nebyla těhotná, tak mně to docela vyhovovalo ta práce na homeoffice. Já jsem spíš takovej typ, kterej si pracuje radši sám na sebe, má na práci klid, což mi jako vyhovovalo. Jednou za čas dojít do kanceláře, tam si popovídat s kolegama, ale pak si tu práci udělat doma. Takže mi to ani nevadilo. Naopak vlastně první trimestr jsem všechny ty nevolnosti ututlala tím, že jsem byla doma a nikdo vlastně nevěděl, že jsem těhotná. Pak když jsem jim před Vánoce oznámila, že jsem těhotná, tak všichni byli paf z toho, že vlastně nic nevěděli nic nepoznali. Protože jsme se vlastně neviděli.

Na mateřskou jste tedy odešla v termínu?

Jo, vlastně 8 týdnů před porodem.

Zeptám se, jak probíhalo vaše těhotenství? Myslím tím jak po fyzické, tak po emocionální stránce.

Po fyzické bylo vlastně všechno v pořádku. To jsem taková ta klasika akorát ňáký nevolnosti ranní a nic jako žádný problémy tam vlastně nebyly. Ani jsem nějak neotýkala, nepřibírala nějak extrémně, takže jsem byla jako fit vlastně až do poslední chvíle.

Po tý psychický stránce... tam trošku jako se potom rozjelo to, že jsem tím, jak se rozjel ten covid, tak i můj přítel doma měl dvakrát po sobě covid. Takže jsem měla doma člověka s covidem, tak to mě tak nějak stresovalo. A tím vlastně se mi tak ňák postupně rozjelo to, že jsem začala být až jako přehnaně náchylná ke všemu jako je mytí rukou, čištění povrchů a tak. A tak nějak to vlastně pokračovalo i potom porodu. Takže se mi postupně dostávalo do hlavy, že během toho těhotenství jsem prostě fakt nejčastěji jako když jsem šla do té kanceláře a k doktorovi nebo do města, tak jsem si pořád dezinfikovala ruce, myla všechno a tak. Tak jsem si říkala, joo jsou to jenom hormony, všechno se uklidní po porodu a bude to dobrý, ale jak přišlo na svět to malý, tak to najednou postupně bylo ještě horší, že jsem tu přehnanou péči přenášela na to dítě až vlastně jsem... nechala jsem tomu ještě šestinedělí, jestli si to jako nesedne. No až pak jako s přítelem jsme usoudili, že takhle jako to dál nejde. Přítel je lékař, takže jako věděl, že to není normální, co se jako děje, že jsem fakt měla i takový úzkostný stavy z toho. Že mi bylo jako i fyzicky špatně, že jsem se dostávala do takových situací, že jsem jako nevěděla, jak se postarat o to dítě, takže pak jsem vlastně začala chodit i na terapie k psychologovi. To trvalo asi tak půl roku ta terapie a teď se dá říct, že už jsem jako se zase ustálila zpátky, že jsem jako schopná zase normálně fungovat.

To muselo být těžké. Měla jste vy sama covid?

Ne, já právě ani jednou ještě, to musím zaklepat, zatím ani jednou. Právě přítel ho už měl dvakrát. V mém okolí fakt jsem se setkávala s lidma, kdo už ho měli a zatím se mi to fakt vyhybá.

Zeptám se vás v té souvislosti na očkování.

Jo, jsem očkováná, vlastně všechny tři dávky jsem absolvovala. Nák jsem po šestinedělí vlastně hned jsem šla na očkování. Ptala jsem se na to vícero doktorů... pediatra, gynekologa, i právě ten můj přítel, co je internista, tak všichni mi řekli, že tam jako není víc mñ rizik nebo že to nějak ohrozí to dítě. Naopak že přes to kojení by se mohly i nějaký látky dostat k tomu dítěti, takže jsem do toho očkování šla.

Takže po uplynutí šestinedělí jste se nechala naočkovat.

Jo jo, až takhle. Předtím to vlastně ani nešlo, než jsem otěhotněla, to nebylo ještě očkování.

Tím že s pandemií byl vyhlášen nouzový stav, který měl za následek různá omezení jako zákazy vstupů do různých zařízení, uzavření obchodů. Jaký vliv to mělo na vás?

Chápala jsem to tak, že to vlastně bylo potřeba, nebyla jsem takovej ten člověk co frňal, že si nemůže dojit večer na pivo, stejně bych si ho nedala v tu dobu. Ale nák jsem jako nepocitovala, že by mi to jako vadilo extrémně, že nemůžu někam.

A přípravy na miminko jste řešila jak?

Všechno online, na internetu od kočárku, sedačky, přes všechno oblečení. Jo tak vadilo mi, že se nemůžu na to podívat do těch obchodů. Někde nám to pak jako dovolovali. Třeba jako jít se podívat na kočárek, ale jenom tak, že když si vybereme dva konkrétní typy, tak že nám je tam přivezou ven ukázat a tak. Ale nakonec vlastně v dnešní době jsem si říkala, že to je úplně zbytečný. Že mi to vlastně ten nákup online i ušetřil čas. Protože já jsem si našla všechny recenze na internetu, podle toho jsem vybrala, objednala, za tejdén to přišlo a bylo. Takže to vlastně ve finále ani neberu jako nevýhodu, že byly obchody uzavřené.

Jaká jste měla očekávání ohledně porodu. Dělala jste si třeba porodní plán...

Já se snažím si věci moc neplánovat a nepředstavovat, protože pak jsou vždycky jinak, než si je představuju. Tak jsem si to nijak ani neplánovala. Ani jsem se nějak ani nebála toho porodu samotnýho, protože jsem nevěděla, do čeho jdu. Takže dobře nějaký bolesti, ale nevěděla jsem jaký bolesti, ale říkala jsem si, že to nějak zvládnu. Jediný co jsem chtěla, tak to byl partner u porodu. To jsem chtěla a nechtěla jsem jakoby... absolvovala jsem předporodní kurz, kde nám tak nák celkem podrobně řekli, jak dýchat, jak se jako připravovat v těch dobách porodních a tak. To jsem jako cvičila doma jógu a tak. Timhle stylem jsem se doma připravovala, ale nechtěla jsem být taková ta hysterická rodička, která bude mít porodní plán od jedničky do desítky a teď tady jsem u bodu tři... Říkala jsem si, že v tý nemocnici jsou lidi od toho, aby oni říkali mně, co mám dělat a ne já jim. Takže v tomhle jsem se snažila být taková jako, doufám, že jako rozumná nebo prostě nedělat někomu nějaký problémy zbytečně.

A v souvislosti s pandemií, měla jste nějakou obavu?

Jo, tak to samozřejmě aby byl otec u toho porodu no. To jsem jako chtěla. Tím, že přítel dělá v nemocnici, tak jsem si říkala, že tam asi bude snazší nějakým způsobem jako s tím přítelem komunikovat, i kdyby to nešlo nějak z nějakýho důvodu. Ale to bylo asi jediný. No a samozřejmě pak jsem si přála hlavně bejt jako zdravá v tu chvíli, nemít covid. Miminko, aby bylo zdravý, a to bylo to hlavní.

Tím, že jsem byla na tom homeoffice jsem se vlastně nestýkala nějak extrémně s moc lidma, takže i tím jsem možná předešla tomu, že jsem ten covid mohla někde chytit. Je pravda, že ta moje práce mi vyhovovala, že já jsem měla nějaký portfolio klientů, který jsem měla navštěvovat během toho roku. V průběhu toho covidu se všechno zavřelo, všechny schůzky se zrušily, všechno se řešilo online. Ale těsně před tím mým porodem vlastně bylo jedno lehký rozvolnění, že si najednou všichni mysleli, že jako bude teplo a všechno bude dobrý a tam se jako ode mě očekávalo v práci, že já vlastně všechny ty klienty objedu a se všema si podám ruce a jako rozloučím se s nima osobně, ale s tím jsem teda měla trochu problém. Jako vlastně teď, když jsem byla 8 měsíců izolovanější od všech lidí a najednou se mám rozjet do velkejch firem a sedět tam v zasedačce s x lidma a říkat si, že se nic těch několik měsíců nedělo. Tak s tím jsem měla problém, ale naštěstí moje šéfová byla rozumná, že jsme to omezili jenom na ty důležitý klienty a navštívila jsem jenom opravdu ty důležitý klienty a navštívila jsem jenom opravdu to, co bylo potřeba a zbytek se vyřešil online.

Kdy se vám dětátko narodilo?

Začátkem června 2021.

Jak se narodilo?

Narodilo se v termínu. Porod byl přirozenej, vlastně úplně bez komplikací to proběhlo všechno naštěstí.

Můžete mi říct ví o nástupu do porodnice a o čase, který jste v nemocnici strávila. Jestli se s tím pojila vzhledem ke covidu nějaká opatření? Jestli vás třeba testovali a tak.

Ne, učitě mě netestovali ani jednou. V té době vlastně očkování ještě nebylo, takže to se neřešilo vůbec nějaký očkování, to nekontrolovali. Akorát se mě ptali, jestli jsem prodělala covid, jestli nejsem náhodou v karanténě, jestli jsem nebyla s někým v kontaktu, ale to jsem byla naštěstí čistá na tohle všechno, takže v tomhle směru tam vlastně nic neprobíhalo, ani jsem nemusela mít nějak roušku na tom pokoji porodním. Jediný co, vlastně když jsem tam vlastně čekala, ještě 12 hodin jsem byla na tom normálním pokoji, než jsem šla na ten porodní sál, tak jediný tam vlastně, že jsme na chodbách museli nosit respirátory nebo roušky. To bylo vlastně jediný opatření, co se mě nějakým způsobem dotklo takhle.

Když nebudu počítat porod jako takový. Měla jste obavy v souvislosti s pandemií a co pro vás bylo nejhroší v prožívání té situace.

Jo no, to jak jsem říkala, že se mi postupně začalo vkrádat do té hlavy to mytí rukou, až to vlastně vyústilo v podstatě by se to dalo diagnostikovat obsedantně-kompulzivní porucha. No, že jsem... pak se to vlastně přeneslo ze mě, kdy jsem jako extrémně myla sebe a doma psa pak ještě. Mám psa a nějakým způsobem se mnou žil předešlých 15 let, spal se mnou v posteli a já jsem se ho začala najednou z ničeho nic štítit a bát se, aby na nás náhodou nějakým způsobem něco nepřenal, přitom pes je zdravěj, nic mu není, takže to postupně dost ovlivnilo. A jako když nad tím přemýšlím, tak jako to opravdu vzniklo tím těhotenstvím a tou situací v tom covidu. Kdy sem vlastně v prvním trimestru, to jsem ještě nezmiňovala sem byla vlastně 3x po sobě v karanténě, takže já jsem v podstatě ke gynekologovi na tu první prohlídku šla někdy až v 10. tejdnu. Takže já jsem vlastně celých těch 10 týdnů šla z karantény do karantény, kdy jsem vlastně nevěděla, jestli jsem teda jako těhotná nebo co se vlastně děje. A byla jsem vlastně doma zavřená s přítelem, takže to asi byl ten začátek toho. Ale nějak postupně se mi to do té hlavy dostalo, a tak nějak to přerostlo. To, že jsem těhotná jsem vlastně věděla jen z těhotenskýho testu, u lékaře jsem vůbec nebyla. S tím jsem to vlastně konzultovala jenom po telefonu a ten říkal, že jako pokud mi nic není, nekrvácím nebo nemám nějaký jako problémy fyzický, tak ještě počkáme. Pak přišla další karanténa, tak zase říkal, že počkáme, a tak to postupně šlo, kdy jsem si říkala, že už to bylo jako na hraně, kdy už by mě musel pozvat na tu kontrolu, aby se vědělo, co a jak. Ale naštěstí bylo všechno v pořádku.

A další kontroly už probíhaly v termínech, jak měly?

Další kontroly byly naštěstí už v termínech. Ale klasicky teda všechno roušce. Naštěstí můj gynekolog má skvělou sestřičku, která to dokázala organizovat tak, že jsem byla vždycky sama v čekárně. Nepotkávala jsem se tam jako s dalšíma ženskýma a co jsem slyšela třeba od jiných kamarádek, jak to probíhalo u jiných doktorů, že tam čekaly prostě v čekárně třeba hodinu ve vydýchané místnosti a tak. Tak to naštěstí tady bylo všechno ok. Zároveň mi to tak jako nahrávalo k tomu, že jsem byla v uvozovkách ve sterilním prostředí, že jsem se nemusela s nikým potkat.

Bylo to pro Vás uklidnění v tom, že byste v takovém prostředí neměla nic chytit?

Jo jo, přesně tak.

Kdo Vám byl oporou ve chvílích, kdy jste potřebovala uklidnění?

Přítel určitě jednoznačně. Ten největší. On vlastně tou dobou jedinej věděl tak nějak o těch mých problémech. S ním jsem je nejčastěji řešila no. Pak vlastně postupně když jsem pak to začala víc řešit a začala jsem pak chodit na terapii, tak jsem byla schopná to říct kamarádce i mamce. Tomu svému nejbližšímu okolí. Takže tihle všichni vlastně pomáhali.

Nikdy předtím jste se s těmito problémy, o kterých teď mluvíte u Vás nesetkala?

Ne, nikdy. Ani jako geneticky třeba jako v rodině jsme nic takovýho neměli, takže to byla jako opravdu novinka.

Myslíte, že na to mohla mít vliv právě pandemie?

Jsem přesvědčená, že ano. Teda jako vlastně nevím, jaký by to bylo bez pandemie, jestli by se to taky takhle nějakým způsobem u mě rozjelo, to nevím. Ale ten prvotní impulz byl opravdu ten, že jsem se šítíla na všechno sahat, protože prostě ze všech stran se to na nás hrnulo. V televizi reklamy na všechny dezinfekční prostředky, čistěte kliky, nestýkejte se s lidma. Takže v tomhle já jsem zase hodně poctivej člověk, dodržuju pravidla všechny. Takže jsem si to asi vzala moc k srdci a bohužel toho teda bylo příliš.

Jak jste prožívala porod?

No já pořád říkám, že porod byl takovej, že mě rozhodně neodradil o toho mít druhé dítě. Mám na něj dobrý vzpomínky a jako fakt si myslím, že to bylo všechno jako dobře. Trvalo to teda dýl asi, protože do porodnice jsem odjela ve dvě ráno a malá se narodila až v pět odpoledne. Tak nevím, jestli to je dlouho nebo není, ale nebylo tak jako já nevím, že bych... prostě všechno běželo podle plánu nějakým způsobem. Pořád se zdálo, že kontrakce nepostupují, tak jsem si říkala, že tam takhle můžu být klidně další tři dny kdo ví a pak najednou přišla doktorka a řekla, že jsem ve ¾ porodu, tak jsem si říkala aha tak to asi nebude tak hrozný. Takže vlastně mám na porod dobré vzpomínky.

A o se týče nějakých covidových opatření, tak jaká ta během porodu byla?

No vlastně nebyla žádná. Vůbec mě ani netestovali, když jsem přišla do nemocnice, ani potom, ani antigen mi nedělali. Ptali se mě, jestli jsem měla covid a jestli náhodou nejsem v karanténě a to bylo všechno. Nic víc nechtěli. A roušku jsem vlastně měla, ale jenom při příjmu. Určitě po celou tu dobu porodu, kdy jsem byla na tom pokoji, tak to vůbec jsem roušku mít nemusela. A teď přemýšlím, jestli přítel u toho porodu, když přišel jestli jí musel mít... asi jenom když přišel, tak jí měl a potom na tom porodním sále jí už taky neměl. A jsem moc ráda, že jsem mohla mít malou celou dobu u sebe.

A jak to měli maminky na pokojích?

Já jsem teda měla pokoj nadstandart, kde jsem byla sama jenom s miminkem. Což bych chtěla teda i kdyby nebyl covid být na pokoji sama. To nebylo vlivem pandemie. A na pokoji jsem byla bez roušky. Tu jsem musela mít, když jsem si třeba šla na chodbu pro jídlo nebo na sesternu, tak tam jsem měla na sobě roušku, jinak ne.

A jak to bylo s návštěvami?

No tenkrát se teprve rozjíždělo očkování, takže to tenkrát nebyli všichni očkovaní. Takže tam byla nějaká podmínka, že buď může být člověk, co jde na návštěvu, testovanéj nebo že musí mít očkování a vím, že mě tam navštěvoval jenom přítel. Že jsme i rodině veškerý jsme řekli, že se prostě uvidíme až po porodu, respektive teda až se vrátím z porodnice domů. Takže jsem tam návštěvy žádný ani jako neměla ani nechtěla. A asi covid na to taky měl vliv, že jsem si tam nechtěla tahat lidi k takhle malinkýmu dítěti. A i sama se sebou jsem měla co dělat, tak jsem byla ráda, že tam nikdo nechodil, že mám klid.

No a pak doma na mě čekal přítel a návštěvy se tak nějak jako postupně vždycky ohlášily. Že to nebylo že by se tam na mě všichni nahrnuli. Co máme kamarády, se kterýma se vídáme, tak to jsme se vídali hlavně venku a. i oni sami to navrhovali, že se nám doma takhle ze začátku nechtějí plést, tak to jsme chodili na procházky s nima. Takže příchod domů byl fajn.

S jakými obtížemi, změnami nebo omezeními jste se po porodu setkala?

Noooo změnil se mi celej život. Prostě najednou jako... s tím se jako potýkám do dneška, že na prvním místě je teď dítě, který obstarám, nakrmím, umeju a pak až přijdu na řadu já. Takže to je jako ta hlavní změna, že to už není jenom o mě, ale o tom dítěti. Jsem teď trochu na druhý koleji, že jo, ale to je normální, to mi nevádí. Ale co bylo nejhorší, tak to byly ty stavy těch úzkostí, co mě přepadaly a pomohla mi až fakt ta terapie. To bych bez pomoci nezvládla. Přítel mi byl velkou oporou a mamka. Protože přítel jezdí klidně i na celý týden pracovně pryč, tak to jsem pak celý týden u mamky, která mi pomáhá, abych na dítě nebyla úplně sama.

A vzhledem k pandemii?

No to přemyslím no... Jako nechodila jsem s malou nikdy, vlastně ani jednou jsem s ní nebyla v obchodáku, nešla jsem s ní nakupovat. Do teď se snažím, aby se mnou malá nechodila do větších kolektivů, když nemusí, že jo. Protože jako my všude chodíme s respirátorem, ale tomu malému dítěti ho nedám ten respirátor, takže jako v tomhle je omezení. A myslím si, že kdyby jako nebyla ta pandemie, tak bych si to období víc užívala v tom smyslu, že bych se víc vídala třeba jako s nějakýma kamarádkama. Ty kontakty s nima by byly určitě intenzivnější. Jo jako vídáme se, když to jde ale není to tak jako... asi by byl intenzivnější ten sociální kontakt nebýt pandemie. Ale nějak jsme se s tím naučili žít. Takže... Je fakt, že třeba můj brácha má o tři roky staršího kluka, syna mají teda a brácha ten to jako moc neřešil nějaký to, že třeba když byl někdo v karanténě, tak tomu nevadilo se různě s přáteli navštěvovat. V tom já jsem teda byla určitě o dost důslednější, že třeba Vánoce byly a... narozeniny a tak, takže to, když měly být nějaký oslavy, tak to jsem nechtěla, aby tam byl někdo, kdo jako kašle nebo někdo, kdo by měl sedět doma a být v karanténě. Tak to mě teda dost vadilo a když jsem věděla, že někdo takovej tam bude, tak jsem prostě na tu oslavu nešla. Takže to vlastně nás dost omezovalo. Protože když byl někdo v karanténě nebo byl v kontaktu s někým, tak jsem prostě věděla, že se dva týdny neuvidíme. Takže se stalo i to, že jsem nějaký oslavy a narozeniny zrušili. Na Silvestra jsme taky nikde nebyli. To jsem vlastně ani nedodala, že zrovna na Vánoce, ještě kdy jsem byla těhotná, tak jsme vlastně taky strávili jenom sami s přítelem. Protože byl v karanténě. Měl covid. Takže tam to bylo taky dost na hraně, protože všichni se s námi samozřejmě chtěli vidět. Ale to jsem prostě nedopustila. Takže v tom to jako omezení bylo. Naštěstí mně se zatím covid vyhýbá.

To je zajímavé, ani od přítele jste se nenakazila.

Nevím no, buďto jsem ho měla nějak úplně bez příznaků. Každopádně ale zatím dobrý.

Jako prvorodička jste byla ve zcela nové roli. Kde jste hledala informace ohledně péče o miminko?

Tak jako různě. Opravdu hodně mamka moje mi pomáhala a pomáhá. Snaží se, kdykoli to jde. Pak něco jsem věděla z toho předporodního kurzu, a tak nějak postupně. Shodou okolností i moje švagrová rodila dva týdny ode mě, takže jsem si tak navzájem byly oporou. Že jsme si sdělovaly různý informace, což tak nějak funguje do teď.

Takže jste to prožívaly společně. Měly jste možnost se vídat osobně?

Jo, to ano. Žije tady ve městě, takže jsme chodily společně na procházky a tam mi to pomohlo v tom, že jsem viděla, kde já... jako když jsem měla ty přehnaný stavy péče o to dítě, kdy já nevím... jsem malou měla pořád potřebu mejt, i když to vůbec nebylo potřeba a tak... Tak to mi pak pomohly ty naše společný chvíle, kdy já jsem viděla, jak ona pečuje o to dítě a kdy jsem viděla, kdy oni taky mají psa právě, takže jsem viděla, co jako je normální a jak se chovat, aby to nebylo nějak přehnaný. Takže v tomhle smyslu mi to hodně pomáhalo taky.

Současné maminky jsou zvyklé využívat služeb různých mateřských/dětských center. Myslím tím např. zpívání, cvičení, vaničkování pro děti již v raném věku. Jaké aktivity jste plánovala?

Až konečně teď po novým roce jsme začali chodit plavat a tohle jsem řešila. Jako jestli plavat chodit nebo nechodit, když se to konečně otevřelo. Tak jsem si řekla, že to prostě zkusíme. A vlastně tam musí být všechny maminky očkovány už, tak se tím teď tak nějak uklidňuju, že to riziko je tam menší než kdyby nebyly očkovány. Takže na plavání s malou chodím. Malý se líbí ve vodě, tak jsem ráda. Ale jinak já nejsem ten typ, kterej by obležal všechny takový ty herničky a účastnil se různých akcí... zatím. Uvidíme, co bude malá vyžadovat. Ale my i před covidem jsme trávili čas v přírodě, máme chalupu na Šumavě, takže když to šlo, tak jsme třeba odjížděli tam a spíš se jdeme někam jako projít někam na nějakou túru než abychom chodili po klubech a tak, takže nás to uzavření různých míst ani nějak moc nezasáhlo v tomhle směru.

Naopak. Můžeme být v klidu dál takhle v přírodě. I jsme se to naučili cestovat takhle teď i s tím dítětem... Samozřejmě si rádi zajdeme do divadla nebo s kamarády třeba na nějaký koncert, ale není to tak, že když se všechno zavřelo, tak že bych nevěděla, co s časem, tak to jako nebylo, to ne.

Jak teď, když se podíváte zpátky, jak vnímáte to, že jste byla prvorodičkou v době pandemie?

No tak... říkám si, že s tím nic nemůžu dělat prostě. Jako otěhotněla jsem vlastně půl roku po tom, co to vypuklo, takže kdybych jako nechtěla řekněme, tak to tak nebylo. Prostě jsme to plánovali,

takže mohli jsme přestat plánovat. Ale nikdo nevěděl, jak dlouho to bude trvat. A nelituju toho, že to tak bylo.

Co negativního byste vypíchla na tom, být prvorodičkou právě v tomto období?

Tu...tu poruchu, co mě potkala... vlastně jako to je asi jediný... no jediný, ono to jako dost zásadně ovlivňovalo ten život, moje fungování celkově.

A co pozitivního?

No pro mě pozitivní bylo opravdu to těhotenství, kdy jsem jako mohla vlastně ten čas trávit jako doma a v podstatě se na to připravit řekněme. Jako měla jsem víc toho volného času i díky tomu, že jsem tu práci obstarala z domova. A i ten první trimestr, že jsem mohla vyřešit doma na gauči a nemusela se trápit někde v práci za stolem. Tak to jako bylo fajn, v tom to bylo lepší. A celkově to bylo takový klidnější ta doba... I když klidnější...bylo to docela jako na houpačce, ale myslela jsem to tak, že se ten život zpomalil. Že si lidi začali víc vážit toho zdraví a toho, co je opravdu důležitý a přestali vymýšlet kraviny. Takže nějak si mohl člověk užít to být spolu. Protože předtím to bylo do práce z práce a víkend, ale přítel, jak některý víkendy slouží, tak ne všechny má volný, takže to bylo takový hektičtější než během toho covidu.

Napadá Vás ještě něco důležitého k tématu, o čem jsme nehovořily a co byste ráda zmínila?

Asi mě teď už nic nenapadne... Možná jenom jak to bylo všechno nový, nikdo nic nevěděl, jak to bude, co bude... tak jak chodily ve zprávách ty reportáže z nemocnic, jak to tam vypadá, tak to jsem se bála, co bude a byla jsem určitě opatrnější.

Na závěr Vás poprosím o pár základních informací jako je věk, vzdělání, povolání a partnerský vztah?

29 let, mám vysokoškolské vzdělání a před nástupem na rodičovskou jsem pracovala jako personalistka v personální agentuře. Jsem svobodná, ale žiji s přítelem, vlastně otcem naší dcery.

Příloha č. 4

Přepis rozhovoru s respondentkou č. 3

Vyprávějte mi, prosím, o tom, jak probíhalo vaše těhotenství?

Miminko jsme plánovali, ale chtěli jsme ještě chvilku počkat právě s tím miminkem, ale pak začala ta pandemie covidu, takže jsme do toho praštili dřív, protože jsme zjistili, že už asi nebude šance moc cestovat a tak, tak že bude lepší mít to miminko dřív než čekat Bůh ví na to, jaký to bude a kdybychom čekali, tak bysme čekali další 3 roky. Za tu dobu, co se ta pandemie rozvinula... Jako bylo to plánovaný, ale už jsme prostě pak nechtěli čekat. Kvůli covidu vlastně.

Chodila jste v těhotenství do práce?

Chodila jsem v těhotenství do práce. Chodila jsem do nějakého 4. měsíce a než vlastně jsme jakoby jsme u gynekologa zjistili, že je všechno v pořádku. Já jsem do nějakého toho 3. měsíce chtěla chodit, jenže člověk jakoby nikdy neví, co se stane. Pak to tak nějak teda vyšlo, že jsem do toho 4. měsíce chodila a pak jsem byla na rizikovým těhotenství, protože vlastně se zrovna rozjižděla další vlna toho covidu, takže jsem do toho nechtěla být v práci, protože nikdo nevěděl, co to může nebo nemůže způsobit, jestli to může nebo nemůže ublížit miminku. Takže jsem říkala, že to bude lepší, abych prostě byla doma než... kor v tom zdravotnickém prostředí, kde to člověk mohl jako lehce chytnout. A ještě jsem vlastně měla těhotenskou cukrovku, takže bylo tak nějak po domluvě lepší, že zůstanu doma.

Tou dobou jste pracovala v nemocnici?

V nemocnici jako zdravotní sestra. Na urgentním příjmu jsem pracovala.

Takže homeoffice jako takový jste ani jako zdravotní sestřička asi zažít nemohla.

No tam homeoffice jako nefunguje žádné v nemocnici. Takže jsem byla doma normálně na rizikovým těhotenství, na který jsem odcházela právě v tom 4. měsíci a na tu mateřskou jsem nastupovala klasicky pár týdnů před porodem.

Můžete mi říct, kdy to bylo?

Já jsem otěhotněla v červenci někdy myslím... na to riziko jsem odcházela asi cca někdy v říjnu 2020 a v dubnu 2021 jsem rodila.

Jaké bylo Vaše těhotenství fyzické a emocionální stránce?

Po fyzický stránce... tak ze začátku mi bylo strašně špatně. To mi bylo snad do 3. nebo do 4. měsíce zle, ale jinak mi nic nebylo. Po tom začátku to už ale bylo dobrý, do toho 6. nebo 7. měsíce krom teda toho, že mi zjistili tu cukrovku, že jsem teda musela jako úplně změnit životní styl. Vlastně držet v těhotenství dietu, to je strašný. Člověk má chuť, dal by si všechno možný že jo, ale musela jsem se hodně omezit. No ale do toho 7. měsíce to bylo všechno v pohodě a potom mě začaly bolet záda, byla jsem hrozně unavená, chtělo se mi furt spát. Jinak mi ale nic nebylo, neměla jsem otekly nohy, neměla jsem nic. Člověku se trošku hůř dejchá a chodí furt na záchod, ale jinak jsem byla v pohodě. No a emocionálně... no to bylo takový horší. To jsem byla taková trochu rozložená psychicky, že jsem nevěděla, co se to se mnou děje, že ty hormony asi docela pracovaly a stačilo mi v televizi, aby byla v televizi reklama třeba se štěňátkama a rozbřečelo mě to prostě. A na tý vlně jsem pokračovala i po porodu, ale neměla jsem žádnou psychózu nebo tak něco, žádný problémy po porodu to ne, ale ty hormony pracovaly. Byla jsem taková citlivější.

Kdo Vám byl tou dobou největší oporou?

Největší oporou... Tak určitě můj partner. Ten se o mě hezky staral, ten se snažil, abych se měla dobře a aby mi nic nechybělo. On byl výbornej. První 4 měsíce, jak mi nebylo dobře, tak jsem jedla jenom meloun, nic jinýho jsem nejedla. Tak on... byla jsem na chatě a po cestě jsem si v krámě zapoměla koupit meloun, tak on sedl na kolo a na tom kole mi těch 30 kilometrů ten meloun v batohu přivezl. Tak to bylo takový hezký, takže ten se hezky staral a můžu říct, že teda hodně moje maminka a tehýně taky. Ty byly obě takový moje opory a jsou do dneška. Že se jako staraj a pomáhaj mi se vším. To je dobrý, to je pro mě moc důležitý.

S pandemií Covid-19 byl vyhlášen nouzový stav, který měl za následek mnohá omezení. Zákazy vstupu do sportovních a kulturních zařízení, zavřené restaurace, kavárny, uzavření určitých obchodů. Jak tato omezení ovlivnila Vaše přípravu na příchod miminka?

Ovlivnily a řekla bych že dost jako v tom smyslu, že... spoustu věcí, co jsem pořizovala do vybavičky, tak jsem si nemohla sama osahat v krámě, nemohla jsem si nic vybrat, protože spousta krámů byla zavřená, takže jsem objednávala nebo s partnerem jsme objednávali věci prostě z internetu. Jo... Nebylo jako... na internetu je samozřejmě velký výběr, ale spoustu věcí si chce člověk vybrat sám, osahat a v tom to bylo jako veliký omezení. Pak bylo v té pandemii naštěstí jedno okýnko, kdy teda jakoby otevřeli nějaký krámy, tak naštěstí jsme hned s kamarádkou vltly do krámu s kočárkama a vybraly jsme teda kočár, kterej jsme následně potom objednávali přes internet, ale že jsem si ho mohla v tom krámě vyzkoušet, tak to jsme teda měli štěstí. Protože to trvalo jenom několik týdnů a pak už zase hned všechno zavírali. Tak že aspoň ten kočár, že jsem si vybrala podle svého. Jinak prostě všechno v tomhleto to bylo blbý no. Musel člověk všechno přes internet prostě. Nebylo nikde nic ke koupení. Jako jo, když se šlo do drogerie, tak tam člověk koupil nějaký dudlíky, lahvičky nebo něco takovýho, to jo, ale ostatní věci pro to miminko prostě všechno se muselo řešit takhle. Tak zaplať pán Bůh za ten internet. Takže v tom nakupování to pro mě bylo dost omezující.

Jaký pocity jste o toho prožívala?

Byla jsem naštavaná, byla jsem z toho taková mrzutá, protože jsem se na to těšila, že prostě... Můj partner samozřejmě ani tak moc ne, oni to ti chlapi tak neprožívaj to vybírání, to je spíš na nás na ženských, ale že jo pro mě prostě první miminko a chtěla jsem si to užít, jít po těch krámech a všechno si prostě vybrat to hezký a tak jsem z toho byla taková smutná. Ne že bych to teda jako obřečela, to ne, ale mrzelo mě to. Byla jsem naštvaná, že vzniklo tohleto onemocnění, a že jsou takovýhle omezení.

Měla jste od porodu nějaká očekávání? Představy, porodní plán...

Představu no... Já jsem měla příšernou představu, protože veškerý kamarádky a kolem mě, co rodily, tak mi to teda v dost barvitě popsaly, jak to probíhá. Já jsem to teda jako zdravotní sestra několikrát zažila ještě teda na škole na praxi, že jsem chodili rodit, takže tak nějak jsem jako věděla, že to nebude úplně sranda a tak trošku jsem věděla, do čeho jdu. Samozřejmě jsem si něco myslela a skutečnost pak byla mnohem horší. Já teda jsem z toho měla strach celou dobu, já ještě než jsem byla těhotná, tak jsem měla strach z porodu jo... nevím proč, ale bylo to ve mně nějak zakořeněný, prostě, že jsem měla příšernej strach a ono se to teda i naplnilo, že jsem to měla příšerný.

Porodní plán jsem neměla, můj gynekolog se mnou nic takovýho neprobíral, prostě nechtěl se mnou dělat žádný plán a ani žádný předporodní kurz jsem neměla, protože jak to bylo v té pandemii, tak prostě žádný předporodní kurzy neprobíhaly. Já jsem chtěla od nemocnice tady chodit na kurz a oni to nakonec zrušili, takže vlastně nebylo nic. Takže jsem se na to připravovala psychicky plus mínus, co mě čeká a jinak jsem vlastně neměla připravenýho nic. Říkala jsem si děj se vůle boží.

Takže pandemie ovlivnila, že se zrušil i předporodní kurz pro rodičky?

No nemohla jsem, nebylo vlastně nic. Šlo jakoby online si něco objednat, ale to by bylo přes počítač, a to já jsem jako nechtěla. Já si myslím, že když už tak prostě, že je to fajn, aby u toho člověk byl osobně, aby si to zažil. Tak zvládla jsem to i bez toho, ale je fajn, že oni tam říkaj... u těch kurzů vás naučit dýchat a jak se má člověk jakoby chovat prostě, aby to zvládl a tak... ale tak zvládla jsem to i bez toho. Mí nic jinýho nezbylo...

Zeptám se Vás na vyšetření v těhotenství. Jak probíhala, jestli podle plánu nebo jestli i do této oblasti se pandemie promítla?

To bych řekla že ani ne. Můj gynekolog furt ordinoval, takže k tomu jsem chodila normálně furt na vyšetření a pak jsem chodila na vyšetření vlastně do nemocnice na ty monitory. Tam jediný omezení bylo to, že jsme tam vlastně musely být v rouškách. Ale jinak jako vůbec. Nás tam sedělo v té ordinaci já nevím, třeba 3 ženský najednou a v té čekárně bylo třeba 5. Oni si to tam objednávali na určitý hodiny, ale samozřejmě se to zdržovalo, ale jinak jako nezažila jsem, že by jako nějaký vyšetření se zpozdilo nebo prostě nemohlo být uskutečnění kvůli tomu, že byla ta pandemie to ne.

V karanténě jste nebyla?

Ne byla jsem v karanténě. Mně v těhotenství vlastně nic nebylo, žádný příznaky covidu nic. Já si myslím, že jsem ho v těhotenství vůbec neměla. Že až jako následně potom, ale v těhotenství ne. A všechny ty vyšetření i genetika, všechno proběhlo, jak mělo, prostě podle plánu.

Já sem tak nějak z toho zdravotnictví zvyklá, že člověk může přijít do styku se vším možným, ale je pravda, že jsem se malinko bála ne toho, že covid budu mít já, ale proto, že nikdo nevěděl, co by to tomu miminku mohlo udělat. Pak mě teda můj gynekolog uklidňoval, že by to miminkům nemělo nic dělat, že by to na ně nemělo mít nějaký zásadní vliv. Ale vzhledem k tomu, že já byla těhotná, a to se ta pandemie ta první vlna teprve tak nějak rozjížděla. Takže mě sice uklidňoval, ale nikdo pořádně nevěděl, co to může nebo nemůže způsobit. A ono to je možná lepší, že jsem to nevěděla, co to může a nemůže, aspoň mě to tenkrát tolik nestresovalo.

Měla jste ohledně porodu nějaké přání? Co třeba otec u porodu?

Já jsem tam partnera chtěla, moc jsem ho tam chtěla. Ale on tam nechtěl, protože je taky zdravotník jako já a... občas někde rodí... v záchrance a má z toho takovej jako strach prostě, že se může něco stát. Ne že by měl strach z krve nebo že by to jako viděl, ale prostě řekl mi, že pokud si na tom nebudu vysloveně trvat, tak že by byl rád, kdyby u toho nemusel být. Protože se bojí, že kdyby se cokoliv stalo, že prostě by to jako nezvládnul psychicky. Takže jako u toho nechtěl být. Já jsem jako furt špekulovala... mě to hrozně mrzelo, že tam nechce bejt a přemejšlela jsem koho si tam vezmu, tak jsem jako říkala, tak jestli mamku... jenomže moje mamka je zase taková, že bude povídat „jo tebe to bolí a todle a támdleto...“ jo a taková ta přehnaná péče, a to si myslím, že by nebylo jako úplně dobře. Takže jsem říkala nějakou kamarádku. No jenomže vzhledem k tomu, že byla ta pandemie covidu, tak nakonec vlastně mi tam nedovolili vůbec nikoho. Že teda jediného, koho by mi tam dovolili by byl partner, kterej tam teda nakonec opravdu nebyl. Takže jsem tam byla sama a prosila jsem je, jestli teda by nemohla přijet mamka, protože moje mamka nakonec jako teda jsem se domluvily, že tam bude ona, a že s tím počítá, že přijede. No a oni nakonec teda vůbec nedovolili, aby přijela, takže jsem tam byla sama.

Jaké to bylo?

No... nakonec to nebylo nějaký hrozný... já si myslím, že ta podpora je asi jako důležitá, ale myslím si, že vlastně asi vůbec nevádí, že jsem si to prožila sama. Protože mi stejně od té bolesti a od toho, co se tam dělo... by mi stejně to, že mě někdo bude držet za ruku, nepomohlo. Jako... jo spousta ženských říká, že tam musí mít toho chlapa, že on je podpoří... na jednu stranu asi jo, ale myslím si, že se to úplně v pohodě dá zvládnout i bez toho partnera. A myslím si, že i jako, aby mě tam viděl, protože jsem měla hrozný bolesti, tak jako aby mě tam viděl, jak tam škrabu nehtama zeď a svíjím se tam prostě... Myslím si, že ani nebylo o co stát ho tomuhle vystavovat. Já si myslím, že on byl ve stresu i tak hodně a ještě aby mě tam viděl v tomhle...

Miminko se narodilo v termínu?

Narodilo se v termínu, ja jsem měla termín vlastně 4. dubna a malej se narodil 2. dubna, takže v termínu.

A přirozeným porodem?

Nakonec ne. Nakonec nešel přirozeně vlastně. Rodila jsem přirozeně 13 hodin a po 13 hodinách mi provedli akutní císař, protože to nepostupovalo tak pozvolna, jak by mělo. Já jsem rodila v noci, takže já když jsem přijela na porodnici, tak první, co jsem chtěla byl epidurál okamžitě, ale to mi paní doktorka řekla, že to takhle nefunguje, že mě musí nejdřív vyšetřit a říkala, že malej má tak sestouplou hlavičku, a že tak tlačí dolu, že si myslí, že ani ten epidurál nestihneme, že to bude jako hrozná rychlovka. A nakonec to teda rychlovka nebyla. Ted' teda nechci nikoho hanit, ale byla mi změřena blbě pánev a prostě nakonec, když jsem rodila přirozeně, tak jsem se neotvírala no a nakonec přišla paní doktorka jiná než ta, co tam byla celou tu noc a ta mě vyšetřila a zjistila, že malej vůbec neprojde těma porodníma cestama, a že už má tak strašnej hematoma na hlavě, jak se tam tlačí a že by to nemuselo dobře dopadnout. Tak mi pak prováděli akutní císař. A to teda hned jsem vlastně volala partnerovi, a protože mě museli uspat celkově, že jsem nebyla při vědomí, tak jsem volala partnerovi a miminko prvně vlastně dali hned do ruky. Že kdybych byla uspaná napůl, tak že by ho dali mně, ale jak jsem byla v celkové anestezii, tak aspoň že ho měl první partner u sebe.

A toho tam tedy normálně pustili?

Toho tam potom normálně pustili a než mě odvezli na ten sál na ten císař, tak jsem mu volala a on okamžitě přijel. Ona to byla taková rychlovka... že malýho vyndali a dali mu ho hned do náruče, aby byl aspoň s jedním z rodičů, když ho nemohli položit teda mě.

Tam tedy žádná omezení nebyla?

No oni tam normálně k tomu porodu pouštěli ty partnery, ale prostě jiný příslušníky nepouštěli. Nechtěli tam jako víc lidí prostě asi kvůli tomu zavlečení no. Kdyby prostě někdo z nich měl covid, což teda mohl mít i partner, ale zase jako nemůžou ty maminky úplně ochudit o to, že by tam nemohl být ani ten partner. Ale aspoň takhle, že tam byl, tak to bylo fajn. Že vlastně potom seděl u mojí postele a čekal až se proberu z narkózy a tak pak hned jsem malýho viděla. Teda asi až po dvou hodinách, kdy jsem se probrala. Ale byli jsme tam všichni společně potom našťestí. Aspoň takhle. Já jsem to teda strašně obřečela, že se to nepovedlo nakonec přirozeně, když už jako jsem se tam trápila takhle dlouho. Když už viděli, že to nepostupuje, že mě tam nechali takhle dlouho trápit. Že sem teda toho malýho... že se to nepodařilo přirozeně. Ale já jsem teda byla šťastná nakonec, že... měla jsem strach, aby malýmu něco nebylo, jak měl ten hematoma na tý hlavě, tak právě tam i jako hrozilo, že by mohl mít poškozený mozek. A našťestí se to vstřebalo a bylo to v pořádku, ale byly to nervy teda. Protože v tý nemocnici se tak strašně snaží aby opravdu jako ty ženský porodily přirozeně, že jako to až ženou do extrémů. Že si myslím, že to mohli ukončit mnohem dřív. Ten císař by mě stejně neminul, že možná kdyby mě vyšetřili dřív, kdyby o tý pávni věděli, že jí mám prostě užší, že to miminko tudy neprojde... tak mi ten císař mohli naplánovat rovnou a mohli mě tomudle tomu všemu ušetřit a mohla jsem být ne v celkový anestezii a mohla jsem být při tom císaři při vědomí. A mohla jsem to miminko hned chovat i já. O tohle všechno mě vlastně ochudili. Nedokážu říct, jestli to bylo částečně způsobené pandemií ten přístup toho personálu... asi to bylo i tím, že jsem rodila v noci, kdy je tam samozřejmě méně toho personálu. To je zase jiný...

Celkově dlouhodobě je málo personálu a plus ten covid způsobil to, že mnoho z nich onemocnělo, šlo do karantény, takže samozřejmě těch sestřiček a doktorů bylo méně, sloužili víc služeb, byli unavený, nabroušený, protože asi taky určitě chtěli ten čas trávit jinak než být furt v nemocnici v práci. Takže na jednu stranu to chápu, ale...

Jak to bylo s testováním při příjmu do nemocnice?

Netestovali mě vůbec, ptali se, jestli jsem byla v kontaktu s někým. Jenže vzhledem k tomu, že byla pandemie a nikam se nesmělo, hospody byly zavřené, kavárny byly zavřené, krámy byly zavřené, takže vlastně úplně všechno, takže já jsem ani neměla moc kde bych k tomu přišla. My jsme byly buď s partnerem doma nebo jsme jezdili třeba někde po přírodě. Maximálně jsme se vídali jakoby s rodinou, ale jinak jsme nikde nebyli, takže jsem ani jako... ani jsem neměla žádný příznaky, takže mně jako nic nebylo. A jsem teda ráda, že mě netestovali, protože z toho testování mám vždycky hrůzu. Ze strčení tý tyčinky do toho nosu... to je mi strašně nepříjemný. A jsem teda ráda, že jsem tam jako ani nemusela být v roušce. Že jsem nemusela rodit v roušce, že to nebylo potřeba. Roušku jsem měla vlastně jenom ve chvíli, kdy mě přijali do porodnice a točili mi monitor, tak to jsem jí měla a pak jsem šla vlastně na pokoj a... tam jsem byla až do rána sama krom toho, že za mnou vždycky přišla nějaká sestřička nebo doktorka na kontrolu. Takže tam jsem vlastně roušku mít nemusela a na porodním sále taky ne. To bylo fajn. Protože jako ještě dýchat do tý roušky to si nedokážu představit.

Jaká opatření byla pak po porodu, co třeba na chodbách a tak?

Já jsem vlastně po porodu byla na dospávacím pokoji, na takový jakoby jipce, tak tam jsem byla dva dny. Tam jsme byly 3, tam jsme neměly roušky. A já jsem potom šla, když jsem šla potom normálně na pokoj, tak jsem šla na nadstandart a tam jsem byla úplně sama. Měla jsem svojí sprchu všechno a tam jsem nebyla v roušce. A musím teda popravdě říct, že oni to ani jako neřešili. Že jako když třeba přišel nějaký lékař nějaká sestřička, tak některý měli třeba jako roušku, ale většina na a já jsem teda taky byla bez roušky.

Jak dlouho jste byla v nemocnici?

Byla jsem tam po císaři 5 dní, a protože jsem se nemohla rozkojit, tak přemýšleli, jestli mě pustí nebo ne. Nakonec mě teda pustili... že jo oni jako samozřejmě potřebovali lůžka pro další rodičky. Takže mě pustili, ale ono se teda jako standardně pouští ten 5. den po tom císaři. A já jsem se teda ve finále stejně nerozkojila. Jsem neměla skoro žádný mlíčko. Malej chudák plakal hladý, ale byl

šikovnej, že hned od začátku si vzal flašku a začal hned pít, takže to bylo super, že jsem se nemusela trápit tady s tím.

Jak to bylo s návštěvama v porodnici?

Mohl tam za mnou jenom partner. Vlastně nikdo jinej ani jako další rodinný příslušníky tam vůbec nepustili. Takže moje máma a tchýně ty plakaly, že nemůžou hned miminko vidět. Takže jenom partner. A bylo to jako... kdybych byla na normálním pokoji, tak tam vlastně byla návštěva povolená jenom 15 minut. A na tom nadstandartním pokoji to bylo takový volnější. Protože jak jsme tam byli jenom jako sami na tom pokoji, tak tam mohl být partner trošku dýl. Ale že by ho tam nechali třeba jako hodinu to ne. To ho tam nechali třeba jako půl hodinky, ale jinak 15 minut. Tak to bylo takhle limitovaný. Musel přijít přes oddělení v roušce a na pokoji si jí teda sundával. Bez roušky by ho tam vůbec nepustili. A když třeba někdo chtěl něco přinést, tak fakt jenom přinesli a museli jít. Jiný návštěvy vůbec nechtěli pouštět. Partner se vždycky musel nahlásit, že přišel a zase se musel odhlásit, že odchází.

Jsem si teď vzpomněla, že jsem byla asi 3 týdny před porodem hospitalizovaná v nemocnici, protože měl malej špatný ozvy, tak tam vlastně jsem neměla vůbec žádný návštěvy. Tam partnera vůbec nepustili. To mi akorát mohl přivést věci, protože to bylo takový nečekaný, to jsem tam jela rovnou od gynekologa na hospitalizaci, tak jsem neměla nic s sebou. Takže mi mohl jenom přivést věci a ani jsme se neviděli. Jenom je předal sestře a za mnou nemohl pozdravit mě nic.

Zeptám se Vás ještě na emoce, které se pojí s Vaším porodem? A jestli na jejich prožívání měla pandemie vliv?

Já si myslím, že člověk ať rodí v pandemii nebo ne, tak stejně je ve stresu, protože neví, co ho čeká, neví, co se bude dít. Tuší, že to bude bolet... Takže ty emoce tam strašně lítaj. Myslím si, že jako s tou pandemií asi... Tam byl ten strach z toho, že prostě nebude moct právě bejt ten partner u toho porodu nebo že prostě nebude moct potom být s tím miminkem nebo že nás nebude moct navštívit. Bylo mi líto, že tam se mnou nemohla být mamka, když partner u porodu být nechtěl a pak to, že se za námi mamka s tchýní nemohly přijít podívat do porodnice. To mě mrzelo.

A pak jsem si taky říkala, že celou dobu se nám ten covid vyhýbal, tak abych ho nakonec nechytla tam a nemusela jsem zůstat v té nemocnici dýl v nějaký karanténě nebo aby ho nechytlo to miminko, aby mu to něco neudělalo. Ale říkala jsem si, že to je tisíc nemocí, který člověk může chytit, takže se bát zrovna covidu, když malinkýmu miminku by ublížila i chřipka nebo angína, že jo. To by se člověk musel zbláznit prostě.

Jaké to bylo po příchodu domů?

Tak po příchodu domů to bylo hektický. Protože jsem byla prvorodička a nějak mi to v té porodnici nedocházelo, že mě pustí s tím miminem samotnou domů, a tak jsem přemýšlela, co tam s tím mimčem budu sama dělat. Že vůbec vlastně nevím, co s ním mám dělat. Ale ono to pak jako tak automaticky naskočilo, že prostě jsou tam ty mateřský pudy, že jsem věděla. Ale bylo fajn, že přítel byl s námi dost doma. Sice chodil do práce, ale jak dělá na směny, tak si to zařídil tak, aby byl s námi dost doma, takže mi hodně pomáhal. A pomáhaly mi i babičky. Já jediný, co jsem vlastně měla omezení v tom, že jak jsem byla po tom císařským řezu, tak jsem nemohla nosit nic nad 5 kilo. Ale protože bydlíme v patře bez výtahu, takže byl i problém vynést malýho v autosedačce prostě nahoru. Takže v tom jsem byla taková omezená, že mi vždycky musel někdo pomoci. Jo, že jsem si jen tak neřekla půjdeme ven...protože prostě jsem vždycky musela táhnout nějakou tu autosedačku nebo něco, takže vždycky musel být někdo doma, aby mi s tím pomoh. Nebo jsem zvonila na souseda, aby mi prostě s tímhletem pomohl.

Jaké tam byly potřeby?

Spánku. Hlavně potřebu spánku... Nee, byla jsem hladová, nevyspalá, byla jsem strašně vynervovaná, protože jsem se nemohla pořádně rozkojit a malej hodně plakal. Malej vlastně furt plakal první tři měsíce jenom plakal. V noci plakal, přes den plakal a hlavně jsem teda byla v nervech, protože se nechtěl rozpít, takže se celý dny točily furt jenom kolem kojení, kolem toho, aby se chytnul bradavky, a že nechtěl a... to jsem byla z toho strašně vystresovaná. A vlastně si myslím, že jsem se možná ani nerozkojila kvůli tomu, že jsem tak strašně moc chtěla a byla jsem z toho tak vynervovaná... bylo to hrozný, protože celej ten den se točil jenom kolem kojení. Ráno jsem vstala a už jsem přemýšlela, jak ho budu kojít a jak to bude zase boj, jak se bude hodinu chytat

na bradavku a prostě já jsem řvala, malej řval a myslim si že i ze mě ten stres cítil. Ty první dny doma jsem byla fakt hrozně vystresovaná.

Kdo Vám v těchto chvílích pomohl?

Úplně nejvíc teda musím říct že tchýně. Samozřejmě pomáhal můj partner i maminka. Ale tchýně je dětská sestra, takže ta byla v tomhle úplně super. A je pravda, že jsem jí volala ve dne v noci. Ona byla chudák na telefonu pořád prostě a kdykoliv cokoliv, protože bydlí o ulici od nás, takže prostě byla za minutu u nás, když jsem cokoliv potřebovala. I moje máma, protože viděly, jak jsem nevyspalá, byla jsem vlastně taková chodící mrtvola. Takže si třeba vzaly malýho na dvě na tři hodinky do kočárku a jezdily s ním a já jsem si třeba šla lehnout nebo něco doma udělat. To jsem nebyla schopná ty první týdny doma vůbec, protože furt plakal a já jsem ho nemohla na chvíli odložit. To bylo hrozný... Ještě v kombinaci s tím, jak nešlo to kojení... No a v tom mi fakt pomohla ta moje tchýně. Ačkoliv samozřejmě ženský jsou zastánci kojení, tak ona přišla, řekla mi ať se vzpamatuju, že prostě tak kojit nebudu, že prostě holt dostane flašku, že je to lepší, aby se napapal, než abychom se oba trápili a byli vyřízený. Tak jsem to utla a od té doby to bylo mnohem lepší. Jsem se srovnala, dala jsem se psychicky víc do pohody. Malej okamžitě chytil flašku, pil jako blázen, protože byl hladovej a najednou byl spokojenější, já byla spokojenější. Ale musel mi někdo dát takovou tu ťafku, ať se vzpamatuju, že svět se nezboří, když nebudu kojit. Takže tchýně mi v tomhle pomohla.

Měla na toho období a na Vaše potřeby těsně po příchodu domů vliv pandemie?

To asi úplně ne si myslim. To jsem byla ráda, že jsem doma a vzhledem k tomu, jaký to ty první týdny bylo, tak tak mě ani nějaká pandemie nezajímala.

Pandemie omezila styky s rodinami, přáteli... Jak Vy jste to v tomhle ohledu měla?

Styky tou dobou byly omezený, ale mohla se navštěvovat že jo rodina, kde teda jako vím že nemohlo myslím být víc jak 5 lidí. No ale k nám hned, co jsme ještě ten den přijeli z porodnice, tak okamžitě přiletěly babičky samozřejmě. Ty chtěly malýho hned vidět a potom postupně jsem se tak jako postupně scházela s dalšíma členama rodiny. S mým bráchou a s partnerovo ségrou, ty chtěli taky samozřejmě mimčo. I když jako se říká, že obecně v tom šestinedělí by se neměly moc návštěvy, tak my jsme se normálně jako rodina navštěvovala. A musím říct, že jsem i s malým chodila ven a tam jsem se setkávala s kamarádkama. Takže že bysme úplně omezili styky to ne, to bych se zbláznila kdybych se nemohla s nikým vídat. Já jsem dost společenskej člověk a potřebuju mít kolem sebe ty svoje přátele... A vůbec upřít to tý rodině... protože babičky ty byly strašně natěšený. Ty se těšily už do porodnice a tam jim to zakázali. Takže ty okamžitě samozřejmě by se k nám nejradši nastěhovaly obě dvě, aby mohly být s malým pořad. Ty u nás byly prakticky ob den.

Mimo rodinu jsme se stýkali venku na procházkách. Hlavně teda s holkama s kočárkama, že jsem šly spíš ven, ne dovnitř. Někde jsem si koupily kafe do ruky. Já jsem teda rozhodně v těch prvních měsících u nikoho doma nebyla radši. Babičky nepočítám. Protože člověk nikdy neví. My se stýkali s rodinou, rodina s dalšíma lidma a to... a uvnitř je větší riziko toho přenosu. Určitě jsme ale přemýšleli, s kým se uvidíme. Praštěná máma po porodu... hormony pracujou a když jsem viděla, že má někdo rýmu nebo kašel, tak jsem tomu malýho opravdu nechtěla vystavovat, protože mě samozřejmě napadlo... jo mohl by to bejt covid prostě, tak se radši nesetkáme a počkali jsme, až to přejde, až se ten člověk uzdraví a pak až jsme se třeba viděli. Jako nevystavovali jsme se tomu nějak vědomě. Normálně by člověk smrkání nebo kašel neřešil, je to normální nachlazení, vůbec to nemusí být covid, ale v týhle době člověk nikdy neví že jo.

Ale jako musím říct, že jsem měli štěstí, že nikdo z nás za tu dobu, co já jsem byla těhotná nebo pak v tom šestinedělí, tak nikdo z nás, z rodiny ten covid neměl. Takže jsem se tomu krásně vyhnuli.

Říkala jste, že jste hodně společenský člověk. Co Vám dodávalo energii v téhle době, kdy kontakty s přáteli nebyly takové, jak byste si asi představovala?

No to bylo právě... Ono jednu dobu byly zavřený právě i kavárny, že si člověk ani nikde nemohl dát kafe. Ale pro mě bylo nejvíc takový nabití vždycky když to, když partner byl třeba doma, když nebyl v práci a když nás naložil do auta a vyrazili jsme někam do přírody. My rádi vyletíme, snažíme se furt někde bejt, nebejt doma na zadku. Takže to bylo vždycky takový nejlepší, že jsme se prostě sebrali a jeli jsme se někam project třeba do lesa nebo prostě takhle někam jakoby na výlet. Nebo jenom když jsme šli... protože tchán s tchyní mají obrovskou zahradu, tak na zahradu opéct burty,

udělat si tam ohýnek, ogrilovat si něco... To byla taková vzpruha v té době. Jinak vlastně nikde nic nešlo.

My jsme třeba někam chtěli jet, jenže byly zavřené hotely prostě nesmělo se... Takže to bylo takový... Představovala jsem si to trošku jinak. Celkově jako i to těhotenství... ne, že bych si ho neužila, ale že si ho třeba budu užívat víc. Že budu jako fakt takovej ten kavárenskej povaleč a budu opravdu celý dny vysedávat s kamarádkama po těch kavárnách a cpát se dortama a pít kafe a to nešlo že jo, protože bylo všechno zavřené. A ani se to nezlepšilo po tom porodu. Já jsem porodila a říkala jsem si, jak budeme furt někde. Jak bude mít přítel volnej víkend, tak pojedeme na víkend... nevím někam na Šumavu prostě do hotelu, budeme tam dělat procházky a vlastně vůbec nic nešlo. Nešlo jet do hotelu, nešlo jít do hospody... prostě maximálně dali kafe do ruky do kelímku že jo, takže to bylo takový velký zklamání no. Teď už se to že jo... teď už je to volnější. Teď už je tak nějak všechno otevřené, takže teď už si to člověk užívá taky jinak s tím dítětem. Že jdu ven s tím dítětem a když malej spí, tak si třeba sednu do té kavárny, dám si tam to kafe. Nebo prostě... Teď už je to lepší, ale to bylo takový zklamání, že jsem vyfásla to těhotenství v té pandemii prostě, že to takhle jako vyšlo no.

Měla pandemie nějakou výhodu? Našla byste nějaká pozitiva?

Já si myslím, že máme v rodině hodně dobrý vztahy, ale myslím si, že nás to jako ještě víc semklo. Že prostě jsme o sebe měli větší péči... a možná jsme se, i když bych to možná neměla říkat, možná jsme se ještě o to víc s rodinou scházeli. Že jsme spolu trávili ten čas. Že jsme opravdu vymýšleli nějaký to grilování společný nebo jsme jeli společně na výlet nebo na chatu jo... řekla bych, že možná jsme trávili ještě víc času spolu. Protože spousta lidí z rodiny třeba nemohli chodit do práce a najednou toho času bylo víc prostě. Abychom ho mohli trávit spolu. Když to moc nešlo s přáteli, tak člověk hledal kontakt, a to právě vynahrádila ta rodina. Tak to asi bych viděla jako takový pozitivní na tý celý pandemii. A možná taky v tom, že člověk neměl moc kde utratit peníze tím, že všechno bylo zavřené, tak se tolika neutrácelo. Nechodilo se po hospodách, nešlo se na večeri, do kina, nikam vlastně... V podstatě ten čas, kterej by člověk strávil někde..., tak ho trávil s tou rodinou a ještě ušetřil. My teda jsme spolu hodně, ale v tom covidu o to víc. Prostě jsme na sebe najednou měli mnohem víc času.

Současné maminky jsou zvyklé využívat služeb různých mateřských/dětských center. Myslím tím např. zpívání, cvičení, vaničkování pro děti již v raném věku. Jak jste prožívala a jaký vliv na Vás mělo uzavření těchto služeb?

Já jsem s malým chtěla hodně chodit na plavání, tak to bylo zavřené vlastně takže to jakoby nešlo, a to mě třeba dost mrzelo, že to nešlo. Ale je pravda, že teď už je to zase všechno otevřené, takže teď konečně jsme se dočkali a začneme chodit na plavání a... jinak jako jsem to asi úplně neprožívala. Protože já jako jediný co, tak jsem opravdu chtěla na to plavání a taky... možná mě asi i mrzelo to, že nebyly otevřené ty kavárny s těma dětskýma koutkama, herničky, kam by si člověk mohl sednout na kafe s kamarádkou a děti by si tam pohrály, polezly...

Jak vnímáte očkování proti Covid-19?

No, když jsem byla těhotná, tak to nebylo doporučované. Ono celkově, když je ženská těhotná, tak by se nemělo očkovat jakoby nic, i když znám případy, že některý kamarádky se nechaly i v těhotenství naočkovat. Což to já teda jsem byla proti, ale je pravda, že já jsem byla proti i dost dlouhou dobu, že jsem se tomu jakoby bránila a nechtěla jsem. Nemám nic proti zavedeným očkování, ale tohleto byla, můj názor, spatlanina, která byla vyvinutá během pár měsíců a nikdo ani pořádně nevěděl, co v tom je, takže jsem to do sebe jako úplně nechtěla cpát. Bohužel ta doba donutila nás k tomu. Hodně lidí jsou furt ti odpírači, ale byla jsem k tomu donucená, abych mohla někam jít nebo ject nebo prostě někam jít s malým třeba na to plavání, tak tam prostě jsou všude ty podmínky toho očkování, takže nakonec jsem se teda nechala naočkovat vlastně před pár měsíci. Ale nepřineslo mi to opravdě nic dobrýho. Protože krom toho, že mi teda po tom očkování bylo špatně, tak se mi po něm strašně rozjel ekzém. No a mam to teda i jako potvrzený od doktorky, že je to teda fakt po tom očkování. A vím to od víc lidí, že prostě to očkování rozjelo víc onemocnění u některých lidí. Takže s tím jsem měla a mám docela problém. Jsem se tomu bránila, aby se mi přesně něco takovýho nestalo, ale dneska holt jsme neměli nikdo nic moc na výběr. Nemohl si člověk vybrat jestli se nechá nebo nenechá, ale byl tou dobou donucenej, aby nemusel sedět furt jenom doma na zadku a mohl trochu nějak začít zase žít. A to jsem právě chtěla, že jo, když už jsem na tý

mateřský, mám dítě, tak s ním chci něco podnikat, nebýt s ním sedět zavřená doma nebo jít tady maximálně po městě se projít, ale chci si s ním i někde zajít třeba na to plavání, s partnerem někde ject na výlet do hotelu nebo takhle, tak to zkrátka bylo nevyhnutelný.

Prodělala jste covid?

My jsme se mu v podstatě celá rodina dlouho vyhýbali, v těhotenství, po porodu... a pak... já si myslím, že jsem ho měla, ale žádný test mi to neprokázal. Měla jsem příznaky, ale prostě jakoby test mi to neprokázal. Partner si myslím, že ho měl taky, ale taky ne testem prokázanej. Ale pak v našem okolí tehdy ho měla, tchán ho měl, brácha s přítelkyní a i hodně našich známých a kamarádů ho prodělali. A my teda měli ty příznaky, takže si myslím, že u nás to taky proběhlo, ale test to zkrátka nepotvrdil, nevím no... protože mi bylo špatně jako bych měla chřipku, ztratila jsem chuť... tak to bylo takový zajímavý.

Jak teď zpětně prožíváte to, že jste byla prvorodičkou právě v době pandemie? Co byste ještě vypíchlá, o čem jsme třeba nemluvily.

Tak mělo to svoje pro a proti, který vlastně úplně na začátku, když jsme miminko plánovali a říkali si, že vlastně se stejně nikam nemůže, a že by to teda vlastně bylo celkem fajn mít mimčo teď, tak pak takový to... jak prostě bylo všechno zavřený a člověk skoro nic nemoh a zároveň měl spoustu volného času. Tak to mě třeba vůbec nenapadlo, že by to takhle mohlo být. Fajn to bylo v tom, ale to už jsem říkala, s tou rodinou, že jsme prostě spolu mohli trávit víc času, že se ten život tak nějak jakoby zpomalil a že nás to ještě víc semklo jako rodinu a vlastně ještě víc vidim, jak moc je ta rodina důležitá.

Taky si zpětně říkám, jestli ten přístup v té nemocnici... že si myslím, že prostě kdyby nebyla celá taletá pandemie a bylo dostatek personálu, tak že by se možná ten personál v té porodnici a na tý gynekologii choval líp.

A to, že jsem si nemohla to těhotenství prožít naplno. Takový to jako že jsem opravdu nemohla s těma kamarádkama vyseidávat v těch kavárnách a... nebo že jsme s partnerem přišli o to, že já když jsem konečně byla doma a ne v práci že jo a byla jsem těhotná, tak že jsme ani jako nemohli nikam ject. Že jsme si ještě plánovali, že třeba pojedeme na nějakou dovolenou a ze všeho vlastně sešlo, protože nic nešlo. Bylo to problém všechno no...

Napadá Vás ještě něco důležitého k tématu nebo na co byste se třeba chtěla zeptat Vy?

Já si myslím, že jsem asi řekla všechno..

Na závěr Vás tedy poprosím o pár základních informací jako je věk, vzdělání, povolání a partnerský vztah?

33 let, mám bakalářské vzdělání ve zdravotnictví jako ošetřovatelka. Před nástupem na mateřskou jsem pracovala jako zdravotní sestra. S přítelem žijeme ve společné domácnosti, nejsme manželé.

Příloha č. 5

Přepis rozhovoru s respondentkou č. 4

Vyprávějte mi, prosím, o tom, jak probíhalo vaše těhotenství?

Miminko jsme úplně neplánovali. Samozřejmě je chtěná, to jo, ale spíš to bylo tak, že jsme si úplně nedávali pozor. Tušili jsme tedy, co se asi stane, ale ne takhle rychle. Nechali jsme tomu volný průběh a ono se to povedlo asi během dvou měsíců, což jsme teda úplně nečekali. Ale ještě, že tak, i když to bylo teda trochu komplikovaný v tom, že jsem vlastně ještě tou dobou žila a pracovala v jiném městě než můj přítel. Takže jsem za ním dojížděla a až někdy začátkem léta jsem odcházela na riziko a od té doby jsem byla na rizikovým, protože jsme v Praze otevírali novou restauraci, takže to pak bylo i náročný na psychiku... hledat nový dodavatele, nabírat personál a teď se tam dohadovat s nima, do toho tahat těžký věci, protože jsem vlastně v tu chvíli, abysme nenabírali nové lidi, tak jsem vlastně musela být i chvílku na place, i když teda sice bylo zavřeno v koruně, ale stejně jsme fungovali právě na rozvozy... takže vlastně pak od června jsem šla na rizikový někdy v tom 6. měsíci. A do té doby jsem tam vlastně ještě pracovala a za přítelem dojížděla.

Takže jste otěhotněla někdy po novém roce?

Noo někdy leden/únor to vychází.

To jste měla docela náročné.

To jo, ale spíš psychicky než fyzicky. Tím, jak bylo kvůli koruně zavřeno, tak to tolik fyzicky náročný, nebylo, jak nebyli v restaurace hosti. Ale psychicky to bylo dost, protože právě ještě majitelka byla taková jako svérázná, takže mi volala klidně i třeba 50x denně kvůli tomu. Co je třeba objednat, jestli už jsem sehnala lednice, udělala novejši nápojovej lístek, tak to fakt bylo 50 hovorů den co den, řev a úplně to nešlo no... A do toho to dojíždění za přítelem, kdy jsem přes týden byla v Praze, za ním jsem jezdila jenom na víkendy, teď už pupík mi do toho rostl, tak to bylo takový... že jsem se už opravdu těšila, až se nastěhuju tady k němu, v klidu si to těhotenství užiju i skrz to vstávání. Když jsem byla v Praze, tak jsem chodila spát o půlnoci, vstávala někdy brzo ráno a takhle ject furt. Tak jsem pak byla ráda, že jsem odešla sem za ním a od června jsem tady.

V práci to teda věděli dost předem, že tam skončím... já vlastně ještě před tím, než jsem otěhotněla, tak už jsem uvažovala nad tím, že z Prahy odejdu za přítelem sem... odtud vlastně i pocházím, mám tu mamku, ségry... A kor vlastně v koruně ta Praha nebyla už tak lukrativní ani na práci, ani na zábavu, takže jsem odešla sem. Pak jsem ale dostala možnost tam otevřít tu novou restauraci, což pro mě byla možnost zkusit něco nového, tak jsem říkala, že ještě chvílku zůstanu no a pak už to vzhledem k těhotenství nešlo.

Byla vůbec v gastru možnost nějakého homeoffice v té době?

Byl, protože já vlastně měla na starost hlavně dodavatele, zásobování... já nevím... od skleniček po talíře to vlastně všechno bylo na mě zařídit. To šlo teoreticky z domova, ale stejně ten stres, když vám fakt 50x za den někdo volá... to jsem si nemohla dojít ani na záchod pomalu bez toho, aniž bych jí to nezvedla. A stejně jsem ještě furt byla v té Praze, tak ten homeoffice se mi spíš přehoupnul na víkend. Takže jsem odjela za přítelem a i tady jsem ještě o víkendu dělala. Už jsem z toho byla vynervovaná, přítel taky. To jsem vlastně byla kuřačka a jako těhotná jsem se snažila nekouřit, ale tím pádem, jak jsem byla vystresovaná, tak tím tuplem jsem na to cigáro měla ještě větší chuť si dát. Takže jsem si třeba to jedno dala a na to konto jsem si řekla, že mi to za to nestojí. A jako abych ovlivnila nějak její zdraví tím, že já se tady budu nervovat kvůli nějakým kravinám z Prahy, tak jsem prostě skončila, nastoupila na riziko a odstěhovala se sem.

Jak probíhalo Vaše těhotenství po fyzické a emocionální stránce?

Od prvního do devátého měsíce mi bylo blbě... Návaly, pocity na zvracení... paradoxně do té doby, dokud jsem pracovala, tak bylo ještě relativně fajn, ale jak jsem pak byla tady, tak to bylo hrozná a ještě pak přes léto, takže já vlastně ty poslední 3 měsíce strávila s tím, že jsem tady ležela na gauči s mokrým hadrem na sobě nahá a chladila se, protože jsem nemohla nic, takže to fakt bylo hrozný. I na tu psychiku, protože jsem vlastně už nikam nechodila a když, tak jsem šla večer, kdy už nebylo sluníčko. Jenže večer už všichni spali, aby vstali do práce, takže to bylo takový smutný.

A co mě teda mrzelo, tak to, že se vlastně nikam nic nemohlo, všechno bylo zavřený, na večeri nebo do kina si zajít s přítelem ještě v době, kdy jsme neměli malou... to nešlo... no a přes to léto už se teda relativně jako mohlo, ale to jsem tady zase prostě proležela na gauči, že mi teda fakt bylo blbě, takže i když jsem už konečně někam mohla, tak jsem stejně nešla. Ale strašně moc jsem se na miminko těšila.

Kdo vám byl v těhotenství oporou?

Skoro nikdo no... já právě jsem taková, že hodně věci dusím v sobě a když jsem se to třeba snažila řešit s mojí mamkou, tak ta zase na mě „Prosim tě, si nějaká přecitlivělá, já byla taky těhotná a byla jsem v pohodě...“ takže to úplně nebyla opora v tu chvíli, a to přitom jindy je úplně skvělá. Tu si myslím, že korona taky hodně ovlivnila, že nikam nemohla, jak je všechno uzavřený. Ted' ona je ještě starší, takže to všude jenom poslouchala.

Mně třeba korona v tomhle neovlivnila, ale ovlivnila moje okolí, a to potom ovlivnilo mě. Že třeba přesně ta moje mamka, která by mi jindy byla oporou, tak sama byla podrážděná a říkala mi, že řeším blbosti, který ona nikdy neřešila. Takže největší oporou mi byla starší ségra. Ta má sama dvě děti. A je taková jako že mě vyslechla, mohla jsem jí říct svoje problémy a ona mě poslouchala. Ale jinak že bych vyloženě měla někoho, kdo by mě podržel... to ne.

Přítel byl zlatej, ale je to chlap, takže byl úžasnej v tom, jak se o mě staral, že mi třeba masíroval nohy, záda... pomáhal mi, ale pak povídá „jdeme s klukama na loď, jdeš s náma?“ ... a já tady ležela bílá s hadrem na hlavě a povídám mu „hádej...“ jo a takhle a pak mi přišla zpráva, že to tam je skvělý a jestli fakt nechci přijet. Joo, tak tomu fakt nedocházely takový ty věci, jako že jsem těhotná a že bych sice chtěla, ale že nemůžu. A o to víc jsem byla fakt už nepříjemná, protože jsem chtěla, ale nemohla jsem a ke konci toho těhotenství už jsem byla opravdu otrávená, zpruzelá, bez energie... Štvalo mě, že když jsem na tom byla dobře a šlo to, tak bylo všude zavřeno a v létě, kdy konečně se to uvolnilo a všichni začali žít, tak jsem já zas nebyla ve stavu, kdy bych někam mohla... protože to fakt byl max jeden dva dny v týdnu, kdy mi bylo celkem dobře, jinak to fakt bylo hrozný. Fakt jako ted' říkám, že mi to malá vynahrazuje, protože ted' je úplně miliónová, ale v tom bříšku jsem si s ní užila.

S pandemií Covid-19 byl vyhlášen nouzový stav, který měl za následek mnohá omezení. Zákazy vstupu do sportovních a kulturních zařízení, zavřené restaurace, kavárny, uzavření určitých obchodů. Jak tato omezení ovlivnila Vaše přípravy na příchod miminka?

Upřímně ani tolik ne, protože spoustu věcí jsme zatím ani nekupovali, protože jsme nezařizovali pro malou pokojíček, jak je s námi v ložnici. Takže se koupila postýlka, oblečení, a to jsem vlastně ani já nevybírala, protože to sám koupil přítel. Prostě koupil a přinesl... Takže jediný, co my jsme vybírali spolu byl kočárek. To bylo fajn, naštěstí to bylo zase už všechno otevřený, protože jsme ho kupovali asi až 14 dní před porodem někdy v půlce září. Protože furt byl čas a najednou už to nebyl ani měsíc do porodu. Ale sehnali jsme, takže ty přípravy to nijak zvlášť neovlivnilo.

Spíš co mi vadilo, tak to, že byly uzavřený sportoviště, takže já třeba když jsem vlastně byla zvyklá cvičit, tak jsem chtěla chodit na nějaký to těhotenský cvičení, protože mi pohyb v těhotenství pomáhal, když mi bylo blbě... a to právě nebylo otevřený nic. Takže jsem začala ještě víc tloustnout, takže to na tu psychiku taky nebylo dobrý.

No a vlastně jak byly takový ty předporodní kurzy... tak na ty jsem ani upřímně moc nechtěla. A on se stejně žádný ani nekonal tou dobou. Já jsem si totiž myslela, jak to bude skvělý ten porod, jak to bude krásný a že když se na něj těším, takže to stačí. Tak mi to tenkrát přišlo zbytečný, protože jsem byla přesvědčená, že přece to tělo ví, co má dělat. A já jsem tak nějak přibližně věděla nějaký to dechání. Věřim tomu, že v tu chvíli, jak mě to bolelo, jaký to bylo, tak mi bylo úplně jedno jak se dechá nebo nedechá. Já jediný, co jsem chtěla, ať už mi daj epidurál a že už nerodim. Že na to kašlu, a že to nějak dopadne. No jenže to mi řekli, že to tak nejde, že prostě musím, že dítě musí ven. No... takže nevím, jestli by na tohle měl nějaký kurz vliv.

Ale to cvičení to mi vadilo, protože doma sama já se nepřinutím, tak jsem jenom ležela... No a co teda, co jsme taky říkali... jsem byla zvyklá cestovat a říkali jsme si, že do toho třetího měsíce bysme chtěli ještě někam vyrazit a stihnout nějakou tu dovolenou, a to jsme vlastně taky nemohli...

Takže spíš než přípravy na miminko, tak se Vás covidová opatření dotkla spíše co se trávení volného času týče?

Přesně tak, najednou byla nuda. V tý koruně to bylo takový... že jsme s přítelem seděli doma, nic se nemohlo no a... když skočím teď úplně na začátek, tak vlastně i ta korona je celkově důvod, že jsme si jí vůbec udělali. Protože přesně když to řeknu blbě, tak s tím prckem... to miminko člověka prostě trošku limituje... a v tu chvíli si řekne... nemůžu cestovat a tak, stejně nikam nemůžu chodit nebo když, tak minimálně musím hledat hlídání. No a vlastně v tu dobu, kdy jsme se dali dohromady... to bylo nějakých 7 měsíců před tím, než jsem otěhotněla. Ale známe se víc jak 10 nebo 11 let, takže se známe dlouho. No a právě jsme se jednou tak bavili, že oba děti mít chceme, a že se teď v tý koruně stejně nemůže cestovat, nikam se nemůže, nic se nekoná, nic není... takže ten třeba rok dva, co ta ženská je s miminkem doma, tak by teď vlastně ani nevadil. A že teď je vlastně ideální doba na to, si to dítě udělat a nelitovat... ne nelitovat, člověk nebude litovat, ale nemusí ho mrzet, že je vlastně zavřené doma. Takže to do toho zapadlo a řekli jsme si, že to můžeme zkusit a třeba se to za půl roku povede a ono se to povedlo hned. Takže jsme takhle ten čas využili...

No a možná nám i covid pomohl v tom, že jsme ho vlastně oba chytli, takže jsme spolu byli nějakých 14 dnů v kuse zavřené doma. Taky v Praze bylo všude všechno zavřené, takže jsem spoustu věcí řešila tady z domova přes počítač a zase jsme byli spolu a dost nám to urychlilo takový to společný poznávání se. Za normálních okolností by nám to všechno asi určitě trvalo dýl. Určitě bysme spolu hned nezačali bydlet a spíš by to bylo jenom takový to jezďení na výlety a večere, kino... Možná bysme ani nebyli spolu, protože mě to v tý Praze bavilo. Já sem ani děti až tak nechtěla a říkala jsem, že jednou jo, ale ne nutně. Protože mě v Praze bavila taková ta moje svoboda, klid, to zařizování tý restaurace bylo fajn...

No a pak přišla korona, a to v Praze nebylo co dělat, takže jsem zase začala jezdit domů za rodinou, po letech jsme se s přítelem potkali, začali jsem se vídat no a už to bylo... Pak jsme jí oba chytli a jak jsme díky tomu zůstali spolu zavřené, tak jsme takový ty klasický začátky sfoukli během 3 měsíců. Hrozně nám to ten vztah urychlilo to seznamování se a najednou po těch 3 měsících to sklouzlo k takový tý domácí rutině a k myšlenkám na miminko. Takže vlastně jsem si říkala „korona, díky bohu za ní“ protože jinak si myslím, že by tu teď s námi malá nebyla.

To je dost úžasný, osobně by mě něco takového ve spojení s pandemií vůbec nenapadlo.

Ani nás...

Měla jste od porodu nějaká očekávání? Představy, porodní plán...

Vyloženě jsem asi neměla nějaký představy o tom, jak bych chtěla родit. Ale právě představy jsem měla já nevím ani proč jsem si v hlavě jako vysnila, že když se na ní budu těšit a budu ten porod si vlastně přát, že to bude krásný a hezký, tak že to opravdu krásný a hezký bude. A to teda nebylo, byl to muj nejhorší zážitek i přes to, že si myslím, že toho jako fakt hodně snesu, tak tohle bylo strašný, protože to bylo fakt hodně dlouhý. Ale přijel tam za mnou přítel, kterýho jsem si přála, aby tam se mnou byl.

Jak Vaše představy o porodu ovlivnila pandemie?

No to, jak jsem si přála přítele u porodu, tak toho jediného jsem se vlastně strašně bála, že kdyby nedej Bože zase teda zavedli ty opatření, že by tam nebyl. Z toho jsem měla až skoro takovej panickéj strach, že bych tam na to byla sama. Ale díky Bohu to rozvolnili, a i na začátku toho října, kdy jsem rodila, to bylo dobrý, takže tam mohl. A i díky tomu, že mě rodila ta známá, tak jsme nemuseli mít ani roušky, ani já ani přítel. Ani ho vlastně netestovali, ani mě netestovali. Je fakt, že tou dobou už ty maminky netestovali, ani roušky u porodu maminky mít nemusely, ale co vím, tak tátové jo, pro ty to platilo. Roušku jsem vlastně musela mít jen ve společných prostorách jako chodby nebo když jsem šla třeba na sesternu nebo do kuchyňky...

Já vlastně jak jsem po tom porodu byla na soukromým pokoji, tak vlastně ani návštěvy jsem neměla omezený. Protože na těch soukromých pokojích byly trochu jiný pravidla než na normálním pokoji. To vlastně za mnou mohl kdokoliv kdykoliv. Že tam prostě jenom zazvonil, prošel na pokoj a dokonce kdyby chtěl, tak tam mohl i spát za nějakěj příplatek. To bylo možný si takhle připlatit a být tam se mnou. To teda bylo asi hlavně pro tatínka, kdyby chtěl, aby tam mohl být s náma. Tak návštěvy našťestí nebyly problém vůbec. Já jsem fakt na tohle měla štěstí, protože jsem rodila po létě, kdy se to rozvolnilo a ještě to bylo před další vlnou, takže opatření byly mírný. Tak to nám vyšlo krásně. To kamarádka, co rodila po nás asi za dva měsíce, tak ta už to měla úplně jinak zase.

Ono se to furt měnilo, to na tom taky bylo šílený, že člověk nevěděl, jak to je dneska natož, jak to bude zítra...

Zeptám se Vás na vyšetření v těhotenství, jestli probíhala podle plánu a jaký na ně měla pandemie vliv?

Já jsem byla vlastně v karanténě před těhotenstvím a pak mi to všechno vlastně vycházelo úplně krásně. Všechny ty vyšetření vždycky byly tak, jak jsme si je domluvili. Jediný co, tak některý třeba trvaly dýl ty vyšetření, protože byla delší čekací doba, protože se snažili brát míň maminek do čekáren a objednávali vždycky na čas, aby byly třeba jenom 3 maminky v čekárně a netvořil se jim tam štrůdl za dveřma. Takže když to člověk zrovna neměl akutní, tak to trvalo dýl.

Kdy a jak se vlastně malá narodila?

Narodila se 3. října, 2021 plus mínus na termín a rodila jsem normálně, neměla jsem císaře.

Když nebudu počítat porod samotný, ale jeho okolnosti. Tak jste říkala, že jste měla velký strach z toho, že by zas mohla přijít nějaká opatření za kterých by Váš partner nemohl u porodu být. Měla jste ještě jinou obavu vztaženo k pandemii?

Ani už ne, jen snad abych koronu zas nějak nechytla a nebyla jsem pozitivní, protože to nevím pak jak by probíhalo. Jinak asi už nic.

Co Vás v těchto chvílích dokázalo uklidnit?

To, že tam bude ta známá, že mě vlastně bude rodit jeho známá, že tam budu mít někoho, kdo mi pomůže. Protože co mi říkaly ségry, co chodí po praxích, že třeba i ten zdravotní personál... Protože jak už jsem říkala, že korona neovlivnila ani tak mě, ale ty lidi kolem a zase nepřímou... že třeba ty sestřičky v tý porodnici byly unavený, naštvanej, vyčerpaný... Tím pádem pak zase byly kolikrát nepříjemnější na nás.

Takže znova říkám zase, že takhle nepřímou mě to vlastně taky ovlivnilo. A to jsem se třeba právě bála, že tam budu sama, teď vyčerpaná, bude mě to bolet a ten partner nebo ta známá tam nebude v tu chvíli, a že nebudu mít tu sílu tý sestřičce něco říct... protože jako fakt jsem slyšela takhle případy, že sestřička prohlásila „Co tady řvete, nejste první, co rodí!“ jo a v tu chvíli, když tam je ten Váš partner, tak si to nedovolí. Prostě ví, že tam máš někoho, kdo tam s tebou je, kdo ti pomůže, kdo tě ochrání, zastane se... Takže i z toho jsem měla trošku strach, že kdyby tam nebyl anebo kdyby tam nebyla ta známá, se kterou jsme byli domluvený, že dorazí, až přijde čas... Jí volaly ty sestřičky, ty díky Bohu teda byly úžasný. Nevím, jestli to bylo tím, že třeba věděly, že jsem od tý známý doktorky, že se ke mně chovaly třeba úplně jinak, ale to musím zaklepat, že jsem v porodnici neměla jedinej problém. Tam byli všichni miliónový, ochotný. Jak jsem kolikrát slyšela ženský nadávat na neonatologii, tak já špatnou zkušenost nemám.

S jakými obtížemi, změnami, omezeními jste se po porodu setkala?

Já jsem vlastně rodila v takovým světlým okýnku tý pandemie, takže jsem vlastně měla štěstí, že v tomhle se nás to ani tak moc nedotklo. A hlavně bylo super, jak jsem mohla být na tom nadstandardu, tak tam za mnou mohl přijít bez omezení vlastně každej. Takže až na to, že jsem do těch společných prostor musel s rouškou... a teda vlastně desinfekce, to bylo jako šílený. Že furt jsem si tím musela ruce čistit, předměty, který jsem používala, teď když jsme sahalí na maličkou tak jsme se museli všichni vydesinfikovat... návštěva, když přišla, tak všichni vždycky museli použít desinfekci a přes oddělení teda museli jít s rouškou. Na pokoji už jsme roušku s přítelem neřešili, ale po ostatních jsem třeba i já chtěla, ať si jí nechaj. Protože jsem byla taková bázlivější, ať na ní hned něco neprsknou...

Kdo všechno Vás tam navštívil?

Rodiče moje i partnerovo a moje neteř. Takže vlastně nejbližší rodina. Ono se toho ani o moc víc stihnout nedalo, i když jsme tam teda byly s malou o dva dny dýl a domů nás pustili až 5. den, protože si nedržela teplotu, protože byla maličká. Jinak to bylo bez problémů, propuštění domů všechno, tam ani by člověk nepoznal, že vlastně nějaká korona je.

Jaké to bylo po příchodu domů? Jaké byly Vaše potřeby v tomhle poporodním období? A měla na ně nějaký vliv pandemie?

Já jsem potřebovala hlavně klid, všichni mě neskutečně štvali. Protože malá byla první týden skvělá, ale pak začala zvracet po každém jídle. A to samozřejmě byly chytrý všechny babičky, protože samozřejmě přišly s radama, jak jí musím vykrkat a tak... Já vím, že to myslely dobře, ale každé se mi snažil dát nějakou skvělou radu, kterou už jsem dávno zkusila, věděla jsem, že to nefunguje a všichni ti to stejně cpou a radí dál. A to mě začalo stresovat, protože jak blinkala, tak nepřibírala a u dětský doktorky mi řekli, že když nebude přibírat, tak budeme muset do nemocnice zase zpátky. Takže to mi taky nepřidalo. Přítel ten mi s kojením neporadil, že jo, jako chlap ani nemá jak... do toho ty babičky. Já už jsem tak potřebovala mít ten klid, někam vypadnout, ale to nešlo... Já jsem se tak těšila, že se třeba s kočárkem seberu a půjdu si sama jen tak s malou někam na oběd nebo někam v klidu na kafčo. I přítel vlastně byl furt doma, taky nikam nemohl, protože nebyl naočkovaný. Protože ty vstupy všude do restaurací, a tak byly tou dobou jenom pro očkovaný. Takže i ten už byl z toho takovej otrávenej, že nic nemůžeme. I na něm už bylo znát, že by potřeboval někam na chvilku vypadnout, a to se přenášelo na mě a já pak byla tuplem otrávená.

Já třeba i sebevědomí mi šlo v tomhle období dolu, protože jsem nebyla na pedikúře dlouho. Teď přesně jsem začala kynout, protože kvůli koruně jsem ani nemohla chodit nikam cvičit. Teď přesně kosmetika... já vlastně nebyla od porodu na kosmetice, protože bez očkování nikam nebrali. A já jsem nechtěla se nechat naočkovat, když jsem byla těhotná a když jsem kojila a teď se uvidí... No a jak se bez očkování nikam nemohlo, tak já odrostlý vlasy, okousané nehty, nehty na nohách ani neukazuju, takže na tom mým sebevědomí se to začalo dost odrážet. Protože jsem byla zavřená jenom doma, nemohla jsem si ani přesně jako udělat takovou tu chvilku pro sebe, a to přitom mám obě babičky, co pohlídaj. Že bych si klidně mohla zajít na blbý nehty, pak bych si sedla na hodinu na kafe a takovej ten hezkej klídek si na chvilku užít. A ono to nešlo. Takže to mě taky pak začalo celkem psychicky ničit. No a do toho jak jsem taková, že takový věci o sobě moc neříkám, takže jsem to dusila v sobě a vždycky po tejdnu to ze mě všechno najednou vylítlo, protože pak teda abych se nenudila, tak jsem tady buď začla něco péct, uklízet, vařit... to jsem pak vždycky vyjela na přítele, že tady nebydlím jenom já a že by asi taky mohl uklidit, a že to taky není jenom moje dítě, že jí taky může někdy přebalit... Jooo, takže to, jak se zase nikam nemohlo, tak moje sebevědomí bylo v pytlí. Chtěla jsem se jako holka udělat hezká, udělat nějakou změnu, něco a nešlo to.

Ta pandemie prostě měla komplet vliv na náš vztah, protože my jsme spolu teď vlastně dva roky, ale skoro nikde jsme spolu nebyli. Odjeli jsme jen na pár dní do Chorvatska, když jsem byla těhotná, ale to jsem si až tak neužili. Chodili jsme tam v roušce, tak to taky nebylo ono, spoustu věcí bylo zavřených nebo limitovaných na počet, takže sme se kolikrát ani někam nedostali, když jsme nechtěli čekat nebo si to nerezervovali. Žádný koncerty, všechno se rušilo...

Takže v tomhle mě ta korona ovlivnila. Že jsem vlastně nikam nemohla. Na věcu jsme nemohli, do divadla, do kina... My jsme vlastně teď před týdnem až byli poprvé v divadle spolu. Mně tak jako došlo, že mi chybí to, že jsme ani neměli možnost mít nějaký hezký rande spolu. Jsme pár, ale kvůli koruně jsme nikdy spolu na nějakým pořádným rande nebyli. Nepočítám parčík, kde jsem si spolu sedli a dali si tam pivo u stánku, ale vyloženě abysme si udělali takovej ten hezkej večer někde to ne. Jo chodili jsme do hospody ke kamarádovi, ale nikdy jsme tam nebyli sami, vždycky tam s námi někdo byl. A vyloženě takový to „Pojď, oblíkni se a pojedeme spolu třeba do Prahy, dáme si tam spolu dobrou věcu nebo tak něco...“ tak to bylo jednou úplně na začátku, co jsme spolu začali chodit, ale od té doby, co jsem otěhotněla, tak vůbec.

Takže i to je na tu psychiku takový nepříjemný a věřím tomu, že nebejt covidu, tak by to bylo jiný. Bysme si to užili jinak, mohli bysme třeba i v tom těhotenství na začátku, i když mi teda bylo blbě, třeba právě na tu dovolenou. Nebo to cvičení, protože já ještě trpím na záda, v tom těhotenství to bylo o to horší, to mě bolely i kyčle, takže i to cvičení, který by mi pomohlo, aby mi bylo líp, tak nic z toho nebylo.

A i ty lidi, jak byli korunou frustrovaný, tak na mě měla korona vedlejší účinek skrze ně. Protože byli nepříjemnější, podrážděnější. Teď myslím hlavně tu mojí mamku, na který se to hodně odrazilo celá tahle pandemie. Kamarádi taky kolikrát nechtěli chodit ven, protože se báli, že to nedej Bože někde chytanou...

Takže se pandemie promítla do Vašich vztahů nejenom s přítelem, ale i s maminkou, přáteli...

Přesně...

Omezila nějakým způsobem pandemie styky s Vašimi rodinami nebo přáteli?

Určitě ze začátku jsem se bála, aby malá někde něco nechytla. Protože jak ségry, tak i kamarádi mají děti, takže to u nich věčně někdo prskal, děti ze školky něco přitáhly... A člověk v tomhle nikdy neví, takže to jsme se určitě vídali mín a teda spíš venku. Třeba jak byly vánoční stánky, tak jsme si třeba zašli ke stánku na punč. Ale oni ani ti kamarádi nechtěli, protože přesně jak říkám, jak mají děti, tak se taky báli. A ještě přítel dělá s lidma, takže třeba i on tam se bál, kdyby v práci na někoho natrefil, protože tam, co pracuje, roušky nikdo neřešil, nenesil. Obzvlášť teda klienti to neřešili.

Jednou jsem si udělala s malou výlet do Prahy za kamarády, jsme spolu jely vlakem, ale to taky nebylo ono, jak to bylo v tý vlně, tak se zase nikam nesmělo. A navíc jsem byla ještě taková trošku paranoidní, že co když to někde malá chytne ve vlaku nebo v metru, takže jsem jí měla přikrytou tou pláštěnkou proti dešti jako že jsem si říkala, že ji aspoň takhle ochráním, aby na ní nikdo neprskal. Takže to jsem si taky úplně neužila na to, jak jsem se po tý době, co jsem tam nebyla, do Prahy těšila. Tak jsem spíš byla celou dobu vystrašená, aby ni ní nikdo neprsk, aby na ní nikdo moc nešahal, nepusinkoval...

Toho jste se bála nejvíc, že by malá mohla někde něco chytit?

Jo, toho jsem se bála nejvíc a ještě jsem měla takový to krysí svědomí, že by mohla něco chytit a kvůli mně, že já jsem si nemohla odpustit tu návštěvu tý Prahy. Že vlastně kvůli tomu že já, nutně potřebuju jet za kamarádama, tak že by to ona nějak odnesla.

Pomohlo by v téhle chvíli na ten strach něco?

Pomohlo mi až to, že už je větší a že je proti nějakým nemocem už naočkovaná, protože jsem se nebála jenom korony, ale i jiných nemocí. Akorát teď museli posunout povinný očkování kvůli koruně, protože jsem i já i malá i přítel měli covid teď měsíc zpátky. Naštěstí malá měla jenom dva dny horečky a tím to haslo.

Jako prvorodička jste byla ve zcela nové roli a poji se s tím spousta věcí, který najednou jako máma musíte vědět a řešit. Kde jste hledala informace ohledně péče o miminko?

Já naštěstí jak mám ty starší ségry, tak vlastně spousta věcí jsem i nevědomky, ne teď ve svém těhotenství, ale už s nima, jak jsem prožívala ty jejich těhotenství, tak jsem nějaký věci už znala. Dost na internetu jsem teda hledala, ač takový ty mimibazárky a modrej koník odsuzuju, tak občas jsem tam nějaký názory našla a nejvíc vlastně neteř. Ta to má vlastně nejbliž, ta má čtyřletýho syna a má ještě relativně čerstvý ty vzpomínky.

Jako třeba s mamkou jsme chodily nebo chodíme ven na procházky, malou hlídá, ale už to bere jinak. I tchyně... to jsou obě vlastně už skoro sedmdesáti letý dámy a když jsem se třeba zeptala, jestli se jí třeba dělo tohle nebo tamto, tak mi řekla „já nevím“. Ač by třeba ráda pomohla, tak si to ani jedna nepamatovala.

A taky jsem se ptala doktora jak gynekologa, tak vlastně naší pediatričky, tak tam mi vždycky poradili, když jsem potřebovala.

Současné maminky jsou zvyklé využívat služeb různých mateřských/dětských center. Myslím tím např. zpívání, cvičení, vaničkování pro děti již v raném věku. Jak jste prožívala a jaký vliv na Vás mělo uzavření těchto služeb?

Plánujeme začít chodit na plavání. Teď je teda zase všechno otevřený, ale my chceme začít chodit až tak nějak v létě, až bude o něco větší, tak doufám, že to zase nezavrou tyhle služby. A teď máme začít chodit na cvičení pro děti. Který budeme mít tady kousek od baráku právě. Což já se teda těším, že bych se tam právě mohla seznámit s nějakýma jinýma maminkama, protože tady moc kamarádek nemám a jak bylo všechno zavřený, tak jsem ani neměla možnost se s někým novým seznámit. Byla jsem v jedný online skupince maminek, ale tam když se navrhovalo nějaký setkání, tak se většina těch maminek ani vidět a seznamovat nechtělo, protože se přesně bály, že co kdyby to jejich miminko chytlo. No, a tak se právě teď těším na to cvičení a modlím se, ať to hlavně zase kvůli koruně nezavrou. Protože nevíš, nejde si v týhle době nic naplánovat. Protože už vlastně třetí rok si tu koronu tady jedeme a pořád je to jak na houpačce.

Jako takhle, já maminky až tak moc nepotřebuju, že bych si tady chtěla s holkama vozit kočárek, ale skrz malou, aby měla kolem sebe i jiný děti a začla se nějak trošku socializovat, a ne být jenom jako tady s náma dospělýma. Takže jak říkám, snad nám to nezavrou.

Jak nyní zpětně prožíváte, že jste byla prvorodičkou v době pandemie?

To, jak člověk byl izolovanější od okolního světa. Že člověk nic nemohl, nikam nemohl a když už konečně mohl, tak jsem se zase já bála, že malá někde něco chytne nebo já, že někde něco chytnu a přinesu to na ní. Takže fakt vnímám to, jak jsem většinu těhotenství strávila zavřená doma, když nepočítám večerní procházky. Že tím, jak nebyly žádné ty těhotenské cvičení, že jsem přišla o možnost se seznámit s jinými holčinama, který byly tou dobou těhotný jako já. A to jsem si přála, protože holky v mém okolí buď děti už mají, ale větší nebo ještě žádný nemají. Takže na tom mě to štve, že jsem tu jenom já s malou. A celkově mi ta korona vzala takovej ten normální život, kdy se sebereš a jdeš si sednout někam na večeři, s přítelem na rande, když ještě malá nebyla na světě. Na kafičko s kočárkem a kamarádkou nemůžeš, na kosmetiku, abys byla hezká maminka si zajít nemůžeš, protože prostě jako těhotná a kojící se nechceš nechat naočkovat.

Jak vnímáte očkování proti covidu?

No vlastně v době, kdy jsem se mohla nechat naočkovat, kdy bylo možný právě pro moji věkovou skupinu, tak jsem byla těhotná, dřív to nešlo. A teď na rovinu přiznám, že bych se nechala naočkovat asi jen z toho důvodu, abych mohla zase normálně žít a moct třeba cestovat a volně se pohybovat. Tak se uvidí...

Vypíchla byste na pandemii nějaké pozitivum, když nebudu počítat to největší, které jste říkala na začátku, že díky pandemii jste se rozhodli mít miminko?

Jako zase musím říct, že mě to určitě stmelilo s mojí rodinou. Jak se vlastně nikam nemohlo, tak jsme se začali víc navštěvovat. Takhle často jako teď v té koruně jsme se nikdy nevidali, a to je fajn, za to jsem ráda.

A mnohem víc si vážím toho, že konečně někam teď můžu. Fakt si jako užívám to, že prostě vezmu malou do kočárku a jdem si tady sednou do pražírny na kafe. A užívám si to, že můžu někam vyrazit a nemusím jenom sedět doma. Před korunou to byla samozřejmost, kterou jsem si vlastně vůbec neuvědomovala, to až teď.

No a klid docela. Předtím jsem byla taková rozlítaná a věřím tomu, že kdyby nebyla ta korona a já byla těhotná, tak že bych furt měla takový ty tendence, že mi něco utíká, a že ještě někam musím, že musím ještě něco stihnout... Takhle jsem se díky tomu vyklidnila, nemusela jsem nic, nic mi neuteklo, o nic jsem nepřišla, takže to vnímám za sebe jako pozitivní na tý době.

Napadá Vás ještě něco důležitého k tématu, o čem jsme nehovořily a co byste ráda zmínila?

To nevím, jestli s tím úplně souvisí, jediný co mi celkem přitěžovalo, tak že když si těhotná, tak nechceš se bát, snažíš se prožívat hezký emoce nebo se stresovat, ale přesně... skrz ten covid každej řešil jenom covid, a to kolik támhle přibývá lidí a teď na mě každej „dávej si bacha, už to chytly i těhotný a teď jsem slyšela, že támhle i na to zemřelo miminko nebo že někdo potratil...“ a to jsou prostě lidi, že mají tendenci šířit poplašný zprávy a čím jako je to hrozivější, tak s ještě větší vervou se ti to jako snaží podat. Třeba přítelovlo maminka to je takovej plašan... paradoxně byla i moje mamka, ta jindy takový věci neřeší, ale jak jsem byla těhotná, jak se bála, tak na mě vždycky „Ty jedeš do Prahy? Teď jsem slyšela, že to chytlo malý miminko, teď je v nemocnici v kritickém stavu...“ joo, takže to mě strašilo okolí a pak když jsem si zapnula zprávy... byla jsem doma, tak co jinýho... buď si čteš nebo si zapneš televizi a teď v té televizi furt jenom běhalo kolik přibýlo nakažených, do toho ta smutná muzika a jak je to všechno strašný. Teď přesně to okolí se tím šířilo, tak se mi tak občas žaludek z toho sevřel a říkala jsem si “Ty bláho, co když to chytnu, co když to pak chytne to miminko, já ho do týhle doby přivedu. Nikdo neví, jaký to bude a vlastně co i ten vliv na ekonomiku...“ a už mi hlavou jelo, jestli vlastně na to dítě budu mít. Takže ty média v nás všech vyvolávaly strach a já jako těhotná, plná hormonů jsem se jako dost často strachovala a vyvolávaly ve mně ty negativní emoce skrz ten covid. Protože nic jinýho než covid v televizi neběželo. Pak už jsem se teda na to ani nekoukala a ani se o tom s lidma nechtěla bavit. Jenže pak jsem se třeba těšila, když jsem se s někým domluvila, že se konečně v týhle době sejdem, že bude nějaká interakce, že se dozvim něco novýho, zajímavýho a ono ne. Řešil se covid. Tak já už jsem pak ani nechtěla chodit ani jako s kamarádama ven, protože jsem už předem věděla, že se zase bude řešit jenom covid, pak si každej ukáže, kdo je očkovanější a čím a kdo není a proč... Takže pak už jsem ani tak nevyhledávala tu společnost, protože jsem si říkala jako na co...

Na závěr Vás tedy poprosím o pár základních informací jako je věk, vzdělání, povolání a partnerský vztah?

Je mi 30, SŠ vzdělání v sociální péči, ale pracovala jsem předtím v gastronomii. Nejdřív jako barmanka a teď před nástupem na rodičovskou jsem dělala manažerku jedné restaurace. Mám přítele a žijeme ve společné domácnosti s naší dcerou.

Příloha č. 6

Přepis rozhovoru s respondentkou č. 5

Vyprávějte mi, prosím, o tom, jak probíhalo vaše těhotenství?

Úplně normálně. Já jsem vlastně to, že jsem těhotná zjistila krátce po Silvestru někdy v půlce ledna 2020. To tady ještě covid nebyl. No a začal bejt až někdy v půlce března. Tak to se začalo chodit s rouškama k doktorům, do té doby být nemusely, to to ani nikoho nenapadlo si roušku vzít. No a jinak těhotenství normálně probíhalo. Plus teda kam jsme přišli, tam rouška, desinfekce rukou, ale to nebylo nic hroznýho, to se dalo přežít.

Miminko jste plánovali?

No ani úplně ne, protože jsem si myslela, že nemůžu mít děti. Já jsem měla indikovaný polycystický vaječníky, takže údajně pokud bych chtěla otěhotnět, tak by musel můj partner na spermioqram a pak by byla hormonální léčba, po který by následovalo umělý oplodnění, tak jsme nějakou ochranu neřešili a najednou jsem po 15 letech byla těhotná. To byl zázrak. Je fakt, že jsem nějaký čas předtím změnila typ práce, ne teda zaměstnavatele, ale typ práce. Dostala jsem se do kanceláře, do klidu k holkám, kde jsem se tolik nestresovala a začala jsem běhat a trochu hubnout. Změnila jsem životní styl, tak to tomu možná asi dost přispělo a samozřejmě tedy změna partnera. Byla jsem víc v klidu a v pohodě a najednou jsem čekala miminko, neskutečný.

V těhotenství jste tedy chodila normálně do práce.

Úplně normálně, já jsem třeba chodila i na noční, když bylo potřeba. Protože jak začal v březnu ten covid, tak lidi začali být nemocní. Teda ne jako všichni covidem, ale to prostě stačila rýma a člověk už raději zůstal doma. Protože každěj se bál, nikdo nevěděl, co to je, a co to třeba může způsobit. Člověk si přiškl a hned na něj každěj divně koukal. A jak dělám na poště, tak stačí, že onemocní jeden a už je to někde znát. Prostě chyběli lidi a člověk do práce musel. Takže vlastně tři měsíce v tom druhým trimestru. Duben až červen jsem k mojí práci navíc chodila na noční. My jsme vlastně chodili ob den do práce, drželi jsme stejný směny kvůli tomu covidu, aby se nemíchali zaměstnanci. Takže mezitím člověk chodil na noční.

Měla jste možnost pracovat i na homeofficu?

To jsme měli v kanceláři, my jsme tam normálně seděly 3 a co přišel covid, tak tam mohla být jenom jedna a práce se nám tedy rozdělila na práci na domu, kdy byl člověk na emailu a na telefonu, přístupy do systému jsme měli udělaný vzdáleně, ale v té kanceláři na pevný lince vždycky jedna z nás musela sedět. Takže jsme se střídaly.

Jaké to pro Vás bylo?

Jedna moje kolegyně řekla, ať zůstanu rovnou doma úplně. Ať jsem celou dobu na homeofficu, když to bylo možný. Ale to já jsem nechtěla. To já potřebuju chodit někam, to já prostě neumím sedět doma. To pro mě byla hrozná představa. Že budu sedět těhotná sama doma zavřená. To pro mě bylo nepředstavitelný, takže jsem normálně podle směn do práce chodila. Ale práce upadala. Jak nebyly zakázky a lidi se báli co bude s tím covidem nebo nebude. A my jsme vlastně v rámci té pošty tiskárna dopisů, letáků, informačních materiálů, tak to nám upadalo, protože zákazníci to nechtěli tisknout, když nevěděli, co bude, a tak ty práce tolik nebylo. V tomhle to pro mě bylo o hodně klidnější. Ta změna objemu práce byla veliká. To jsem předtím nezažila, že by člověk třeba jenom seděla a neměl najednou co dělat a čekal na zakázku. Ale hlavně, že jsem nepřišla o práci. To jsem se samozřejmě bála, jak to člověk kolem sebe slyšel, že lidi o práci přichází.

Říkala jste, že jste otěhotněla 2 měsíce před covidem. Takže celých 7 měsíců těhotenství jste prožila v covidové době. Jak to bylo s kontrolami u lékaře?

Nepocítila jsem nějakou změnu v péči od doktorky. Možná to bylo ze začátku drobet nervóznější s tím, když přijdeš do čekárny a sestřička nebo někdo tě vyzve „Nasaďte si roušku.“. Což já s tím problém neměla, ale byli lidi, který s tím problém měli a nelíbilo se jim že třeba tu roušku i při tom vyšetření musí mít. Ale mě tohle problém nedělalo a ke mně se doktorka nebo sestřička chovaly standardně. To nebylo nic vyjíměčného. No a ty kontroly... to jak je vlastně všude možně na internetu vypsáný, jak jsou kontroly v těhotenství pravidelný nebo jaký máš projít. Tak tak to vlastně bylo nebo mě to aspoň přišlo, že co jsem četla, tak tak ty vyšetření byly a že by byla nějaká delší

čekací doba, tak na gyndě určitě ne. Já jsem tam potom pocítila změnu až v době, kdy mě doktorka předávala na rizikový kvůli tomu, že jsem měla monoarteriální pupečník. Že se holka vyživovala jenom z jedny arterie pupečníku. To mi vlastně zjistili na genetickém vyšetření a na základě toho mě doktorka přepinkla do péče nemocnice. Ale přišlo mi to takový divný, protože mě předávala do nemocnice v dobu, kdy to údajně nebylo třeba. Takže nevím, čím to bylo, jestli se chtěla zbavit práce, jestli to bylo covidem nebo nebylo nebo jestli to byla prostě jenom péče o to dítě v tom břiše. Protože pak když jsem přišla do nemocnice, tak tam na mě spustili, co tam dělám a tam ten personál byl ke mně dost odměřený. V té nemocnici to bylo hodně neosobní a udělali mi prostě to, co museli ty kontroly. Byli tam 2 doktoři, který nesouhlasili s tím, že tam mám chodit, to bylo dost nepříjemný. Ale když tam byla zástupkyně primáře, tak ta se té péči věnovala, když jsem tam na ní natrefila při tom vyšetření. Protože já jsem na ty kontroly chodila každých 14 dní na ty kontroly. Vlastně od půlky května do nástupu na mateřskou a pak těch 6 týdnů před porodem jsem tam chodila na kontrolu každý týden. Holka teda prospívala dobře, tak nebylo za potřebí nějaký větší péče nebo třeba být hospitalizovaná. Ale u jediný tý zástupkyně primáře jsem necítila takový to, že je tam otravuju. Tam byla ta péče adekvátní. Zjišťovala, jak mě kdo vyšetřoval a zajímala se o mě. Jinak to bylo vždycky ve spěchu. Před každou tou kontrolou samozřejmě desinfekce na ruce, rouška a vždycky se mě ptali, jestli jsem nebyla v kontaktu s někým s covidem, jestli nemám nějaký potíže a tak. Ale tím, že jsem tohle všechno prožívala poprvé, tak vlastně ani nevím, jestli by ten přístup doktorů byl jinej, kdyby nebyl covid. To nedokážu říct.

Kvůli tomu pupečníku jste tedy nastoupila na rizikové těhotenství?

Doktorka mě poslala na rizikový, ale marodit jsem nešla. To jsem normálně chodila do práce a na mateřskou jsem nastoupila v tom termínu, jak se normálně chodí těch 6 týdnů před porodem. Ale měla jsem ty zvýšený kontroly v nemocnici kvůli tomu.

Jak probíhalo Vaše těhotenství po fyzické a emocionální stránce?

Po fyzický stránce jsem se cítila hodně dobře, nebýt vědomí toho pupečníku, tak mi vlastně nic nebylo a všechno bylo v pořádku. Zakázali mi teda jezdit na kole, ale to se dalo přežít. No a psychicky, když nebudu brát v potaz covid, tak to mi bylo dobře. Zůstala mi ta práce, takže jsem nemusela být sama zavřená doma a dostala jsem se taky na chvílku ven. S tím covidem to bylo takový... nevím no. Tím jak to bylo na začátku a nikdo vlastně pořádně vůbec nevěděl, co se děje, co to způsobuje. Tak to byla taková nejistota, co bude. Ale v ČR těch případů onemocnění bylo málo, tak jsem se snažila se tím moc nestresovat. Navíc léto bylo celkem klidný tady pro nás. Pak to vypuklo vlastně na podzim, to už byla malá na světě.

Takže jste se nebála, že byste jako těhotná mohla covid chytout?

No můžu říct, že ani tolik ne. Já mám zdravý pevný nebo aspoň dosud to tak mam, že mě žádná velká nemoc nepotkala. Takže o sebe jsem se nebála, že to chytну nebo jsem si říkala, že kdyby náhodou, tak že to v pohodě zvládnou. Tím, jak jsem byla těhotná, tak samozřejmě obavy o malou tam byly, aby náhodou to nemělo vliv. Protože to bylo nový, nikdo o tý nemoci nic nevěděl, ty zprávy v televizi člověka furt masírovaly zprávama o tom, co hroznýho se děje třeba v té Itálii a tak... Ale jak jsem říkala, ta první vlna covidu tady u nás byla celkem klidná a rozjelo se to až pak. Tak jsem se až tolik nebála.

O koho jste se mohla opřít, kdo vám byl oporou?

Tak to byl náš tatka, můj partner. Ten, jakmile zjistil, že jsem těhotná, tak okamžitě šel, koupil mi vitamíny a řekl „mámo jez“ a snažil se, abych měla všechno, co jsem potřebovala. Bylo to pro nás veliký překvapení a štěstí, tak jsme se oba moc těšili a teda jako ten covid on vnímal asi bych řekla hůř než já. On by mě nejradši, abych zůstala doma a nikam nechodila, abych někde něco nechytla, ale zná mě a ví, že prostě to já bych nemohla. To by mě zničilo. On se teda na miminko těšil tak, že se ani nemohl dočkat, on těch devět měsíců pro něj bylo dlouhých. Byl zvědavý, a o to víc, že to bylo tak nečekaný. A jak jsme vlastně zjistili, že budeme mít holčičku, tak o to víc byl netrpělivý. Taky jak byl covid, tak on se mnou nemohl na jedinou kontrolu k doktorovi, jak normálně tatínkové chodí. Já jsem se na to ptala ty mojí doktorky, i pak v nemocnici a všude jsem se setkala s tím, že ne, že v týhle době nechťejí, aby tam bylo víc lidí. Možná kdybych si na tom trvala víc, tak třeba by to šlo, ale zase já jsem takovej člověk, že nechci dělat nějaký potíže. Prostě jsem to tak brala, že to není dovolený a partner mohl aspoň vidět miminko na fotkách, který jsem dostala. Ani na tom

velkým genetickým vyšetření, kam běžně jde s těhotnou manžel, děti, mamka... ani tam to nešlo, i tam jsem musela jít sama a dovnitř ho nepustili. To nás hodně mrzelo, že o to přišel.

S pandemií Covid-19 byl vyhlášen nouzový stav, který měl za následek mnohá omezení. Zákazy vstupu do sportovních a kulturních zařízení, zavřené restaurace, kavárny, uzavření určitých obchodů. Jak tato omezení ovlivnila Vaše přípravy na příchod miminka?

Díky tomu, že malá se narodila až v září, tak když byly obchody zavřené a nedaly se žádné věci pro děti koupit, tak pro mě to byla i celkem úleva, protože jsem ty věci nemusela v tu chvíli řešit. Tak mi to ani vlastně moc nevadilo a čekala jsem, jak to bude nebo nebude. A kdyžtak jsem plánovala, že to nakoupím na internetu. To, co jako potřebuju. Spoustu věcí jsem dostala od mojí ségry nebo od kamarádky po dětech a to, co bych jakoby potřebovala, tak jsem fakt plánovala kdyžtak potom na internetu. Ten jsem měla v záloze. Ale oni se ty obchody pak nakonec otevřely. Takže jsem si to mohla ošahat, prohlídnout. To nakonec dobře vyšlo. Já jako nejsem člověk, kterej potřebuje mít všechno hned, takže mi ani to čekání co a jak bude nebo nebude ani nevadilo. Jediný, co vlastně jsem koupila přes internet byl kočárek. Ten jsem měla fyzicky vyhlídnout, ale kupovali jsme ho po internetu.

Takže ty omezení covidový se mě ani tak moc nedotkly. Naopak mi to umožnilo pracovat i v noci tím jak se nesměly míchat směny. Takže jsem si tím mohla i něco přivydělat a vydělat si nějaký peníze do zásoby. Navíc já potřebuju být s lidma ať už ve větším nebo menším kontaktu, takže mně kdyby to zavřelo doma ten covid, tak to by mi dost vadilo, že bych nemohla mezi lidi. Ani ne tak jako do restaurací nebo do kaváren, ale nějaký pracovní kontakt to já potřebuju.

Měla jste od porodu nějaká očekávání? Představy, porodní plán...

Bála jsem se, že to bude bolet. A to jako hodně. Jako že dost snesu bolest, tak tohle jsem nevěděla, co mě čeká, i když toho člověk jako hodně načet, koukla jsem se na nějaký videa... Ale i tak jsem nevěděla, co mě čeká. Plánovala jsem, že budu chodit do předporodního kurzu, jak se dělá, ale kvůli tomu covidu byly zrušený a nic se nekonalo. Ale díky tomu pupečníku, jak jsem byla hodně kontrolována, tak mi řekli, že kvůli tomu nesmím přenášet. Nevím, jakej by to mělo vliv nebo ne. Já jsem akorát věděla, že ta arterie může holku špatně vyživovat, ale taky nemusí. Tak tohle jako probíhalo dobře, ale nechtěli mě nechat přenášet a asi 14 dní před porodem, před termínem mi doktorka řekla, že ty porodní cesty se na to vůbec nepřipravujou. Navíc já mám... sice jsem silnější, ale mam úzkou pánev. Takže to mi řekla, že to vypadá na císařské porod. A tím pádem ten další tejden jsme naplánovali, že 1.9. ta holka půjde ven. Takže tejden před termínem porodu mi byl naplánovaný císař. A v tu chvíli ze mě asi opadnul ten strach z přirozeného porodu a už jsem se bála jen jakoby toho řezání, protože jsem do té doby žádnou operaci neměla. Tak vlastně jsem se pak dohodla s anesteziologem, že mě uspí úplně. On by u toho porodu stejně nemohl být partner, na sál by ho nepustili i kdybych byla uspaná jenom lokálně, ale mohl čekat před sálem. A když teda holku vyndali, tak mu jí hned dali a měl jí v ruce.

Takže tatínek mohl do porodnice?

Jo, to jo, to mohl do toho předsálí a čekal až jí vyndaj, aby jí viděl a vlastně aby byla malá hned od začátku s jedním z rodičů. Ono vlastně i to, že jsem nakonec rodila tím naplánovaným císařem, tak nám to vyřešilo ty obavy, jestli bude moct být partner u porodu nebo ne. Řekli nám, že bude moct počkat před sálem, než se malá narodí, a to nám stačilo. I to vlastně byla celkem úleva, že jsem tyhle věci nemusela řešit, že tím, jak to bylo naplánovaný, tak jsem věděla, jak to bude. Protože ta nejistota, jak se furt během toho covidu něco měnilo a jeden den to bylo tak a druhý den úplně jinak... to já už jsem pak ani nesledovala. Takhle u toho císařského porodu jsem nic nemusela řešit a ještě jsem si mohla vybrat, kdy holka přijde na svět. Já jako můžu říct, že jsem věřila doktorům, že to udělají tak, abychom byly obě dvě v pořádku. Ať už by to bylo přirozený nebo císařem a nebo právě s partnerem nebo bez něj. V medicíně se nevyznám, takže mi stejně nic jiného nezbejvalo než jim věřit. Ale zpětně ten císař pro mě byl lepší volba, že jsem věděla co a jak a mohla jsem být v klidu, že všechno bude v pořádku a že partner bude moct dohlídnout, aby malá byla v pořádku a bude u něj.

Jak to bylo s testováním, když vás a vašeho partnera přijímali do porodnice?

Netestovali ani jednoho z nás ani jednou. Tohle vůbec neřešili. Na začátku se mě vlastně jenom zeptali, jestli jsem nebyla s někým v kontaktu a jestli mám nějaký respirační potíže. Změřili mi

teplotu, udělali mi vyšetření, ale na covid nic. Roušku jsme teda museli mít oba, když mě přijímali, ale na pokoji už to nikdo neřešil.

Partner pak za mnou po porodu chodil do porodnice, a to taky neměl testy. Jediný, co jako musel mít, tak teda roušku, když za mnou do pokoje procházel chodbou. Na pokoji si jí ale normálně sundal a nikdo to neřešil. A co teda, tak návštěvy byly omezený na 15 minut. Takže když tam byly maminky na normálním pokoji, tak to fakt trvali na tom, aby ta návštěva za těch 15 minut prostě odešla. Já jsem teda měla nadstandardní pokoj. Hlavně kvůli hygieně, abych se nemusela s někým cizím dělit o záchod a sprchu. A taky teda abych neposlouchala cizí miminko nebo abychom my nerušili někoho, tak to já jsem na tohle hajsavá. A pak teda kvůli těm návštěvám, protože na tom nadstandardu, jak v něm byl člověk sám, tak tam ty sestřičky nebyly až tak striktní jako na normálním pokoji a partner tam s námi mohl být dýl. Tam nás nikdo nehlídal. To mu akorát sestřičky řekly, aby si vydezinfikoval ruce, až přijde na pokoj. Ta dezinfekce tam byla úplně všude... Jakmile přišla sestřička, doktor nebo někdo na dítě, tak všichni si dezinfikovali hned mezi dveřma nebo kousek za dveřma ruce. A co teda, tak všichni měli roušky. Všechn ten personál měl po celou dobu všude roušky. Jak ten, co rozváží obědy nebo ten, co ti přijde převlíknout postel, tak i všichni ti zdravotníci tam měli roušky. To tam všichni dodržovali a neměli to pod nose, jako jsme vidávali venku, ale měli to opravdu na tom nose. To klobouk dolu, když v tom museli pracovat celou dobu. Ale asi to hlídali víc určitě kvůli těm malým dětem, aby náhodou někdo nenakazil to čerstvé miminko.

Kdo za vámi do porodnice mohl?

No to zase v tomhle ten nadstandard byl skvělejší v tom, že za mnou mohly návštěvy na pokoj. Kdybych byla na normálním pokoji, tak na ten návštěvy nemohly a s maminkama se ty návštěvy scházely na chodbě a fakt jenom na těch 15 minut. A mohl přijít jenom jeden člověk, nemohlo jich přijít víc. Tak možná i kvůli tomu tak hlídali ten čas, aby se tam mohli všichni vystřídat. To nevím no...

Za mnou tam teda krom partnera dorazila ještě mamka a ségra. Ale jinak jsme byly ráda, že tam mám klid, že jsme tam s holkou jenom my dvě spolu, že máme klid.

Jaký byl personál?

Řekla bych, že přívětivý. Já teda nemám srovnání, jaký to bylo před covidem, tak nevím. Ale já osobně jsem se nesetkala s něčím tam nepříjemným. Akorát teda ta hygiena tam.. ta byla úplně suprová. To jsem teda koukala. Zase jako jestli to dělali úplně vždycky i před tím, to nevím... ty ruce, ale ted opravdu... A bylo to zajetý. To fakt nebyl jedinej člověk, kterej by si ty ruce, když přišel na pokoj, nevydezinfikoval. Myslím, že to bylo hlavně kvůli těm miminkům, jak jsem náchylnější. Takže péče byla pro mě dost uspokojivá v tomhle ohledu.

Miminko se narodilo v termínu?

Jo, měla jsem termín 2.9. a ona se narodila vlastně 1.9., že jsme to takhle naplánovali. Kvůli těm porodním cestám a tomu monoarteriálnímu pupečníku jsem nesměla přenášet.

Jaké jste prožívala emoce v tomto citlivém období? Souvisela s těmi emocemi nějak pandemie.

Bylo to krásný. Já jsem na tu holku čekala strašně dlouho. Tím, jak jsem si myslela, že nebudu moct mít nikdy děti, tak to bylo neskutečný překvapení a byla jsem neskutečně šťastná. A myslím, že mi tenkrát bylo úplně jedno, co je za dobu, jestli je pandemie nebo není. Najednou jsem čekala miminko a nic jinýho mě nezajímalo. Jako jasně, že sleduješ zprávy, koukáš, co se děje, ale já jsem fakt nikdy nebyla nějak moc náchylná na nějaký nemoce, tak jsem si říkala, že nějaké blbě covid mi tohle krásný období nezkaží. Takže jsem spolejhala na doktory, dodržovala jsem ty roušky, desinfekci a tak, co prostě člověk mohl ovlivnit a snažila jsem se moc to nesledovat, aby se člověk zbytečně nestresoval.

Fakt jako jsem byla šťastná, že bude, že malá bude a asi jsem se tý pandemie tolik fakt nebála ani těhotná a ani potom, co se malá narodila. Jak to byl začátek... holka se narodila vlastně když tu byla pandemie první půl rok, a to nikdo nevěděl nic a navíc to léto bylo klidný. A pak až přišla podzimní vlna nebo zimní a to už bylo horší, to ty lidi začali víc umírat, ta situace se zhoršovala... no to bylo takový.. to nebylo úplně fajn období.

Setkala jste se po porodu s nějakými obtížemi, změnami, omezeními? S jakými...

No v tý porodnici to byly ty návštěvy, ale tam je člověk krátce, tak to zase až tak nevadilo. Ale omezení... já si asi myslím, že to, co se týká dětí, tak ty omezení nebyly žádný nebo minimální. Jak v těhotenství, tak i po tom, co se narodila, tak ta péče byla podle mě všude jako stejná. Teda samozřejmě nemůžu to srovnávat, co bylo předtím, protože jsem rodila poprvý a to srovnání nemám. Ale podle mě se těm dětem věnovali furt stejně. A že by něco zanedbávali nebo že by něco čekalo, že nebylo jakoby zdravotní personál nebo že by nebyli lékaři, to určitě ne. Byli jsme se vlastně přihlásit k doktorce, když jsme přišli z porodnice, museli jsme tam hned jít na kontrolu toho dítěte, takže nemyslím si, že by bylo něco zanedbaného s ohledem tý péče o děti. Jediný co, že jsme všude museli chodit v těch rouškách.

Říkala jste, že po porodu postupně začala přicházet podzimní vlna pandemie. Jak to ovlivnilo nějaké vaše potřeby?

No v tom období šestinedělí jsme se určitě mnohem víc drželi doma. Ono byly pak i zakázaný styky s ostatními lidma. Takže jsme zbytečně někde nechodili ani po návštěvách. Je fakt, že ty první týdny byly takový hektický, než jsme se s tím dítětem sžili, ale je pravda, že jsme vysloveně nevzali kočár, abychom holku všude možně ukazovali. To určitě ne. Partner pochází z veliký rodiny, takže přirozeně byli všichni na ní zvědaví, tak to bylo dost těžký držet rodinu stranou, ale máme telefony a docela to chápali, že vzhledem k situaci chceme držet malou stranou. A teda taky ta zvýšená hygiena, když jsme přišli odněkud z krámu nebo todle a ano, umeješ si ruce, to jo. Ale já fakt neměla potřebu to dítě někde ukazovat. Na návštěvu přišla moje máma nebo potom, ale to bylo až drobet pozdějc jsme se setkávali s ostatními většinou venku. Co šlo teda, když nebyla zima nebo nebylo špatný počasí, tak jsme se potkávali venku.

Jednu dobu to bylo omezený tím, že kdybychom chtěli chodit na plavání, tak bych musela být já jako matka očkováná, tak to jsem vnímala za sebe jako dost omezující, protože já jsem se nechtěla nechat očkovat nebo spíš neměla jsem tu potřebu se nechat očkovat. Nikdo mi nedokázal vysvětlit k čemu je to dobrý, protože se nakazili i umírali očkováný jako neočkováný. Takže tohle nás omezilo, že vstupněkam na veřejný akce s dětma, tak ty byly pro nás omezený.

Plánovala jste nějaké aktivity s miminkem?

Chtěla jsem chodit do skupin, ale to nebylo možný. Nejdřív to vlastně vůbec nebylo, protože všechny kurzy i aktivity byly zrušený, vlastně byly zavřený i různý centra, kam mohly maminky s dětma si sednout třeba na kafe. No a pak třeba to plavání, co jsem chtěla s malou chodit, tak to bylo omezený tím očkováním, který já jsem neměla. To zase já jsem nebyla ochotná to kvůli tomu podstoupit.

Takže Vás doba nedonutila se nechat očkovat.

Nedonutila. Ne tohle mě fakt nedonutilo. Donutilo by mě zdraví. Ale aby mě donutilo to, že chci jít někam do skupiny nebo na bazén, to fakt ne. Neviděla a do teď nevidím v tom ten přínos.

Jak jste s dcerou trávila čas, když jak jste zmiňovala, jste s ní nemohla chodit do plánovaných skupin nebo na plavání?

Venku jsme byly. Chodily jsme spolu se psem, s partnerem jsme vyráželi na různý výlety do přírody. Prostě jsme byli venku, co to šlo, a nebo pak doma nebo třeba po příbuzných po návštěvách, ale to si zase pak jako na jednu stranu hlídáš, když třeba jeli známí někam na dovolenou nebo třeba nevím no měli rýmu, tak to nikdy nevíš, co kdyby náhodou, to radši ten kontakt oželiš... Takže to jsme se neviděli i třeba delší dobu, protože to jsem nechtěla riskovat, aby se náhodou holka někde nenakazila. Ale jinak jakoby k mojim blízkým kamarádkám, co máme stejně starý děti, tak s těma jsme se třeba navštěvovali, aby holka taky měla kolem sebe nějaký děti.

Takže jste si hlídala kontakt s lidmi?

Dá se říct, že jo. Že jsem si vybírala, za kým půjdu. Když jsem si myslela, že se někdo stýká s nějakou rizikovou skupinou, tak toho člověka jsem nevyhledávala. Ne, že bych na něj zanevřela, ale popovídali jsme si telefonicky, ale ne osobně, natož s dítětem. Protože nešlo o mě, ale hlavně o ní. Chtěla jsem tím chránit hlavně jí, aby se holce něco nestalo, aby se nenakazila. Je fakt že jsem s ní chodila třeba do krámu a i tam, mohl člověk přijít do kontaktu s někým nakaženým, ale chodila jsem s ní opravdu jenom pro to nezbytný, to jsem musela. Holku jsem měla na břiše v nosítku, a to mi třeba neskutečně vadilo, že jsem třeba potkala sousedku a ona mi hned začala na dítě sahat, aniž by si umyla nebo vydesinfikovala ruce. To mi vadilo. Mě samotnou by to v životě nenapadlo, že

bych někomu osahávala dítě zvlášť v takový době. Takže takovým lidem jsem se pak třeba i vyhýbala, abych tomu předešla a nemusela tyhle nepříjemný situace řešit. Taky třeba v tom obchodě mi vadilo, jak se třeba na mě ty lidí lepí... ve frontě, když si za mě někdo stoupl a dejchal mi za krk. To jsem nesnášela vždycky a v týchle době mi to vadilo ještě mnohem víc. To mi ten covid umocnil, že mi vadil blízký kontakt s lidma. Protože držet si odstup od lidí to vlastně bylo to nejmenší, co já jsem mohla proti tomu covidu udělat... mít roušku, mejt si ruce a držet ten kontakt lidí od nás dál. Tyhle opatření mi přišly nejsnazší, jak se tomu covidu vyhnout.

Prodělala jste covid?

Nevím o tom, nemyslím si, že bych ho měla. Doufám, ani nikdo z rodiny. My jsme se tomu vyhnuli.

Jak nyní prožíváte to, že jste byla prvorodičkou v době pandemie?

No podle mě, to nenechalo žádný jakoby následky, ale bylo tam dost věcí, který by určitě byly jiný, kdyby ta pandemie tady nebyla no... tak asi tak.

Co negativního byste na tom vypíchla?

To, že se mi někdo snažil nakazovat, co mám nebo nemám dělat. Že budu chodit do krámu nebo... já jsem to teda respektovala, jo, ale že mi někdo nakazoval, že budu chodit do krámu s rouškou, k doktorovi s rouškou, jo... že všude člověk musel mít tyhlety náhubky. Jdeš do veřejný dopravy, tak tam zase rouška... Že jsem bez naočkování nikam nemohla. Ty děti omezený nebyly, ale já jako jeho máma jsem měla omezení poměrně velký, zvlášť když jsem se nenechala naočkovat.

Setkala jste se s tím, že by Vás někdo do očkování přemlouval?

Jo, jo... a dost. Třeba můj obvod'ák se to přede mnou několikrát snažil nadhodit, a to jsem tam byla třeba jenom kvůli prohlídce do práce. Tak jsem tam šla na prohlídku a on na mě „Jestli jsem očkovaná, a kdy se nechám naočkovat...“ tak mu povídám, že se nenechám a on že jako no je pravda, že stejně to chytají i očkovaný, ale stejně byste se měla nechat. A pak partnerovo rodina komentovala to, že jsem se naočkovat nenecha. Jinak už asi nikdo.

Co se týče styků s přáteli na to neočkování se mělo nějaký vliv?

Ne, to vůbec. Můžu říct, že tohle jsem s přáteli takřka neřešila. Někdo je očkovanéj, někdo není, někdo je kvůli cestování třeba, ale to je každýho věc a tohle já neřeším.. Vlastně když jsem byla těhotná, tak očkování ještě nebylo, pak jsem kojila... a to jako nevíš, jestli ti to půjde do toho mlíka nebo nepůjde, ta vakcína tady je chvilku a nikdo ti neřekne, co to s tebou třeba za 20 let udělá... Pro mě ten covid jako není nějaká hrozba, a co se týče holky, tak jsem dělala všechno pro to, abych jí ochránila, proto jsem i respektovala všechny ty opatření, co byly a i s těma lidma se člověk vídal míň nebo třeba řešil, jestli jsou zdraví, jestli někde nebyli a tak.

Co pozitivního byste vypíchla na tom, že jste byla prvorodičkou v době pandemie?

Možná se lidi ptali víc na to, jak mi je, možná ten zájem blízkýho okolí byl větší... S partnerem jsme najednou měli víc času na sebe. On taky jak dělá na poště, tak třeba i chodí domů večer, a to už si holku tolik neužije... Takhle byly i dny, kdy musel zůstat doma a ten čas jsme trávili pohromadě, šli společně ven, trávili jsme víc času v přírodě. Jako ten společenskej život ten to určitě ovlivnilo, ale to mě až tak nevadilo, to já taková nejsem, takže tohle ani nepotřebuju a to mi nevadilo a o to víc jsme byli spolu, že partner třeba večer nešel s chlapama na pivo a byl místo toho s námi doma..

Jako prvorodička jste byla ve zcela nové roli a pojí se s tím spousta věcí, který najednou jako máma musíte vědět a řešit. Kde jste hledala informace ohledně péče o miminko?

Tak to teda hlavně asi internet, starší kolegyně z práce nebo i moje kamarádka, která má stejně starý dítě. Tak s tou jsme hodně věci probíraly, protože jsme řešily obdobný problémy. Ale informormace sem čerpala nejvíc hlavně fakt na tom internetu. Já jsem člověk, ktorej je hodně zvyklej na to, poradit si sám, takže jsem si sama zjistila, co šlo a pak se teprve ptala někoho, jakou třeba on má s tím zkušenost nebo co si o tom myslí.

Jste velký individualista, potřebujete vůbec v životě od někoho, aby Vám byl oporou? A kdo jí kdyžtak je?

Tak v první řadě partner, na toho se můžu ve všem spolehnout. A pak je to moje máma. Ta mi hodně pomáhá ve všem. I mi nakoupila hodně věcí na miminko. Ted' mi hodně pomáhá s hlídáním malý,

protože chodím 2 nebo 3 dny v týdnu na brigádu a mamka mi tou dobou malou ráda hlídá. Partner taky chodí do práce, takže v tomhle se na mamku můžeme spolehnout. A já díky tomu nejsem odkázaná na rodičovskou a můžu malý koupit všechno, co potřebuje. Myslela jsem si, že budu přísná matka, že jí nebudu všechno kupovat, ale vlezeme do krámu a dostane holka. Je to fakt moje největší štěstí. Určitě i proto ten covid nějak jde stranou mě, protože prostě fakt mam jí a na ničem jiným nezáleží.

Napadá Vás ještě něco důležitého k tématu, o čem jsme nehovořily, a co byste třeba ráda zmínila?

No já si myslím, že ten covid jako moje těhotenství a rodičovství tolik neovlivnil. To spíš to moje okolí, jak jsem říkala, že se víc o mě zajímalo, jak jsem byla těhotná a pak člověk měl malinký miminko, tak se víc báli, abysme třeba někde něco nechytli a tak. Ale tím, že já fakt ledacos zvládnou fyzicky i psychicky, tak jsem nebyla tím tolik omezená nebo jsem si to aspoň snažila nepřipouštět a užívala si fakt tu malou.

Co mě teď jako ještě napadá. Tak jsem se jednu dobu starala o starou babičku svého kamaráda, tak to jsem se bála, abych na ní něco nepřenesla, protože ona nechodí ven, tak to jsem si říkala... umeju si ruce, ale snad na ní něco neprsknu, to jsem se bála. Ale naštěstí všechno bylo dobrý.

Myslíte si, že byste si to všechno užívala víc, kdyby nebyla covidová doba?

Já nevím, to nedokážu úplně posoudit. Zase si člověk našel jiný aktivity, možná si víc užíval sám sebe, svý blízky. S partnerem, kterej vlastně taky není očkovanéj jsme víc trávili čas po výletech, v přírodě. Možná to bylo všechno takový klidnější, míň hektický. Člověk se nemusel nikam honit... Tak to na tom bylo dobrý a jestli víc užívala... když nebudu počítat ty roušky, který člověk furt musel mít a nosit je u sebe... to bylo otravný. Ale lidi, který jsem chtěla vídat, jsem nějakým způsobem vídala nebo se s nima nějak kontaktovala. No a ty skupiny a to plavání, ale to už jsem říkala a teď už je to dobrý, teď už to jde, tak to doženem.

Na závěr Vás tedy poprosím o pár základních informací jako je věk, vzdělání, povolání a partnerský vztah?

36 let, středoškolské vzdělání, na rodičovské dovolené, brigádně pracuju na poště, svobodná s partnerem.

Příloha č. 7

Přepis rozhovoru s respondentkou č. 6

Vyprávějte mi, prosím, o tom, jak probíhalo vaše těhotenství?

Tak moje těhotenství probíhalo bez problémů, částečně bylo ještě před covidem. Ale standardně teda prohlídky u doktora, pak poslední prohlídka v nemocnici a bylo.

Jak velkou část jste byla těhotná v době covidu?

Ty bláho... no otěhotněla jsem někdy na konci září 2019, covid přišel v březnu, tak dá se říct, že ten poslední trimestr..

Byl nějaký rozdíl mezi tím být těhotná v normální době a v době pandemie?

To dost, hlavně teda co se týče těch opatření... Najednou se musely začít nosit k doktorovi roušky, musely se desinfikovat ruce, každej byl opatrnější. I teda kontroly... ne že by se nekonaly, to ne, to všechny probíhaly podle plánu, jak měly, ale bylo to takový hektičtější, musely se přesně dodržovat časy, takže nešlo prostě se zpozdit a prohodit se s nějakou maminkou třeba. My bydlím za městem, takže můj gynekolog je dál a musím k němu jezdit autem, pak teda ke konci mě vozil manžel a bylo to fakt že jsme museli fakt dbát na to, abychom přijeli včas, ale zase ne moc brzo, protože v čekárně mohl být jenom omezený počet maminek. A co teda, tak manžel nesměl najednou se mnou dovnitř, musel čekat v autě a na kontrolu jsem musela jít sama. Tak to jsme si říkali, že jsme to celkem vyhráli s tím těhotenstvím, že takový ty kontroly, kdy dělaj ty ultrazvuky a dostali jsme fotky, tak to jsme ještě s manželem před covidem zvládli spolu a mohl miminko vidět. Pak vlastně od toho konce března se mnou nikam nesměl.

Jaké to pro Vás bylo?

No smutný. Hlavně kvůli němu teda... hodně jsme spolu tyhle věci prožívali. Protože jsem před pár lety ošklivě potratila a pak jsem dlouho nemohla otěhotnět a malá vlastně byla z umělého oplodnění, takže jsem byla zvyklá, že ho mám vedle sebe a manžel hned věděl, že je všechno v pořádku a tak, jak má být a najednou musel čekat, až mu to řeknu.

Miminko jste tedy plánovali.

Ano, plánovali. Vzhledem k té ztrátě jsme plánovali a musela jsem podstoupit umělé oplodnění. Takže vlastně malá byla víc než plánovaná... přesně na den a minutu víme, kdy malá vznikla.

V těhotenství jste chodila normálně do práce?

Chodila, ale pracovala jsem hodně na homeoffice, protože pracuju v Praze, ale s manželem bydlíme přes 100 km od Prahy a to opravdu není na každodenní dojíždění. Takže jsem tam jezdila jednou týdně na jednu noc, takže vlastně na 2 dny v týdnu a jinak jsem pracovala doma.

Jaké to pro Vás bylo v těhotenství na homeoffice?

Dobrý, dobrý to bylo super, protože jsem si mohla kdykoliv odpočinout, že vlastně tenkrát ten homeoffice ve firmě nebyl ještě tolik rozšířený a byla jsem víceméně jediná u nás, co to tak měl. Spíš to bylo u mě zaměřené na tu práci, aby byla hotová než na to, abych seděla od 8 do 4 u počítače. Takže jsem si po obědě třeba i mohla odpočinout, když už jsem měla větší to břicho. To bylo fajn. Dost mi to vyhovovalo, že jsem nemusela dojíždět každý den. Ono by to stejně ani nešlo, to bych si musela hledat jinou práci, kdyby mi firma nevyšla vstříc.

Ty dva dny jsem v Praze byla s holkama, takže to jsme pak ten sociální kontakt dohnaly a pak zase jsem byla doma. To bylo docela dobrý. Pak se to teda změnilo, co začal ten covid. To se mi práce komplet přesunula na doma a do Prahy jsem už nedojížděla vůbec. Což mi fakt jako vyhovovalo, protože ten poslední trimestr, jak už člověk má to břicho, tak to dojíždění nebylo úplně dobrý, i manžel mě už nepouštěl za volant úplně rád. Takže to se dost hodilo a v tomhle to bylo super. Navíc jak jsem byla na ten homeoffice zvyklá, tak to pro mě nebylo nic nového, nemusela jsem se nic nového učit, prostě jsem pokračovala v tom nastaveném režimu akorát bez cestování. V tomhle mi dost ta covidová doba ulehčila, že jsem nemusela dojíždět. No a vlastně v nějakým brigádovým režimu dělám pro firmu i co jsem teď na rodičovský, takže v tomhle ten covid mi pomohl. Že mi vlastně zůstala práce a nějaký ten příjem k mateřský a pak k rodičovský.

Takže jste plynule z homeoffice přešla na mateřskou?

Jo no, na mateřskou jsem vlastně odešla v tom nejzazším možným termínu před porodem a práci si držím brigádně pár zakázek, abych to s malou v pohodě zvládala.

Jaké to pro vás bylo? Byla jste asi hodně sama, když jste pracovala z domova.

Tak já už jsem na ten režim byla zvyklá už předtím, manžel je z opačného konce republiky, takže jsem se já stěhovala z ním, a to s sebou přineslo i odstěhování se z Prahy. Naštěstí pracovním mi bylo umožněno dělat takhle na dálku. Jako jsem tady teď hodně odkázaná na manžela, že moc přátel tady nemám. Ale jak ta covidová doba vpadla do doby mého těhotenství, kdy vlastně ani pak člověk nic nemohl, tak mi to pak ani nevadilo a s manželem jsme si vystačili. Navíc jak už jsem říkala, jsme před pár lety prodělali ztrátu miminka, když jsem potratila, tak jsem vlastně byla ráda, že jsem v klidu, že jsem doma, že nikam nemusím a lidi mi ani nechyběli.

Dá se tedy říct, že největší oporou Vám byl váš manžel?

Jo, to určitě. Můj manžel mi je velkou oporou. Jak jsme prodělali tu ztrátu, tak jsme oba měli strach, aby všechno bylo v pořádku a každý pohyb miminka v břiše, každou nevolnost jsme prožívali spolu. Kdy fakt člověk nevěděl, jestli to je dobrý, jestli to tak má být nebo jestli to je špatný. Ale říkali jsme si, že už máme vybráno, že už to teď musí být jenom dobrý a vzájemně jsme se v tom podporovali. A pak jak vlastně přišel ten covid. Tak jsem opravdu byla ráda, že můžu být doma v bezpečí, že tam mně ani miminku nic nehrozí a lidi jsem nijak nevyhledávala.

Měla jsem víc času na odpočinek, mohla jsem si ten den přizpůsobit sama sobě, takže i po té fyzický stránce jsem se cítila poměrně dobře, protože jsem byla odpočatá.

Co vaše rodina, s tou jste byla v kontaktu?

Voláme si s mamkou skoro každý den. Ještě před covidem jsme za nimi s manželem co 14 dojížděli vždycky na víkend. I jsem si podle toho plánovala tu práci v Praze, že vždycky po víkendu mě cestou domů manžel vyhodil v Praze, kde jsem byla ty dva dny a pak jsem busem jela za ním domů, takže to cestování jsme tomu tak nějak přizpůsobili. Jenže pak jak přišla pandemie, tak se jednu dobu ani nemohlo cestovat mezi okresy, což bylo něco hrozného. Byla jsem zvyklá rodinu vídat pravidelně a najednou to nešlo. Ale naštěstí jsou různé platformy, přes který si můžeme volat a i se vidět, tak jsem s našima nebo třeba se ségrou a kamarádkama udržovali kontakt takhle a vlastně toho využíváme do teď. Manžel má rodinu tady ve městě a mluví s nima míň často, než já se svojí rodinou, kterou mám přes půl republiky. Pak jsem samozřejmě řešila, jak se za rodinou podívám, kdy je uvidím, ale naštěstí byl whatsapp.

S pandemií Covid-19 byl vyhlášen nouzový stav, který měl za následek mnohá omezení. Zákazy vstupu do sportovních a kulturních zařízení, zavřené restaurace, kavárny, uzavření určitých obchodů. Jak tato omezení ovlivnila Vaše přípravu na příchod miminka?

Tak tohle bylo trochu složitý, protože na ty přípravy má samozřejmě člověk furt čas. Furt to bylo za dlouho za dlouho. Takže třeba ségra, která má taky holčičku a připravila mi spousty věcí po ní, tak nakonec mi ty věci posílala poštou, protože už jsme si je nezvládli přivést. Já jsem si teda v té době, jak jsem zůstala už doma v tom posledním trimestru, tak jsem si vyhlídla nějaký věci na internetu, protože obchody všechno bylo zavřené, navíc já jsem fakt nechtěla něco riskovat a chodit mezi lidi. Ani manžel by si to nepřál, abych někam chodila i kdyby otevřené byly... třeba ani na nákup jídla jsem nejezdila. Akorát jsem vždycky napsala seznam. Fakt to nám za to nestálo.

Ale v těch přípravách asi hrálo roli i to, že já jsem na jednu stranu takovej docela škrt, že jako nerada utrácím za věci, který člověk třeba nepotřebuje nový a koukám spíš po bazárcích, kde by se co dalo a toho je hromada na internetu, takže ty věci, co jsme potřebovali, jsme tak nějak různě postahovali od lidí a buď pro to dojel manžel nebo nám to poslali, ale fakt jen základ a pak už jsem jen čekali, co přijde. To nutný jsme měli a zbytek jsme plánovali nakoupit až podle potřeby pak. Tak i bylo dobře, že člověk nikam nemohl a obchody nebyly otevřené. Možná by mi to nedalo, vyrazila bych a utratila bych zbytečně peníze za věci, který by pak třeba ani nevyužila.

No a ty kavárny a restaurace... to asi nevnímám jako nějaký zásadní problém. Stejně jak žijeme mimo město, tak tady žádná kavárna kolem není, tak jsem aspoň nemusela s tím břichem nikam dojíždět.

Plánovala jste si třeba chodit na předporodní kurz?

No já jsem třeba byla osobně z toho umělého oplodnění tak jakoby otrávená ze všech jakoby braní i vitamínů nebo takových věcí, že jsem pak ani nic jako jsou třeba ty těhotenský vitamíny. To jsem třeba ani nebrala, protože mi to bylo psychicky nepříjemný, jak jsem toho tolik měla v té době před otěhotněním. Na to jsme se museli připravovat, různé věci dodržovat. Takže jsem z toho byla fakt docela otrávená, že jsem už nechtěla nic podobného absolvovat a teda ani na žádný kurz jsem nechtěla chodit. Nic jsem nechtěla vědět. Chtěla jsem prostě na ten porod přijít a říkat si, že to prostě dopadne tak, jak má. Teď zpětně si říkám, že jsem možná udělala chybu a měla jsem se o nějaký kurz zajímat. Jenže ono v té době, co by pro mě asi nějaký kurz připadal v úvahu, se stejně nic nekonalo. Ty kurzy stejně byly zrušený, co mi povídala kamarádka, že se ani nekonaly. Tak jsem se vlastně ušetřila zklamání, kdybych něco takového plánovala a ono to nakonec nebylo.

Měla jste od porodu nějaká očekávání? Představy, porodní plán...

No já jsem tím, jak jsem jakoby rodila to miminko předtím co jsme ztratili, tak jsem si říkala, že jsem už tu bolest zažila, tak že to zas nemůže být o tolik horší, ale bylo, protože to miminko předtím bylo hodně maličké, takže ten porod předtím nakonec nebyl tak bolavej. Takže to mě pak docela překvapilo, a to jsem tedy nečekala, že to bude takový, jaký to bylo.

Jak to bylo s tatínkem u porodu?

Vidíte, to vlastně to jsme řešili dost, a to jsme se oba báli, že manžel se mnou u porodu nebude moct být. Protože to vlastně na nějakou dobu zakázali a tatínky k porodům vůbec nepouštěli. Tak u toho byla velká nejistota. Něco, co člověk bral jako samozřejmost, tak najednou bylo hodně nejistý a krom toho, že se člověk samozřejmě bál porodu, tak ještě mi šly hlavou myšlenky, že co když tam na to budu úplně sama. Naštěstí to období, kdy otce k porodům nepouštěli, nebylo až tak dlouhý a za nějaký čas je tam zase pouštět začali. Ale v tomhle člověk opravdu nevěděl. Jak se mnou nemohl chodit na žádný ty vyšetření ke konci, tak jsme si oba říkali, co když budeme mít smůlu a manžela tam nepustí. Naštěstí se tak nestalo.

Vztaženo k pandemii, měla jste v porodnici nějaká omezení?

Ani ne. Dá se říct, že vlastně vůbec. Malá se narodila 15.6.2020 a jediný co, tak vlastně se nás akorát zeptali, jestli jsme nebyli s někým v kontaktu, jestli nemáme nějaký respirační potíže. No a vlastně jsme oba museli mít roušku, kterou pak ale na pokoji nikdo neřešil jestli jí máme nebo nemáme. Vlastně já u porodu jsem jí nemusela mít, ale manžel jo, ten jí měl na tom sále po celou dobu, ale pak když za mnou přišel na pokoj, tak tam jí mít nemusel, ani mu jí nikdo nenutil.

Co bylo takový, že mě mrzelo, že celkově návštěvy v porodnici byly dost asi zkrácené. Manžel za mnou mohl přijít na chvilku a už zase hned musel. Nikdo nám teda nic úplně neřekl, ale ta nervozita na tom personálu byla znát, že tam je prostě někdo další a je tam dýl než bylo dovolené. Ale to se dalo přežít. V té porodnici jsem byla dohromady tři dny a šla jsem s malou domů. Tím, že mám rodinu daleko, tak jsme ani neřešili, jestli za mnou přijedou do porodnice a směřovali jsme to spíš až na to, až budeme všichni doma a manželovo rodiče se taky do porodnice netlačili

Miminko se narodilo tedy v termínu?

Jo, narodila se v termínu, asi dva dny po. Oni to právě pošťouchli na té poslední kontrole, co jsem už byla v porodnici, tak po ni se to celkem rozjelo a bylo a narodila se normálně.

Když nebudu počítat porod jako takový, ale jeho okolnosti. Cítila jste nějaké obavy vztaženo k pandemii?

Tak asi jak už jsem říkala, tak to bylo to, že jsme se oba s manželem báli, že nebude moct být se mnou u porodu. To jsme hodně řešili a taky teda jsme se i dost báli, jak člověk vůbec nevěděl, co to je za nemoc. Tou dobou, když se malá narodila, tak to tu bylo teprve pár měsíců a nikdo nevěděl, co to je za nemoc, jaký bude mít následky. Jak rychlý to bude, jak vážný to bude a najednou jsme do toho měli maličké miminko, který jsme se báli, aby hned něco nechytla. O sebe jsem se celkově ani moc nebála, to jsme si říkali, že jako dospělý bysme to určitě zvládli, ale to maličké tělíčko, který nemá žádnou imunitu, není nijak chráněný. To jsme měli oba dost strach, aby to náhodou nechytla. Nikdo vlastně nebyl schopnej nám říct něco konkrétního, takže to byla i velká nejistota, která s tou celou pandemií přišla.

Jaké jste prožívala emoce v tomto citlivém období?

Byla jsem šťastná, že se malá narodila v pořádku, že konečně máme po tom všem krásný zdravý miminko. Bylo to štěstí a na druhou stranu obrovské strach co bude, jestli jí zvládneme ochránit. Jestli jí zvládneme dát všechno, co bude potřebovat. Takže jako štěstí a proti tomu strach... jo to bylo takový zvláštní.

Jaké to pak bylo po příchodu domů z porodnice?

Nooo, byly takový jako zajímavý, protože vlastně manžel byl s námi doma. Asi 14 dní, měl tu otcovskou a pak si vzal dovolenou, abychom byli všichni pohromadě. Ale jako nemohl být jenom s námi doma, třeba musel dojet nakoupit jídlo, takže musel mezi lidi, i když jako se nechtěl s lidma moc setkávat, aby náhodou někde něco nechytíl a nepřinesl to domů. My jsme tady třeba bláznili stylem, jako že třeba jel v nějaké úplně nesmyslné čas do Makra, kdy už si myslel, že už tam nebude moc lidí. Donesl třeba 4 tašky věci a my jsme to tady omejšvali prostě mýdlem třeba jako párky a takový věci. Protože byla maličká a vůbec jsme nevěděli, jak to s tím covidem je, co se bude dít, co by jí to mohlo udělat. A teď lidi strašili, že tady se ti to drží 14 dní a na tomhle povrchu to může zůstat týden a na plastech je to jiný než na něčem jiným. A to... takže jsme prostě nechtěli nic riskovat. No a pak vlastně když šel manžel do práce, když mu skončila ta dovolená, tak jakmile přišel z práce, tak nejdřív zapadnul do koupelny a celej se osprchoval, aby náhodou něco domů nezavlekl a teprve až potom šel za námi. Takže takhle jsme žili a tu hygienu posunuli trošku na jiný level než jsme byli zvyklí. Až by se tomu možná někdo smál, ale báli jsme se a nechtěli jsme nic podcenit, když nikdo nevěděl, co to je. Taky právě ty balíčky, když jsem něco objednávali, tak jsme je nechávali ležet týden ve sklepě v karanténě, abychom je nerozdělávali a kdyby na nich ten covid byl, tak abychom se třeba nenakazili takhle. No jako fakt šílený.

Jak to máte teď??

Už jsme hodně polevili. Rozhodně už jídlo z obchodu neomejšváme, ale zvýšenou hygienu držíme pořád. Jako je desinfekce na ruce nebo třeba roušky do ochodu nosíme, i když teď už se nosit nemusí. Jako bojíme se tak trochu furt.

Pandemie omezila styky s rodinami, přáteli... Říkala jste, že v porodnici za vámi byl jenom manžel. Jak jste to měli pak po návratu domů?

Když manželovi skončila po těch 14 dnech dovolená, tak za námi přijela moje mamka se ségrou, ty už se nemohly dočkat. Ale přijely autem, předtím se nechaly 2x otestovat jako fakt, aby byla jistota, že jsou v pohodě a nějak nás neohroží.

No a manželovo rodiče... To bylo komplikovanější, protože tchán pořád pracuje, má firmu, kde se hodně stýká s lidma, zákazníkama, chodí každý den do firmy, jezdí se zbožím... Tak to manžel jim normálně zakázal se s námi vidět. Tchán už by do práce nemusel, už je v důchodu, ale v tý práci je stejně furt, i když by si měl umět zařídit, aby to tam zvládl i bez něj, ale to ne... Takže fakt manžel řekl, že dokud bude takhle v kontaktu s hromadou cizích lidí, tak že k nám nesmí. Že prostě i z hlediska toho, že manžel chodí do práce, oni jsou starý, tak aby on kdyby něco náhodou nenakazil je, tak hlavně z hlediska toho, že prostě máme malý miminko, který chceme chránit. Navíc tchýně vždycky nadávala, jak si manželův táta nemění ty roušky, jak je nechává támhle a tohle a že je v tomhle směru hodně nezodpovědný, tak mu to prostě manžel zakázal se s námi vidět. Viděli jsme je... malou vlastně viděli asi až když jí byly 3 měsíce, někdy po létě.

A co se týče přátel, tak k nám ani nikdo nechodil a musím říct, že mi to na jednu stranu jako docela dost vyhovovalo, protože já jsem byla po tom porodu dost rozbitá, takže než jsem se sama dala do kupy a než jsem se vůbec sžila s tím, že mám nějak fungovat... Navíc malá strašně furt blinkala, takže já jsem byla rozbitá, věčně poblitá... prostě takovej ideál, co chce každá maminka zažít. No a to ani nevím jak, ale uběhlo léto a po prázdninách začala vlastně druhá vlna toho covidu a začala velká uzávěra vlastně všeho. A mě to ani jako nevadilo, že se nejde s lidma stýkat, naopak mi to možná i docela vyhovovalo, že nemusím nikoho hostit, že nemusím nic chystat, nemusím mít tu domácnost uklizenou, prostě jsme si mohli žít v pohodě a v tom našem klidu a bylo mi příjemný, že k nám nikdo nelez.

Jak jste tedy trávili většinu času?

No jako rodina ve třech... konečně jsme byli rodina, byli jsme tři a i manžel si stejně jako já užíval, že jsme byli spolu jen my a nemuseli jsme nikoho řešit. Tím, jak žijeme takřka na vesnici, tak jsme chodili s kočárkem ven na procházky do lesa, do přírody... máme psa, takže jsme fakt trávili ten čas spolu venku. Bylo léto, ta covidová situace se přes to léto docela uklidnila, tak i my jsme byli trochu víc v pohodě, ale nikdo nám ani nechyběl. Pak teda po tom létě jsme se viděli s manželovo rodičema, protože ti už hodně tlačili na to, aby mohli malou vidět, ale setkali jsme se venku, na procházce s kočárkem, aby jako jsme nebyli v nějakým uzavřeným prostoru radši.

Jak pandemie omezila nějaké Vaše plány, které jste s miminkem měla?

Ty jo... toho je docela dost... Jako v první řadě jsem si plánovala, že prostě sbalím miminko do kočárku a vyrazím na prochajdu do města, venku bylo krásně... že se třeba zajdu podívat do nákupáku na nějaký věci... a z toho vlastně vůbec nic nebylo. Taky od toho půl roku jsem si myslela, že začneme na nějaké kroužek chodit, abych se třeba i seznámila s nějakýma dalšíma maminkama, protože jak jsem se sem přestěhovala za manželem, tak tady nikoho neznám. Navíc nežijeme ve městě a tady na vesnici není moc šancí se seznámit. Ale to bylo všechno taky marný. Představovala jsem si, jak budu víc trajdat venku třeba v tom městě, že si udělám nějakou zábavu, ale bylo co, nebylo vlastně vůbec nic a vlastně nebyla ani ta chuť někam mezi lidi. Třeba abych tady od nás vyrazila autobusem do města, tak to v té pandemii pro mě bylo nemyslitelný. Takže jsme prostě fungovali tady v okolí, v přírodě... s manželem a se psem.

Jak to teď zpětně prožíváte, že jste byla prvorodičkou v době pandemie?

Na jednu stranu jako je mi to líto, že prostě nebylo takový to trajdání venku, co jsem si představovala a na druhou stranu, když si vezmu to, jak byla malá furt poblíknaná a já byla naprosto nemožná se s ní nějak vyhrabat ven upravená, tak jsem ráda, že jsem vlastně měla výmluvu, že prostě je covid, nic se nemůže a teda vlastně není divný, že člověk nechodí mezi lidi, čas tráví se svojí rodinou... protože bych si pak asi připadala mnohem víc neschopná, kdybych to všechno mohla dělat, ale nezvládala to. Protože mě fakt moc nezajímalo, jestli mám umytou hlavu, jsem nenamalovaná nebo tak, protože jsem byla i já od malý věčně poblíknaná a vyjít ven upravená pro mě byl vrchol dne. Takhle když jsme šli na procházku jenom s manželem nebo se psem a šli jsme do lesa... někam prostě, kde nejsou lidi, tak jsem se nemusela stresovat tím, jak vypadám, prostě jsem šla. Ale do toho města bych už se sebou něco udělat musela a takhle díky té pandemii jsem nikam mezi lidi nemusela nebo spíš ani nemohla a nemusela jsem se stresovat pohledem třeba na jiný maminy, které to zvládají v pohodě na tom kafi... Možná nakonec mi ta pandemie v tomhle přidala, že jsem se nemusela cítit nemožně. To pro mě bylo celkem výhodou takhle zpětně, když se nad tím zamyslím. Já potřebuju mít pro sebe chvilku klidu a díky té pandemii jsem jí měla.

Ale zase ocud' pocud', protože manžel měl kvůli tomu covidu celkem hodně homeofficu díky tomu, a to jsme si říkali, že to je super, že budeme společně doma, jak si to užijem, ale postupem času, jak ta pandemie trvala dlouho, vlastně nějakým způsobem je tady furt, tak jak malá rostla, tak už byla i o dost hlučnější, potřebovala nějakou zábavu, tak už mě to, že je doma, docela začalo štvát, protože on potřeboval na nějaký věci klid při tom homeofficu a seděl tady doma uprostřed bytu. Takže jako vařit sem mohla jenom v určitéj čas, když měl nějaký jednání, když mi řek, pak měl zas jiný jednání, tak jsem zas musela hlídat, aby malá nevejskala a on slyšel, takže postupem času mě to začalo spíš štvát, že je doma. Takže ve finále pak ty dny, kdy byl v práci pro nás s malou tady byly klidnější bez toho omezení...

Noo a.... dokonce si myslím, že mi covid i svým způsobem zachránil kojení, protože to mě tak jakoby... zkrátka jednu dobu jsme s malou a kojením hodně bojovaly, navíc jak furt blinkala a moc přibírala, tak jsem z toho jednu dobu byla poměrně vyčerpaná a kdyby byla normální doba, kdy bych s malou mohla chodit po obchodech a do města, tak jsem v jeden čas opravdu měla sto chutí jí dát umělý mlíko, abych přišla na to, jestli za tím blinkáním je moje mlíko nebo něco jinýho. Ale tím, jak chodil nakupovat manžel a za jeho zády s malou já bych se do obchodu opravdu nevypravila. Tak mi ani nic jinýho nezbyvalo, než dál kojit, jsem se prostě kousla, nějak jsme tu krizi spolu přestály a kojila jsem dál. Ale myslím si, že kdyby ta pandemie nebyla, byly obchody normálně otevřené, tak bych kojení asi fakt sabotovala a normálně šla do umělýho a neměla bych s tím žádný problém, ale to nešlo.

Vy jste teda vůbec nechodila nakupovat?

Ne, my jsme vysílaly manžela, on si teda z toho dělal srandu, že ho s malou chceme zabít, ale samozřejmě chodil, abych nemusela riskovat, že někde něco s malou chytíme.

Bála jste se hodně, že byste se mohla covidem nakazit?

O sebe ani tak ne. Já jsem si myslela, že jsem celkem v pohodě. Měla jsem tu představu nebo možná jsem jí chtěla mít, abych neměla tu paniku, a že prostě zdravěj mladej člověk to nějak ustojí. Ale bála jsem se hlavně o ní, abych někde něco třeba já nechytla a nenakazila jí, aby prostě malá byla v pohodě. Protože to furt člověk slyšel, kde všude se někdo nakazil a tak. My teda nemáme televizi jako televizi, takže my jsme byli celkem dost odstříhnutý od zpráv. My jsme si nepouštěli skoro žádný zprávy. Manžel teda sledoval takový ty idnesy a tak. Já na tyhle věci vůbec nekoukám, takže na mě skákalo akorát něco z instagramu nebo tak něco, tam jsem sledovala ty opatření, abych věděla, co kde a jak platí a jinak nám ta televize nešla. Takže si myslím, že pro nás to bylo učitě dobrý, protože už i tak jsme se báli a ještě abychom byli zmasakrovaný téma informacema z televize. To už bych asi s malou vůbec nevystrčila nos z bytu. Stejně vlastně jsem si říkala, že stejně nic nemůžu, nikam moc stejně nejdu. S jako už jenom z prevence nebudu sledovat co kde, abych se zbytečně nestresovala, protože ta masáž lidí byla obrovská, až mi z toho bejvalo špatně, tak jsem si říkala, že to nemám za potřebí to sledovat, protože to stejně nijak neovlivním a nějak s tím budeme muset žít...

Jako prvorodička jste byla ve zcela nové roli a poji se s tím spousta věcí, který najednou jako máma musíte vědět a řešit. Kde jste hledala informace ohledně péče o miminko?

Nooo snažila jsem se informace moc nehledat, protože jsem věděla, že toho v dnešní době máš kvanta a jenom bych jako měla velkou hlavu z toho. Ale tak od kamarádek hodně. U nich hlavně teda co se týče třeba kosmetiky na miminko a takový ty potřebný věci a pak jako to ostatní, to jsem si říkala, že to prostě nějak přijde. Nepřipadala jsem si teda úplně jako profesionál. Ale říkala jsem si jako, že snad jí nějak nezabijem, že to prostě musí jít. Ale třeba mě vyděsilo, že malá sice už přibírala, ale třeba měla prostě divný barvy stolice, třeba zelený... tak to jsem si nebyla jistá, čím by to mohlo být a co to znamená a nechtěla jsem zbytečně lízt k naší dětský doktorce, protože ta nám taky říkala, že neví, co to je. Nijak se toho extra nebála, ale taky chtěla trochu omezit ten kontakt s téma miminama, takže jsem spolu komunikovaly třeba přes email, kdy jsem jí napsala, co mě trápí a ona mi odepsala, ať jí pošlu do mailu fotky... tak jsem jí teda poslala do mailu fotky těch hovínek, protože se to stalo třeba mezi téma pravidelnýma kontrola, který ze začátku jsou. A doktorka mě vždycky uklidnila, snažila se mi ty věci hezky vysvětlit, takže jsem se uklidnila a pak jsme se viděly až na tý plánovaný kontrole. Takže tohle bylo docela fajn, že to člověk nemusel řešit a nemusel tam častěji než mezi téma kontrolama. Noo a kyčle jsem se bála kontroly, který jsou dost ze začátku, tak to jsem se snažila co nejvíc odložit, protože to se mi do tý polikliniky nebo kde to bylo vůbec nechtělo, protože tam je na jednom místě hromada lidí. Takže to jsme to jednou odložili, jenže to pak už sestřička říkala, že už je jako potřeba to udělat, tak to jsem z toho byla docela nesvá, že tam opravdu musíme, ale nakonec to nebylo tak hrozný, nebylo to nic hromadnýho, jak jsem si myslela. Navíc to trvalo asi jenom 5 minut asi a nakonec jsem si říkala, že jsem kvůli tomu dělala zbytečný scény, a to jsme teda pak taky zvládli. Manžel nás odvezl tam i zpátky. A tam teda opravdu všichni měli respirátory, nikoho jsem si nevšimla, že by to nějak nedodržel nebo tak a jako fakt to hodně přizpůsobovali třeba těm miminům, že i ty prostory, že prostě tohle bylo vyloženě jenom pro ty miminka ta čekárna a nikdo jinej tam s nima nebyl. To samý vlastně i u tý doktorky naší praktický. Ona má dva vchody do ordinace a ten jeden byl prostě vyloženě pro zdravý děti, pro miminka a nikdo jinej tam jako nemohl. Takže se snažili i v těch zdravotnických zařízeních to nějak oddělit, ale jinak jako... no nechtěla jsem na ty kyčle jet, ale jeli jsme. Nic jinýho mi stejně nezbylo. Zase jsem nechtěla... to je takovej ten rozkol... jako že nechceš něco zanedbat, aby teda ty nohy neměla blbý, ale zase tam nechceš, protože se bojíš, že tam na tebe někdo něco prskne že jo... Takže jako to bylo takový nepřijemný, ale co se dalo dělat.

A na kontroly k pediatrovi jste chodili podle toho, jak byly naplánované nebo bylo něco jinak?

No tam to bylo udělaný tak že tam vlastně neměli směsku jako nemocný zdravý, ale dopoledne striktně chodily zdravý děti a odpoledne nemocný. Takže to jako rozdělili, aby se tam ty lidi nepotkávali. Navíc jsme i vždycky dostali přesnej čas, kdy máme dorazit, aby se tam právě nehromadili lidi. Takže to jsem díky tomu byla i dost klidnější... a teda mě dost překvapilo, že bych řekla, že to ty lidi fakt jako dodržovali. Jak ty roušky, tak asi i ty časy, protože jsme fakt ani nějak nečekali s malou.

Současné maminky jsou zvyklé využívat služeb různých mateřských nebo dětských center. Plánují si s dětmi různé aktivity jako např. cvičení, zpívání, plavání a tak. Tyto služby byly ale během pandemie dost omezené nebo úplně zavřené. Plánovala jste Vy nějaké takové aktivity a jak do těchto plánů zasáhl covid?

Jo... Chtěla jsem s malou začít chodit na plavání a já teda teď už přesně nevím, jak to úplně bylo, protože jsem normálně malou do kurzu přihlásila, ale pak jsme na to samotný otevření docela dlouho čekali a pak teda proběhly za nějaký čas dvě nebo tři lekce a pak se to celý komplet zavřelo. Pak se to asi za půl roku otevřelo, takže my jsme se tam s těma dětma a maminkama viděli, kdy vlastně ty děti ještě ani pořádně nechodily, spíš se plácaly ty děti na zemi a pak najednou za půl roku už si šly jako více méně sobě naproti a šly jako spolu plavat. To jsme z toho kurzu zase odchodili něco, ale furt na každé hodině se musely podepisovat nějaký takový ty formuláře o očkování nebo o testování, že je člověk negativní... Takže to jsme zase odchodili jenom něco a pak se to zase změnilo, že to bude jenom pro očkování. A to my s manželem nejsme, takže jsme s malou zase přestali chodit a pak už se nám paní s navazujícím kurzem ani neozvala, takže ve finále jsme přišli i o nějaký peníze a malá toho fakt moc nenaplávala, a to mě mrzelo, protože jí to jako bavilo.

Ale pak mi kamarádka doporučila hudebku, kdy jsem si říkala, co tam jako s tak malým dítětem budeme dělat jako. A... tam jsme ale mohli chodit celou dobu, protože to bylo bráný jako výuka, takže... jako škola normální, a to nějakým způsobem jelo, takže tam jsme mohli chodit a chodíme tam do teďka a je to jako fajn. Bylo pro mě fajn vidět jako jí s dětma. Protože na tý covidový době mě mrzí to, že se vlastně nevidí s žádnýma dětma, ale vyloženě s žádnýma. Takže to bylo takový... kvůli tomu jsem s ní chtěla někam chodit. Mě jako je jedno, jestli si tam zahraje na dřívka jo, ale spíš jako prostě že se uvidí s těma dětma a nějak se naučí s nima nějak fungovat. Protože fakt jako dlouhou dobu to ani nebylo na to hřiště, kavárny dětský nebo herničky byly zavřené. Když se otevřely, tak byly jenom pro očkování.

A jak vy to máte s očkováním?

My nejsme ani jeden očkování a nechceme teda hlavně z toho důvodu, že plánujeme druhý dítě a o tom nejsme teda vůbec přesvědčený, že vědí, co to třeba udělá s plodností... svým způsobem máme po tom všem takovej pocit, že nejsme úplně jako štěstkaři, i když jako nic hrozného se nám neděje, ale když už by se něco mohlo podělat, tak asi by se mohlo nám, takže jsme nechťeli. Já teda jsem o očkování vůbec nepřemýšlela a manžel nechce teda minimálně do doby, než se nám povede to druhý dítě. Tak se holt omezíme na nějakých věcech. A tím, že jsme stejně jako do těch hospod nikdy moc nechodili, nebyli jsme zvyklí na to, tak nám to ani nijak extra nechybělo, dovolenou s malou jsme taky v zahraničí nikde neplánovali, tak čekáme, co to přinese, a to očkování nějak zatím neřešíme. Nejsme teda vyloženě odpůrci očkování, třeba u našich rodičů nám to dává smysl, ale v naší situaci nám to přišlo zbytečný.

Co negativního byste na závěr vypíchla na to, že jste byla prvorodičkou v době pandemie?

Tak to byl ten strach, co z toho bude, aby malá něco nechytla... Takhle zpětně se tomu spíš zasměju, když si vzpomenu, jak jsme tady omývali s manželem ty párky... A pak teda jak jsem říkala, že mám daleko rodinu, tak na ty cesty tam to bylo blbý, protože jak bylo všechno zavřené, tak jsem si říkala, že když budu potřebovat někde nakojit nebo jí třeba přebalit... tak ani do toho blbýho mekáče si nemůžu s ní dojet, že nebylo to zázemí pro to cestování. To bylo blbý. Já jsem věděla, že si nikam nedojdu na záchod, cesta 4 hodiny. To mě štválo, že jsem si nemohla naplánovat pohodlnou cestu.

A pozitivního?

To byl ten klid, že jsem vlastně nikam nemusela a měla tu výmluvu, že nejde chodit mezi lidmi, protože je ten covid a nesmí se to. Protože ze začátku to s malou fakt bylo náročný.

Byla to divná doba, ale zvládli jsme to. Jako bylo zajímavý vidět, jak k tomu manžel přistupoval opravdu zodpovědně, jak se chodil sprchovat hned jak přišel domů... taky mě třeba vynadal, že tady v baráku třeba šáhám na zábradlí, tak to mě třeba překvapilo, ale jako příjemně.

Napadá Vás ještě něco důležitého k tématu, o čem jsme nehovořily, a co byste třeba ráda zmínila?

No přijde mi, že ta pandemie celkově ovlivnila vztahy, že se lidi míň jako chtějí vidat, že jsou víc opatrný. A že třeba i teďka, co se jako týká kamarádek s dětma nebo i nás, že se víc jako držíme

zpátky, když to dítě třeba vidíš, že na něj něco leze nebo to. Třeba se sěgrou jsme domluvený, že si to jako řeknem a každá si to zhodnotí, že jí třeba vadí, že by její dítě mohlo od toho našeho třeba chytit rýmu nebo kašel a prostě tak. Ale že třeba se mi nechce, když jako vím, že ona je třeba trošku nachcíplá, tak prostě nevím, co to má v týdle době. Takovou nejistotu to přidalo, tak prostě třeba sraz s kamarádkou v takový situaci prostě zruším, protože prostě nechci jako mít tu zodpovědnost za to, že by třeba něco chytila. Tak mi přijde, že jsme začali být víc paranoidní a víc řešit i jako malý kašlíky. Takže tohle mi přijde, že se třeba změnilo, že se ty obyčejný nemoci už tolik nepodceňují, že už je lidi nezesměšňují tolik.

Na závěr Vás tedy poprosím o pár základních informací jako je věk, vzdělání, povolání a partnerský vztah?

34 let, VŠ ve výživě, administrativní asistentka ale teď jenom brigádně, protože jsem na rodičovský, vdaná.

BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE

Jméno a příjmení autorky: Mgr. Bc. Kristýna Vosátková

Studijní program: NMgr. Psychologie

Název práce: Příběhy prvorodiček v období pandemie Covid-19

Vedoucí práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská, PhD.

Rok dokončení práce: 2022

Počet stran (bez příloh): 84

Celkový počet stran příloh: 47

Počet titulů české literatury a pramenů: 33

Počet titulů zahraniční literatury a pramenů: 9

**Posudek vedoucího/opponenta bakalářské/diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Mgr. Bc. Kristýna Vosátková
 Obor studia: Psychologie
 Název práce: Příběhy prvorodiček v období pandemie Covid-19
 Vedoucí/oponent* práce: Mgr. Ing. Eva Dubovská, Ph.D

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): 84
 Počet stránek příloh: 47
 Počet titulů v seznamu literatury: 42

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová příslušnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x	x		
--	---	---	--	--

Formální zpracování

Jazykové vyjádření

	x			
--	---	--	--	--

(respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

Práce s odbornou literaturou a prameny

		x		
--	--	---	--	--

(citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

Formální zpracování

	x			
--	---	--	--	--

(jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

	x			
--	---	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

Přístup autora k řešené problematice

	x			
--	---	--	--	--

(samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	x	x		
--	---	---	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce

		x		
--	--	---	--	--

(publikace, referáty, apod.)

* nehodící se škrtněte

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

**Posudek vedoucího/opponenta bakalářské/diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Jak těžké bylo najít tuto specifickou vzorku a uskutečnit rozhovory v době pandemie? Vyskytlo se ve zjištěních něco, co Vás překvapilo?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky; v případě doporučení do soutěže o nejlepší DP uveďte nadprůměrné charakteristiky práce v souladu s Vámi výše označeným kritériem formální úrovně, obsahové reprezentativnosti, metodologie a přínosnosti práce pro teorii či praxi):

Teoretická část práce se věnuje problematice rodičovství a prvorodičovství a také mapuje již dostupnou literaturu o dopadu pandemie COVID na prvorodičky. Teorie je psaná kultivovaným stylem, práce s odbornou literaturou je na dostačující úrovni, i když práci by prospělo ještě trochu víc čerpat ze zahraničních zdrojů. Praktická část si klade za cíl zjistit, jaké byly specifika těhotenství a porodu u prvorodiček v období pandemie. Za tímto účelem pracuje s 6 hloubkovými rozhovory, které zpracovává metodou tématické analýzy. Oceňuji přehlednou tabulku témat a také prezentace výsledků, které jsou zajímavé. Autorka k práci přistupovala pečlivě, metoda je aplikována dle doporučené metodiky. Kladně hodnotím také iniciativu a samostatnost autorky.

Celkově získané body do soutěže:

doporučuji/nedoporučuji*
29,25

Doporučení k obhajobě:

doporučuji/nedoporučuji*

Navrhovaná klasifikace:

Výborný

Datum, podpis: V Praze, 13.9.2022



* nehodící se škrtněte

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

**Posudek oponentky diplomové práce
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studentky: Bc. Vosátková Kristýna
 Obor studia: Psychologie
 Název práce: Příběhy prvorodiček v období pandemie Covid-19
 Oponentka práce: Mgr. Zuzana Janotková

Technické parametry práce:

Počet stránek textu (bez příloh): 84
 Počet stránek příloh: 47
 Počet titulů v seznamu literatury: 42

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

Výběr tématu

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová přiléhavost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

		x		
--	--	---	--	--

Formální zpracování

Jazykové vyjádření

(respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	x			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny

(citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

		x		
--	--	---	--	--

Formální zpracování

(jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	x			
--	---	--	--	--

Metody práce

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

x				
---	--	--	--	--

Obsahová kritéria a přínos práce

Přístup autora k řešené problematice

(samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

x				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

		x		
--	--	---	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce

(publikace, referáty, apod.)

--	--	--	--	--

* nehodící se škrtněte

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Ve své práci píšete: 'Uvedeného cíle je velmi důležité dosáhnout proto, že z něj bude možno vyvodit doporučení pro tvůrce politik, zdravotníky, ale i širší veřejnost v případě dalších neočekávaných událostí, jako byla právě pandemie Covid-19.

Moje otázka je, jestli myslíte, že je možné vyvodit takovéto velké doporučení vzhledem k danému výzkumu?

Jak jste zabezpečila nerušený průběh při realizaci rozhovorů v kavárně?

Zajímalo by mě, která témata z Vaší analýzy by bylo dobré více do hloubky prozkoumat a proč?

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky; v případě doporučení do soutěže o nejlepší DP uveďte nadprůměrné charakteristiky práce v souladu s Vámi výše označeným kritériem formální úrovně, obsahové reprezentativnosti, metodologie a přínosnosti práce pro teorii či praxi):

Autorka se ve své diplomové práci věnuje tématu: "Příběhy prvorodiček v období pandemie Covid-19"

V teoretické části práce se setkáváme s okruhy, které úzce souvisí s daným tématem. Kapitoly se věnují problematice rodičovství, prvorodičovství a mateřství, také specifika koronavirové pandemie. Oceňuji kapitoly věnovanou výzkumům. Ocenila bych, kdyby v teoretické práci autorka nastínila víc o teorii potřeb.

Také zde neopomenula informovat o současných trendech a rodičovství ve 21. století. Teoretická část práce je čtivá, strukturovaná a přehledná.

V empirické části práce si autorka stanovila hlavní výzkumní cíl a to: zjistit potřeby prvorodiček v době pandemie a odhalit specifika v jejich prožívání. Proběhli polostrukturované rozhovory a následná analýza metodou TA. Celá metodologická část je kvalitně zpracovaná. Z analýzy vyvstali zajímavé témata, které otvírají možnosti na další hlubší prozkoumání. V diskusi autorka diskutuje jak výsledky samotné, tak s výzkumy z teoretické části práce, co oceňuji jako ucelenou diskusi v dané práci. V závěru je mnoho návrhů, co je určitě přínosné, jenom bych byla opatrná doporučovat plošně něco, na základě analýzy 6 rozhovorů. Ocenila bych spíš návrh pro práci psychologickou, psychoterapeutickou pro prvorodičky, vzhledem k jejich potřebám v složité době pandemie. Autorka se také zamýšlí na směřování dalšího výzkumu. Zajímá mě víc. viz. otázky k diskusi

Celkově hodnotím danou diplomovou práci jako zdařilou a doporučuji k obhajobě. Přeji úspěšnou obhajobu.

Doporučení do soutěže o nejlepší diplomovou práci:

Celkově získané body do soutěže: 27,95

Doporučení k obhajobě: doporučuji

Navrhovaná klasifikace: výborně-velmi dobře

Datum, podpis: 14.9.2022



* nehodící se škrtněte

** 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a