

אורית: היום נעסוק בנושא הכאוב של לידות שקטות שלמרבה השמחה היא תופעה נדירה יחסית. נדבר על החוויה הקשה של הפרידה מהעובר או התינוק הרך שהאם ההרה נשאה ברחמה ונספר על הטיפול בקבורה במקרה כזה.

האורחת שלי היום היא **רות אופק**. רות היא עורכת דין במקצועה, בת 43, נשואה לדני ואמא לשני בנים שובבים ולגוזלית קטנה ומתוקה. בנוסף, היא בעלת בלוג מצליח מאוד בנושא אפיה ובישול בשם "**שמח במטבח**".

אתם מאזינים לפודקאסט "**סוף הדרך**", אני **אורית מסמי** ואני יועצת לתכנון פרידה מהחיים, מלווה משפחות ברגעים הקשים של פרידה מאדם אהוב ומסייעת לבני המשפחה להתמודד עם הקשיים של אחרי פטירת יקירם.

בפרקים הבאים אתן לכם הצצה לעולם המרתק של הקבורה היהודית בישראל ובעולם. ביחד נגלה עולם מופלא המכיל מסורת, חדשנות, יצירתיות, אדריכלות והיסטוריה. נפריך דעות קדומות, סטיגמות ואגדות אורבניות וניחשף לרגישות של האנשים שזהו תחום העיסוק שלהם. בין השאר, תוכלו להאזין גם לשיחות העוסקות בנושאים הכואבים שאנחנו בדרך כלל מעדיפים לא לחשוב עליהם ולא לדבר עליהם. לפעמים בגלל הפחד הבסיסי שטבוע ברובנו שהוא הפחד מהמוות.

תוכלו להמשיך לעקוב אחריי בדף הפייסבוק – **אורית מסמי** ובאתר האינטרנט – **מוצאים מנוח**.

האזנה נעימה.

< מוזיקה >

אורית: שלום רות.

רות: היי אורית.

אורית: רות ואני נפגשנו במהלך הטמעה של נוהל קבורת עוברים ותינוקות רכים שיצא בשנת 2014. אז איפה פגש אותך הנושא הזה?

רות: הנושא הזה מן הסתם פגש אותי ברמה הכי אישית שיש כי אני עצמי עברתי לידה שקטה. לידה שקטה זו בעצם לידה של עובר בשבועות המתקדמים של ההיריון שזה בעיניי לפחות ברמה של תינוק. זו לידה לכל דבר כמו כל לידה בעצם, רק שבסופה לא נשמע הבכי של התינוק כי התינוק כבר ללא רוח חיים.

חלק מ"תוצרי הלוואי" של לידה שכזו היא גם ההתעסקות בטיפול בקבורה, שזה איזשהו פצע מדמם בלב של ההורים.

אורית: למה קוראים לזה לידה שקטה? את יודעת למה אולי?

רות: כן, לידה שקטה זה בעצם מונח שמתורגם מהביטוי האמריקאי-אנגלי "Still birth". התרגום פה מדבר על זה שבסוף הלידה יש שקט כי לא שומעים תינוק שבוכה. מודה שהמונח הזה הוא לא הכי סימפתי, אבל המונח הזה היה קיים עוד קודם ואנחנו התרגלנו לחיות איתו.

אורית: אז מה קרה בעצם? הגעת לבית חולים ומה קרה?

רות: אני הייתי בחודש שיש. אני הגעתי למיון כי חשבתי שיש לי צירים מוקדמים ורציתי לוודא שהכל בסדר אחרי סופשבוע שלם שבו התלבטתי אם זה צירים או לא צירים. כשהגעתי ועברתי בדיקות רופא, פתאום התבשרתי שלתינוקת שלי אין דופק ושאני צריכה ללדת אותה. זה היה משהו שלא ציפיתי לשמוע והתקבל אצלי בהפתעה גמורה. אני הגעתי למיון לבד כי לא תיארתי לעצמי שאשמע כזה דבר. ומפה זה התגלגל למן רכבת הרים כזאת של סרט רע, מה שנקרא.

אורית: איך נראית לידה כזאת?

רות: אני חושבת שהמילה הכי מתאימה לזה היא "סיוט". מאוד קשה. זה כמו לידה רגילה במובן הזה שצריך לקבל זירוז בעצם וללדת את התינוק כמו כל לידה. העניין הוא שזו לידה שלוקחת יותר זמן כי הגוף עוד לא מוכן ללידה. עוד אין את התנאים ואין תינוק שדוחף מבפנים כדי לצאת. הכל בעצם סוג של מלאכותי במובן הזה של לגרום לגוף להיכנס למצב לידה. וגם רגשית, זו לידה מאוד, מאוד קשה. בלידה רגילה את סובלת אבל את יודעת שלפחות בסוף תצאי משם עם ילד בידיים וזה שווה את הסבל ופה את סובלת ואין איזה "פרס" בסוף.

אורית: אחרי הלידה ראית את התינוק/תינוקת?

רות: אני לא ראיתי את התינוקת שלי ואני עד היום מאוד מצטערת על זה. אני במשך שנה שלמה הסתובבתי עם הרבה כאב לב על זה שלא יודעת איך התינוקת שלי נראית.

אורית: הציעו לך?

רות: לצערי הרב, אני ילדתי בשנת 2013 כשההתייחסות ללידה שקטה ולטיפול בנשים שעוברות לידות כאלה היה אחר ולצערי הרב, אף אחד לא הציע לי מהצוות לראות אותה ולהיפרד ממנה. אני חושבת שהרבה ממפח הנפש ומהקושי שעבר עליי באותה שנה, היה מהעובדה שילדתי ולא נפרדתי מהתינוקת שלי, היא פשוט נלקחה ממני בלי שראיתי אותה.

אורית: ומה אחרי הלידה?

רות: אחרי הלידה בעצם יש התמודדות מאוד קשה של לחזור הביתה ולהתמודד גם בבית עצמו עם הבעל, הילדים, המשפחה וגם כלפי חוץ עם הסביבה שבאה ורואה אותך בלי בטן וחושבת שילדת ורצים אלייך ואומרים לך מזל טוב ואת צריכה להסביר שלא מגיע מזל טוב. ואז יש מבוכה וכל מיני משפטים כאלה שנועדו לנחם אבל בפועל הם יותר פוגעים ומרגיזים מאשר מנחמים.

"כל עקבה לטובה"

"שנה הבאה יהיה לך עוד ילד, לא נורא"

"עדיף ככה, תחשבי על הילדים בבית, תשכחי מזה, תמשיכי הלאה".

תגובות שאני יודעת שהן באות ממקום טוב ומרצון טוב, אבל הן תגובות שכשאת נמצאת במקום הזה הן מאוד כואבות.

אורית: והילדים היו כבר בגיל שהם מבינים, מצפים?

רות: הבן הגדול שלי היה בגיל שהוא הבין וחיכה מאוד והתרגש מאוד מזה שתהיה לו אחות קטנה ולבוא ולהסביר לילד על מוות, זה משהו שהוא מאוד לא טבעי ומאוד קשה. ילדים גם כשהם קטנים אוהבים לשאול הרבה שאלות ואוהבים לדבר על זה הרבה וצריך הרבה סבלנות.

אורית: איפה מאשפזים אחרי לידה כזאת? אני מקווה שלא במחלקת יולדות.

רות: לא, תודה לאל. במחלקת יולדות, אני יודעת שיש בתי חולים שפעם נהגו כך. היום מאשפזים במחלקת נשים. דואגים שאישה שעברה לידה שקטה לא תהיה ליד תינוקות.

אורית: ואז מה בעצם קורה עם הקבורה של העובר? מה קרה במקרה שלך?

רות: קודם כל, אני חייבת להסביר שהמקרה שלי היה לפני הנוהל שעליו בעצם דיברת בתחילת השיחה ואז הנהלים היו שונים. במקרה שלי שלחתי לנתיחה והייתי צריכה לחתום על טפסי הקבורה אבל לא חתמתי עליהם כי הייתי אז בסערת רגשות ולא רציתי לחתום על מסמך שאני לא לגמרי בטוחה שאני מבינה את המשמעות שלו. ולכן כשסיימו עם הנתיחה התקשרו אליי מבית הלוויות של בית החולים כדי לשאול מה לעשות עם התינוקת.

מן הסתם רציתי שבית החולים יטפל בקבורה כי לא היו בי כוחות הנפש להתעסק בזה וגם לא את הידע. ואז כשרציתי לבוא ולהיות נוכח בטקס הקבורה, הודיעו לי שזה לא יהיה. שאני קוברת אותה בעצמי ואז אני יכולה לעשות מה שאני רוצה או שאני נותנת לבית החולים לקבור ואני לא אוכל להגיע ולמעשה, גם לא אוכל לדעת איפה היא קבורה. לא משנה כמה ניסיתי להתווכח, זו הייתה ההודעה. או ככה או ככה.

אורית: למה זה היה חשוב לך להיות מעורבת? להיות נוכחת?

רות: היה חשוב לי ההיבט של הפרידה מכיוון שלא נפרדתי מהתינוקת שלי בבית היולדות. נלקח ממני חלק ממני, חלק מהנשמה שלי, חלק מהגוף שלי, ילדה שלי ואני לא יכולה ללוות אותה בדרך האחרונה שלה. אני רציתי להיפרד ממנה, רציתי לדעת איפה היא תהיה. מבחינתי זו ילדה. מבחינתי זה בן אדם. לא יכול להיות שבן אדם הולך לקבורה ואת לא יודעת איפה הוא היה לי מאוד קשה עם זה ואני חושבת שגם רגשית זה מאוד השפיע עליי באותה שנה שלא זכיתי לפרידה הזאת. לא ידעתי איך היא נראית כי לא ראיתי אותה וגם אני לא יודעת איפה היא נמצאת. זה משהו שמאוד, מאוד הטריד אותי.

אורית: אז מה היום? את יודעת איפה היא נמצאת?

רות: כן, אני יודעת. כדי לסגור מעגל אני אספר שבאותה שנה הצטרפתי לקבוצת התמיכה שלנו שבדיוק נפתחה ששמה "חיבוק בשקט". זו קבוצת תמיכה של נשים שעברו לידה שקטה שתומכות אחת בשנייה מתוך המקום האישי שלהן, לא מתוך תמיכה מקצועית. בתוך כך גם החלפנו בינינו מידע ואז התוודעתי לזה שיש בתי חולים שמצלמים את התינוקות והתוודעתי לזה שאפשר אולי לקבל מידע מהפתולוגיה ושיש אפשרות לברר דרך עמותת שנקראת "עמותת עיתים" שעוזרת לאנשים בבעיות שיש להם מול שירותי הדת. פניתי לעמותת "עיתים" וביקשתי את עזרתם. תודה לאל שעשיתי את זה כי הם פנו לבית החולים וביקשו לקבל את המידע.

אני יכולה לספר שזה לא הלך בקלות. באופן מאוד מפתיע התקשרה אליי עובדת סוציאלית מבית החולים, מישהי שמלווה נשים שעברו לידות שקטות ושאלה אותי שאלות הכי מוזרות שבעולם. היא שאלה אותי למה אני רוצה לקבל מידע על מקום הקבורה? למה אני רוצה לראות את התמונות שצולמו בפתולוגיה?

והייתי צריכה להסביר לה את זה. היא אמרה לי את המשפט הכי מזעזע ששמעתי מאיש מקצוע. "יש לך שני בנים בבית, תתרכזי בהם ותשכחי מזה".

מצאתי את עצמי מסבירה לעובדת סוציאלית שזו העבודה שלה להיות עם נשים כמוני למה חשוב לי להיפרד מהילדה שלי. זה היה הזוי.

אורית: הגישה הזאת של בעצם להניח את הסיפור הזה מאחורה, לסגור את הדלת ולהמשיך הלאה, היא הגישה שבעצם הייתה נהוגה כאן בארץ אז. מה את חושבת על הגישה הזאת והאם יכול להיות שיש נשים שהיא כן מתאימה להן?

רות: ברור שיש נשים שהגישה הזאת מתאימה להן ואני גם פוגשת נשים שהגישה הזאת מתאימה להן. אבל אני יכולה להגיד לך באותה נשימה שיש נשים שהגישה הזאת מתאימה להן כשהן שבוע אחרי הלידה ופתאום שנה אחרי, חמש שנים אחרי ולפעמים גם עשרים ושלושים שנה אחרי, הן תופסות את עצמן ואומרות, "וואלה, לא עיכלתי את החוויה הזאת".

אני חושבת מתוך הסתכלות על אלפי נשים שיצא לי לפגוש ומאות ואלפי סיפורים כי יש לנו בקבוצה 2200 נשים, שרוב הנשים כן היו רוצות את הפרידה הזאת וכן רוצות לדעת איפה הילד שלהן נמצא. יכול להיות שעכשיו הן לא רוצות, אבל אח"כ הן כן ירצו. צריך לתת למשפחות את הבחירה הזאת וגם את האפשרות להפוך. ז"א, לא רוצים להיות מעורבים בהליך הקבורה, זה בסדר גמור, זו זכותכם המלאה להחליט שאתם שמים את הפרק הזה מאחוריתם וממשיכים הלאה, אבל תמיד צריך להיות את הפתח שמי שמתחרט, יוכל לקבל את המידע הזה.

אורית: אז בואי נספר רגע מה באמת בסופו של דבר אומר הנוהל כדי שאנשים שחס וחלילה קרה להם אסון ידעו באמת למה הם זכאים, מה הזכויות שלהם?

רות: לפני כן, פשוט חשוב לי כן לשתף במשהו אחד. בסופו של דבר אחרי המאבק הזה, קיבלתי את המידע. הלכתי וקיבלתי תמונות של התינוקת שלי. אמנם תמונות מפתולוגיה לפני הנתיחה אבל עדיין תמונות ואז ראיתי אותה ואת הפנים שלה. זה מאוד הרגיע אותי וזה עשה לי טוב. זה לא עשה לי רע. לאחר מכן הלכתי לקבר שלה ושנה אחרי שהיא נולדה נפרדתי ממנה בפעם הראשונה. היום הזה הוא היום שבו השתנו החיים שלי חזרה.

אורית: וואו.

רות: ממש ככה. יצאתי משם והרגשתי שירדה לי משקולת של טון מהלב. פתאום התחלתי לחזור לעצמי. פתאום התחלתי קצת יותר לשמוח. שנה שלמה הייתי בן אדם כבוי ופתאום התחלתי שוב לקבל את שמחת החיים שלי בחזרה. את האנרגיות שלי בחזרה, את העשייה. זה עשה לי מאוד מאוד טוב. אני יודעת שזה אינדיבידואלי וכל אחת והתגובה שלה לדברים. אבל מראש היה צריך לתת לי את הבחירה ולא להחליט בשמי.

אורית: אז הקמת לה מצבה?

רות: כן. לה ולתינוקות שקבורים יחד איתה.

אורית: כלומר היא לא קבורה לבד בתוך קבר.

רות: לא, היא קבורה בקבר משותף. אמנם, כל תינוק נקבר בתיבה נפרדת משלו וזה מאוד חשוב להסביר את זה לאנשים. כל תינוק מקבל את הכבוד הראוי שלו. אבל באותו מקרה זה היה בקבר משותף ויש שם עוד תינוקות. האמת היא שזה לא כל כך מטריד אותי במקרה הספציפי הזה.

אורית: ומה את כל שנה הולכת ביום השנה לקבר?

רות: כל שנה. ואני גם שמתני שם מצבה מאוד יפה שככה מנציחה את השמות של כל הילדים, לא רק את שלי.

אורית: בואי נספר גם שנולדה לך אחר כך תינוקת חמודה ובריאה והיה תהליך של הבראה.

רות: כן, ארבע שנים אחרי כן נולדה לי תינוקת, אחרי שבעצם עברתי את ההתמודדות שלי עם עצמי. זה באמת אושר מאוד גדול. חשוב לי להדגיש שכל אחת כבודה במקומה מונח. התינוקת שלי תיבדל לחיים ארוכים, היא לא באה במקום התינוקת שאיבדתי ומבחינתי יש לי ארבעה ילדים. שלושה בחיים ותינוקת אחת שלא בחיים. אבל אין ספק שהחוויה המתקנת הזאת של להגיע עוד פעם לבית יולדות והפעם לצאת בידיים מלאות הייתה משהו נפלא.

אורית: לגמרי. וגם אני חושבת, את עשית משהו מדהים כשאני ניסיתי להטמיע את הנוהל בקרב עובדי הקבורה והבנתי שיהיה צורך לעשות איזשהו חיבור רגשי וכדי לחבר אותם לחוויה של אישה כזאת, הזמנתי אותך. את עמדת מול כיתה של גברים חרדים, רוצה לספר קצת על החוויה הזאת?

רות: כן. קודם כל, תדעי לך שאני ממש שמחתי והתרגשתי שהזמנתם אותי. זה היה לי כ"כ חשוב להגיע לגורמים שמטפלים בקבורה ולהסביר להם את הצד שלנו. כי אני יודעת שגם אחרי שהנהל הזה יצא ואנחנו תכף נדבר עליו ומה הוא אומר. היה לי ברור שזה נוהל שהוא חידוש ושקצת קשה לקבל אותו. היה לי מאוד חשוב לבוא ולתת את הפן האישי ומתוך הסיפור האישי שלי להסביר למה העובדה שנותנים למשפחה להיות מעורבת בהליך הקבורה היא דבר שיכול להיות מבורך, טוב ועושה טוב ולא משהו שחלילה טראומתי.

אורית: אז אולי גם נסביר את הרקע לגישה שעודדה אישה להיפרד ולא להיות מעורבת בתהליך והיא נעוצה במצב התרבותי שהיה בימי קדם. אישה יכולה להיות בהריון 10-12 פעמים

ושרדו לה אולי חמישה, שישה תינוקות. בנוסף לכך, כשהיא הייתה בהיריון, היא לא יכלה לדעת האם יש לה בן, בת או תאומים. היום המצב הוא אחר.

רות: תהליך ההיקשרות הוא שונה.

אורית: נכון. היום קודם כל, אישה בהריון מצפה לסיים את ההיריון בשלום. היום יש ברוך השם, רק 0.5% לידות שקטות. וגם ההיקשרות נעשית הרבה יותר מוקדם בגלל הטכנולוגיה, האולטראסאונד, את כבר רואה את הפנים של העובר וההיקשרות נעשית בשלב מאוד מוקדם. ולכן הסמכות ההלכתית שפסקה כאן הבינה שיש שינוי של המצב ולכן אפשר לנשים שרוצות גם לנהוג אחרת.

רות: כן.

אורית: אז אולי באמת נספר מהו הנוהל היום ומה מתאפשר היום?

רות: כן, הנוהל היום הוא נוהל שבעיניי מאוד מבורך. הוא בעצם קובע לנשים שילדו לאחר שבוע 20 ולעוברים מעל חצי קילו שהקבורה תהיה בנוהל נפרד ושונה. התינוקות בעצם יקברו בחלקה ייעודית שנקראת "חלקת עוברים" שכל תינוק יקבר בנפרד בתיבה נפרדת משלו. זה לא חייב להיות קבר לבד, יכולה להיות חלקה משותפת, אבל כל תינוק נקבר במקום משלו.

ההורים, החלק שהכי חשוב בעיניי, להורים תהיה האפשרות לבחור את מידת המעורבות שלהם. הם יכולים לא להיות מעורבים בכלל וזה בסדר גמור. כל משפחה והגישה שלה, אין פה נכון ולא נכון, זה חשוב לי להדגיש. כי מה שנכון לי, לא בהכרח נכון לאחרים ואני לא רוצה שחלילה זה יתפרש ככה. אבל לכל משפחה יש את הזכות לבחור אם היא רוצה להיות מעורבת ועד כמה. אם היא רוצה רק לדעת באיזה בית עלמין זה יעשה או שהיא רוצה ממש להיכנס לפרטי פרטים ולהגיע, להיות נוכחת בטקס ולהיות נוכחת בקבורה. זה משהו שכל משפחה צריכה להחליט מה נכון לה.

אורית: גם חשוב להגיד שגם אם משפחה בוחרת לא להיות מעורבת, כן שמורה לה הזכות גם כעבור שנים לדעת היכן העובר קבור ואני מסכימה איתך כי גם אני פגשתי מאות של משפחות שחיפשו פתאום את העוברים או התינוקות הרכים מלפני שנים רבות. כנראה שבאמת זה משהו שסוגר מעגל וחשוב לתהליך הזה.

רות: אני גם בעצמי מקבלת פניות של בקשת עזרה. במקרים רבים, אורית, את עוזרת לי פה עם המידע הזה ואת עוזרת למשפחות לקבל את המידע הכל כך חשוב הזה של איפה נמצא התינוק שלהם גם אחרי הרבה שנים.

אורית: והחוויה שלך מול הצוותים הרפואיים בבתי החולים? גם שם הנוהל השתנה.

רות: כן, רואים היום שינוי משמעותי לעומת מה שהיה בעבר. אם בעבר אנחנו דיברנו על זה קודם, היו מקרים שלקחו נשים ושמו אותן במחלקת יולדות יחד עם יולדות שיש להן תינוק חי. היום הרגישות לנושא הזה התגברה. יש המון נכונות מצד הצוותים לסייע לנשים, להיות רגישים יותר. הם עוברים הכשרות, הם יודעים מה נכון ומה לא נכון. למשל, כל הקטע הזה של הפרידה. אני חושבת שהיום לרוב הנשים כן מציעים להיפרד. הן יכולות לבחור אם כן או לא, אבל נותנים להן את האופציה הזאת. דבר שלי לא ממש ניתן. שאלו אותי, אמרתי לא רוצה. אף אחד לא חשב אולי לשנות את דעתי גם לא אחרי שילדתי.

יש למשל בבתי יולדות רבים, יש חדר ששמור ללידות השקטות שאם מישהי עוברת לידה שקטה, אז דואגים לשים אותה בחדר בסוף המסדרון שהיא לא תשמע נשים אחרות יולדות, שהיא לא תשמע בכי של תינוקות שנולדו, שיהיה לה את האפשרות לקבל כמה שיותר שקט ורוגע. מתדרכים את הצוות. הרגישות יותר גדולה ואני חושבת שזה עושה הבדל מאוד גדול. גם בהחלמה של אותן נשים.

אורית: אולי כדאי גם שנזכיר שהיו עוד נשים שהיו שותפות לנהול שזו הייתה דוקטור תמר אשכנזי וחברת הכנסת, עליזה לביא, שליוו את התהליך הזה.

רות: נשים יקרות מאוד שבזכותן הנוהל הזה לא היה יוצא. כל ההתעקשות על הניסוח של הנוהל, ההגעה שלו ועליזה שעזרה לנוהל לצאת לפועל כי לצערי הרב הוא התעכב במשרד הבריאות במשך שנים.

אורית: כן, ללא ספק הנוהל הוטמע בקרב חברות הקדישא מהר יותר מאשר במערכת הבריאות.

רות: כן, יש לזכור גם שהיה נוהל שדיבר על הקבורה והוא כבר יצא ב-2014, רק שלקח זמן עד שהוא הוטמע. ויש נוהל של משרד הבריאות שדיבר על הטיפול באובדן הריון. הטיפול בקבורה הוא חלק מהנוהל הזה. היידוע, צריך ליידע את הנשים עוד בשלב בית החולים מה הזכויות שלהן.

אורית: אם אנחנו מדברות על אובדן הריון, אז אובדן הריון יכול לקרות גם בשבועות מוקדמים יותר משבוע 20.

רות: נכון.

אורית: ובשנה, שנתיים האחרונות נתקלנו בתופעה של נשים שעברו הפלה. זו לא לידה שקטה, זה מוגדר כהפלה לפני שבוע 20. וגם הן דרשו בעצם את אותם תנאים של נשים שילדו לידה שקטה. מה דעתך על הדבר הזה?

רות: וואי וואי. תראי, אני חושבת שאובדן הריון זה דבר קשה, נקודה. זה יכול להיות טראומתי מאוד גם אם האובדן מתבצע בשבועות ממש מוקדמים כי כל הריון הוא יקר ולכל הריון יש את הסיפור שלו. אבל אני כן חושבת שצריך להיות פה איזשהו קו. אני חושבת שחשוב מאוד להבין ואנחנו מאוד נאבקות על זה בעמותה שלנו, לעשות את ההפרדה בין הפלה לבין לידה שקטה כי יש לזכור שאישה שעוברת לידה שקטה היא כבר נמצאת בשלבים מאוד מתקדמים של ההיריון. שלבים שבהם התינוק הוא לא רק עובר בלתי מוחשי נקרא לזה, שרואים בתמונות באולטרסאונד. זה מישהו שבועט לך בבטן, מתגלגל לך בבטן, חי ושאת מרגישה שכבר יש לך בן אדם בגוף.

עובדה לראיה גם שמתבצעת פה לידה ולא הולכים לתהליך של הפלה או גרידה. כי רואים בן אדם שצריך לצאת איכשהו מהרחם והוא כבר גדול. ולכן אני כן חושבת שצריך לעשות איזושהי הפרדה. אני גם חושבת שמבחינת בריאות הנפש ואחרים יעידו על זה יותר טוב ממני. אבל יש באמת איזושהי הבחנה שצריך לעשות בין אובדן הריון בשלבים מוקדמים יחסית שהוא קשה והוא כואב, אבל צריך לדעת לצאת ממנו ולהמשיך הלאה בחיים, לבין מצב של אישה שיוולדת תינוק שהוא לא בחיים.

זאת חוויה שונה. זאת חוויה שונה כי את עוברת פה לידה. ולכן אני עם כל הכבוד ויש לי הרבה, הרבה אמפתיה לנשים שעוברות את האובדן. ברור לי שזו חוויה קשה, אני לא מזלזלת לרגע. אבל בלידה שקטה יש התמודדויות שונות.

אורית: אז בואי נסיים קצת בנימה אופטימית.

רות: כן...

אורית: ותספרי לי, אני יודעת שיש לך בלוג מאוד, מאוד מצליח. תספרי לי עליו קצת.

רות: אני אספר כי בעצם גם הבלוג הזה הוא איזשהו משהו שנולד מתוך הלידה השקטה כי אני אחרי הלידה השקטה החלטתי לעשות איזשהו שינוי בחיים שלי. עזבתי את העבודה והפכתי להיות עצמאית. פתאום היה לי זמן וקיבלתי את ההחלטות שלי שאני עושה את הדברים שעושים לי שמח על הלב. אחד מהם היה הבלוג שפתחתי שקראתי לו "שמח במטבח" כי רציתי שהוא יביא לי קצת שמחה לחיים. בלוג של מתכונים שעוסק בדברים שעושים לי את השמח. ואני מאוד גאה ומאוד שמחה לראות איך הוא הצליח ושגשג והיום הוא מגיע להרבה אנשים ואני מפיצה את החדווה הזאת של המטבח.

אורית: איזה כיף, איזה כיף לסיים בנימה חיובית ואופטימית ולדעת שיש חיים גם אחרי טראומה כזאת.

רות: כן, מאוד חשוב לי לומר את זה למי ששומעת פה או לבני המשפחה. הלידה השקטה השאירה בי טראומה מאוד גדולה ואני לא אכחיש שהשנה הראשונה שעברתי הייתה נוראית ואיומה והייתי במצב נפשי מאוד קשה. אבל יחד עם זאת, החיים ממשיכים ולמדתי עם הזמן כן לחיות עם האבל הזה ולהתמודד איתו ולחיות חיים טובים ומאושרים. זה הולך איתי לכל מקום, זה איתי. אבל אני באמת חושבת שצריך למצוא את הדרך לחיות ולהיות מאושרת עם כל הכאב כי חיים רק פעם אחת.

אורית: לגמרי, לגמרי. תודה, תודה רבה רות. הייתה שיחה מרתקת.

רות: תודה רבה לך אורית.

< מוזיקה >