



# FÖDELSE VRÅLET

**Min kropp. Mitt barn. Mitt val.**

# Därför är delaktighet viktigt

Min kropp. Mitt barn. Mitt val.

"Narkosläkaren kom så fort  
som möjligt.  
Efter FYRA TIMMAR."

————— Aisha



Min kropp. Mitt barn. Mitt val.

"Jag känner en stark vanmakt över att  
jag som vuxen, intellektuellt kapabel  
människa inte längre får bestämma  
över min egen kropp."

————— Sofia



Min kropp. Mitt barn. Mitt val.

"De sa att vaginal förlossning var bäst för  
mig. Det slutade med sfinkterruptur och  
förlossningsdepression."

————— Linda



## DELAKTIGHET SKAPAR TRYGGHET

---

Är delaktighet synonymt med  
VALFRIHET?

**JA**

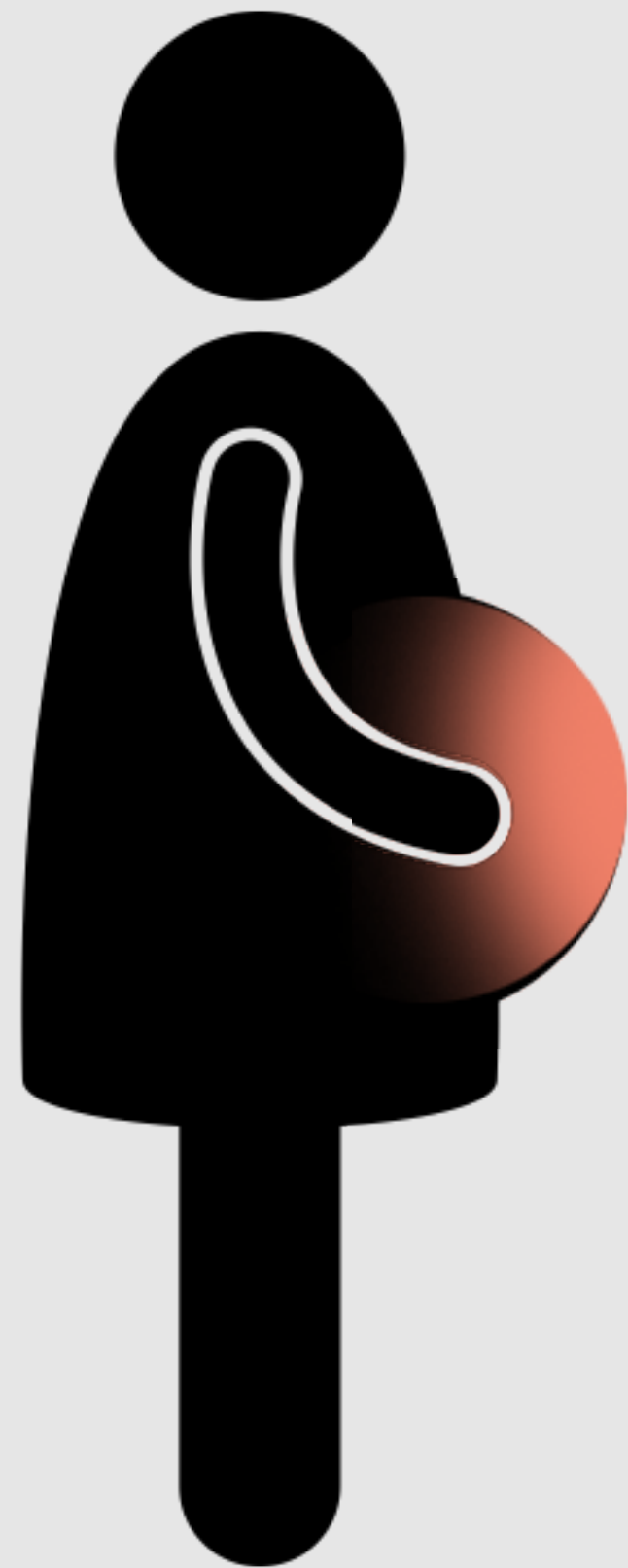
---



## Konsekvenser när den födande inte upplever delaktighet

- Psykiskt lidande innan/under graviditet. Under/efter förlossning
- Ångest, stress, oro
- Fysiska skador
- Dålig start för den nya familjen
- Kostnader för både individ och samhälle

# Vi anser att



- lyssna på den födande
- man måste börja väga in de mjuka värdena
- födande måste få opartisk och välgrundad information
- det behövs ökad valfrihet
- det behövs nationella riktlinjer
- familjeperspektivet ska vara centralt
- alla födande följs upp genom en 1-timmes reform
- det behövs en helhetssyn kring kostnader för familjen



## Detta leder till

- en bättre dialog mellan födande och vårdpersonal
- färre kejsarsnitt
- färre förlossningsskador
- tryggare och gladare föräldrar
- en värdig start för nya familjer
- på sikt mindre kostnader för samhället
- en tryggare och mer human förlossningsvård

Min kropp. Mitt barn. Mitt val.

”10 år senare slöts cirkeln och jag fick någon slags upprättelse. Jag är övertygad om att min upplevelse vid den första förlossningen inte hade behövt bli ett övergrepp.”

————— Anonym

