

Pirmais bērniņš – gaidīts un mīlēts

“Ātrāk sāksim, ātrāk beigsim,” tā smeļoties par vaicājumu, kā ir kļūt mammai, kad tikai nedaudz pāri divdesmit gadiem, atbild

Emīla māmiņa **Laila Pastare (23)**, jauniešu žurnāla **Sīrups** galvenā redaktore. Arī Emīla tēvs **Aigars Pastars (27)** uzskata, ka abi jūtas pietiekami stabili, lai mazuļa ienākšana samērā jaunu vecāku ģimenē būtu nevis pārsteigums, bet gan gaidīts notikums.

Šūpulīša saruna ar Lailu un Aigaru norisinājās, kad mazajam Emīlam tikko bija apritējuši četri mēneši. Jaunajiem vecākiem tas šķiet itin krietns laika sprādis, jo pirmie mēneši nereti ir tie grūtā-

kurš vislabāk jutās uz mīlošās mammas rokām. Iespējams, māmiņa, kura gaida otro vai trešo mazuli, domātu un rīkotos savādāk, taču katrai ģimenei ir jāizdzīvo laiks, kad piedzimst

Sapratu, ka tad, kad bērns ir piedzimis un esi kļuvusi par mammu, **ar visu jātiek galā pašai** – vienalga kā

kie, it īpaši, ja ģimenē piedzimis pirmais bērniņš. Turklāt Emīla vecāki jau no paša sākuma bija apņēmības pilni, ka tiks ar visu galā saviem spēkiem. Gan Laila, gan Aigars ir kļuvuši par rīdziniekiem, bet viņu vecāki dzīvo patālu – Līvānos. Emīla vecvecāki nevar šad tad ienākt palūkot, kā Lailai ar Aigaru sokas ar mazuli aprūpēšanu. Kā jau lielpilsētā, arī bērnu ārsti ir tik daudz mazo pacientu, ka katram var veltīt tikai nepieciešamo laiku. Tā nu Laila un Aigars galvenokārt paļaujas uz sevi, savu intuīciju un – pats galvenais – mīlestību pret mazo atvasīti. Bieži vien tā arī pasaka priekšā, kā labāk tikt galā ar zīdāinīti, kuram, kā tas nereti gadās, pirmajos mēnešos diena bija sajukusi ar nakti un

pirmais bērniņš un rodas pirmā pieredze, pirmās atklāsmes.

Vai Emīls pieteicās kā iepriekš plānots bērniņš?

Laila: Ar vīru esam pazīstami jau piecus gadus, bet apprecējāmies pirms diviem gadiem. Par bērniņu bijām domājuši, tāpēc var teikt, ka Emīls bija plānots bērns. Taču bērnam īpaši negatavojāmies, uzskatu, ka jēdziens *bērna plānošana* vairāk attiecas uz tiem pāriem, kuriem ir problēmas ar bērna ieņemšanu.

Aigars: Mēs jutāmies pietiekami stabili, lai varētu parūpēties arī par mazuli. Tā kā es nesmēķēju, man nevajadzēja, piemēram, *atmest* smēķēšanu, lai bērns piedzimtu veselīgs. (*Smejas.*)

Laila: To, ka esmu stāvoklī, nojautu diezgan ātri. Īpaši pārsteigti ne viens, ne otrs nebijām. Sapratām, ka mūsu turpmākajā dzīvē kaut kas ļoti mainīsies. Zināju arī, ka man būs puisītis. Vīrs brīnījās, kā es par to varu būt tik pārliecināta. Kad ultrasonogrāfijā paziņoja bērna dzimumu, manas nojautas tikai apstiprinājās.

Kāds atmiņās palicis gaidību laiks?

Laila: Tas pagāja viegli, nejutu īpašus rīta nelabumus. Bērniņš pieteicās janvārī, bet vasara, kad jau staigāju apaļu vēderu, bija tik karsta, ka vienīgā nepatīkamā parādība – naktīs kājas rāva krampji. Tomēr līdz pat pēdējam brīdim biju ļoti aktīva. Strādāju līdz augusta vidum. Ar lielo vēderu kļuva jau grūti nosēdēt pie datora, taču man nemaz negribējās atstāt darbu. Kad pienāca dekrēta laiks, nezināju, ko lai bezdarbībā iesāk. Nesaprotu, ko citas topošās māmiņas šai laikā spēj sadarīt...

Vai dzemdībām iepriekš gatavojāties?

Laila: Iegādājos grāmatu *Bērniņu gaidot* un lasīju katru mēnesi, lai uzzinātu, kas ar mani un mazulīti notiek – kā viņš aug un attīstās. Gājām arī uz lekcijām Rīgas Dzemdību namā, lai varētu pieteikties ģimenes dzemdībām. Taču līdz pēdējam brīdim nezinājām, vai vīrs tiešām dzemdībās būs klāt. Ne viņš bija pārliecināts, ka to vēlēsies, ne arī es skaidri apzinājos, ka gribēšu, lai viņš būtu līdzās.

Nolēmām, ka rīkosimies tā, kā apstākļi noteiks, un arī vadīsimies pēc sajūtām. Tas, ka tomēr gribam ģimenes dzemdības, skaidrs tapa tikai tad, kas bērniņš pieteicās nākt pasaulē.

Aigars: Interesanti, ka Emīls piedzima tieši tajā datumā, kādu sākumā bija noteikusi ārste, – 28. septembrī. Vēlāk gan paredzēja, ka viņš varētu piedzimt nedaudz agrāk.

Laila: Žēl, ka pateica agrāku laiku, es tā gaidīju, gaidīju... Tomēr, kad 27. septembra naktī man sākās sāpes, pirmais, ko nodomāju – tikai ne tagad... Negribēju, ka tas varētu notikt naktī vai brīvdienās. Taču dzemdības sākās piektdienas naktī uz sestdienu, ap pulksten četriem ieradāties slimnīcā, un deviņos no rīta Emīls bija klāt. Dzemdības ilga septiņas stundas un piecpadsmit minūtes...

Laila: Rīgas Dzemdību namā

paņēmām paaugstināta komforta istabiņu, un tajā arī Emīls piedzima. Istabiņā bija speciāls dzemdību ķebļītis, nemaz nevajadzēja doties uz dzemdību zāli. Pirmo sāpju laikā varēju ieiet dušā. Viegli, protams, nebija, sāpes galvenokārt lokalizējās mugurā. Tā kā ūdeņi nenogāja, vecmāte izlēma pārdurt auglūdens apvalku. Tagad jau tās grūtības aizmirsušas.

Vai lekcijās apgūtais un grāmatās lasītais palīdzēja saprast, kas kurā brīdī notiek?

Laila: Biju jau lasījusi, kā sievietes attiecas pret dzemdībām, ka reizēm noraida iespēju tās stimulēt, lai viss norisinātos pēc iespējas dabiskāk. Taču es uzskatu, ka dzemdībās mediķi tomēr labāk redz un zina, kas notiek. Man tās bija pirmās dzemdības, maz ko no visa sapratu, tāpēc ļoti paļāvos uz vecmāti. Kā gan

es varētu iepriekš izlemēt, kā viss noritēs?! Tāpēc izvēlējos slimnīcu, kur zināju, ka nepieciešamības gadījumā sniegs palīdzību gan bērniņam, gan man. Mājdzemdības jau pirmajā reizē – to uzskatu par pārgalvību.

Ko jutāt brīdī, kad bērniņš bija klāt?

Laila: Kad Emīls piedzima, viņu noguldīja man uz vēdera. Zināju, ka tikko dzimis mazulis skaļi raud, taču vienalga biju izbrīnīta, kāpēc viņš tā raud... Es pat neredzēju viņa sejiņu, tikai muguriņu – izskatījās kā tāds mazs, mīļš kunkulītis.

Kas pirmajās dienās bija pats neskaidrākais, grūtākais?

Laila: Lielākais stress bija par krūtīm. Piena pirmajās dienās bija pārāk daudz, un krūtis kļuva cietas, veidojās bumbuļi. Nezināju, ko lai iesāk, zvanīju un



prasīju padomu mammai. Dzemdību namā man bija iedota grāmatiņa par krūts zīdīšanu. Izlasīju, protams, ieteikumus, kā bērns jāliek pie krūts, bet nepievērsu uzmanību nodaļai par problēmām, kas var rasties ar krūtīm. Un ne jau vienmēr izlasītos padomus var nekļūdīgi ievērot. Saprātu, ka tad, kad bērns ir piedzimis un esi kļuvusi par mammu, ar visu jātiek galā pašai – vienalga kā. Pēc dzemdībām neviens vairs klāt nestāvēs.

Bet pēc padoma pie mammas vērsāties. Vai tiešām nevēlējāties, lai pirmajā laikā mamma būtu līdzās un palīdzētu?

Laila: Uzskatīju, ka mums ar bērnu jātiek galā pašiem. Ja būtu lūgusi, mamma atbrauktu palīdzēt. Gan mani, gan Aigara vecāki dzīvo Līvānos. Viņi atbrauca mūs apciemot un pirmajos mēnešos vai katru dienu sniedza padomus patāruni. Man ir arī divas jaunākās māsas, kuras dzīvo Rīgā. Viņām tagad varu palūgt mazo uz brīdi pieskatīt. Visjaunākā māsa, Emīla krustmāte, studē medicīnu, tāpēc uz viņu jo īpaši varam paļauties.

Aigars: Pateicoties viņai, mēs ar Lailu varējām apmeklēt Ziemassvētku balli.

Emīls, kā noprātu, pirmajos mēnešos bijis ļoti prasīgs puisis...

Laila: Pirmie mēneši mums nebija viegli. Emīls bija sajaucis dienu ar nakti – dienā gulēja, bet naktīs bija nomodā. Nezināju, ko nozīmē, ka bērns paēd un gul, kā to stāsta citas mammas. Viņš tā nedarīja. Turklāt mazais neatzina savu gultiņu – tajā noguldīts, nemitīgi skaļi raudāja. Tāpēc pirmos mēnešus Emīls pavadīja un joprojām gul mūsu lielajā gultā. Tā vismaz naktīs varēju nedaudz atpūsties. Iemācījos viņu arī gulēt pabarot, jo puika izrādījās pasmags un, sēdus barojot, man bija grūti viņu noturēt. Dienās gan Emīls vairāk bija manās rokās.

Man arī nav tik stipri nervi, lai pieļautu, ka bērns ilgstoši raud. Izmēģinājām māneklīšus, pilna

māja ar dažnedažādiem, taču mazais tos atteicās pieņemt.

Es nevaru, kā citas mātes saka: "Sadusmojos uz bērnu un aizgāju uz otru istabu. Atstāju, lai viņš brēc!" Man tas šķiet āprāts – tik maziņu atstāt vienu pašu! Es labāk viņu ņemu rokās, jo, kad tad vēl varēšu viņu auklēt un mierināt? Ne jau tad, kad būs desmit gadus vecs...

Tēva iesaistīšanās pavisam maza zīdaiņša aprūpēšanā – daudzās ģimenēs tas ir diskutabls temats. Kas, jūsuprāt, nosaka to, ka tēvs pats vēlas iesaistīties šai procesā?

Laila: Elementāri – tas ir tavs

dzīvi līdz pašiem pamatiem. Kā tas ir jums?

Aigars: Vienīgais, kas mūsu dzīvē mainījies – agrāk paši bieži gājām ciemos, tagad vairāk nāk ciemos pie mums. (Smejas.)

Laila: Jau pirms Emīla dzimšanas teicu, ka bērnu visur ņemsim līdzi, un mēs nebaidāties to tagad darīt. Nereti nedēļas nogalēs visiem kopā nākas mērot arī garo ceļu līdz vecākiem Līvānos. Mazuli tur ļoti gaida. Emīls ir bagāts – ar divām vecmāmiņām, diviem vectētiņiem un pat vecvecmāmiņām un vecvectētiņu.

Aigars: Ja nopietni, dēla pie-

Emīls ir bagāts – ar divām vecmāmiņām, diviem vectētiņiem un pat vecvecmāmiņām un vecvectētiņu

bērns un tev par viņu jāuzņemas atbildība. Manuprāt, tas nav godīgi, ja visas rūpes gulstas tikai uz mātes pleciem. Es protestētu, ja tāda situācija rastos. Ar Aigaru mums nav domstarpību, viņš ļoti daudz palīdz.

Bet nereti tēvi teic, ka viņiem jāizguļas, jāpelna nauda ģimenes uzturēšanai...

Aigars: Arī mammas pelna! Mums paveicās, ka, Emīlam piedzimstot, tika atcelti māmiņalgas griesti. Lai gan mūsu gadījumā izdevīgāk, ka bērna nauda tiek rēķināta no manas algas. Dienās, kad pabalsts tiek ieskaitīts, es to pārskaitu uz sievas kontu – tā taču ir viņas nopelnītā nauda! Es pat biju pārsteigts, cik daudz naudas saņēmām pirmajā reizē pēc bērna piedzimšanas; daudz mazāk nebija arī otrajā reizē. Nebijām pat domājuši, ka mums tas viss pienākas. Bet tas ir tikai godīgi! Nodokļos esmu maksājis ļoti lielas summas, tagad redzu, ka valsts to reāli ir novērtējusi.

Bērniņa ienākšana ģimenē to-mēr ir ļoti nozīmīgs notikums, kas nereti maina iepriekšējo

dzimšana manā dzīvē daudz ko mainījusi. Esmu pārdevis savu iepriekšējo biznesu, esam pārcēlušies uz citu dzīvesvietu un uzsākuši ģimenes mājas būvniecību.

Laila: Nākotnes plānu mums tiešām netrūkst. Arī es vēlos atgriezties darbā, kad vien tas būs iespējams. Emīla ierašanās tikai vairojusi mūsu apņemšanos nostabilizēties gan kā ģimenei, gan kā personībām. ♥

Vineta Vizule

Foto:
no ģimenes arhīva

