

## ПРЕДИСЛОВИЕ

**Д**о рождения детей я считала, что материнство у меня в крови. Как у всех женщин нашей планеты. Смотря фильмы и сериалы, я представляла все в розовых красках с единорогами и радугой. Я верила, что там одно сплошное счастье и больше ничего. Наивная...

Первые пару лет материнства были похожи на плохо продуманный триллер. Ты едешь непонятно куда, запертая в багажнике, и с каждой минутой фильма ситуация только усугубляется. Вот рядом кто-то начинает орать, при этом у тебя болит грудь, нечем дышать, и ты вдруг понимаешь: машина летит в пропасть. И почему никто об этом не предупредил? Где обещанная радуга и горшочек с золотом?

В роли мамы я уже больше шести лет, у меня двое прекрасных детей, я их безумно люблю. Но если кто-то спросит: «Как это — быть мамой?» — сомневаюсь, что смогу ответить. Ведь я все еще не в силах в это поверить, свыкнуться с мыслью: «я МАМА». Да и, наверное, материнство у каждого свое, поэтому сложно сравнивать. Но вот чувства и эмоции, которые мы испытываем, часто совпадают. Особенно те, о каких не принято или тяжело говорить вслух. И особенно в первый год материнства.

За эти шесть лет я прошла через море счастья, меня накрывало лавинами депрессивных состояний и слез, я плакала, свернувшись на коврике в ванной и понятия не имея, что меня ждет дальше. Но хочу сказать, что теперь я наслаждаюсь материнством. Сыну сейчас шесть, а дочке четыре. И с ними уже намного легче и интереснее, чем было раньше.

Во вторую беременность я начала рисовать комиксы и вести свой блог. Это спасло от полного выгорания и обеспечило огромную поддержку от других мам. Ты понима-

ешь, что проходишь через это не одна, что ты нормальная. А навязанный образ из социальных сетей — это просто красивая картинка, которая не соответствует действительности. С тех пор я не переставала рисовать и рассказывать о том, что переживаю в данный момент. Мне хотелось показать реальность, но не со стороны «смотрите, как мне плохо!» Наоборот, найти в этом юмор и суметь посмеяться над ситуацией. И смотрите, доросла до книги! Не верится!

Я не собираюсь вас пугать или чему-то учить. Здесь вы не найдете заумных речей и наставлений. Я просто хочу рассказать свои личные истории о материнстве. Как подруге за чашкой чая или чего покрепче. Сидя ночью на кухне, так, чтобы никто не отвлекал и не трогал. Ведь в декрете этого очень не хватает. И так хочется разделить с кем-нибудь свои мысли и чувства, стать услышанной, понятой и хоть немного отвлечься от истерик и бытовухи. Осознать, что весь этот кошмар творится не только в твоей жизни. И ты не обязана каждую минуту каждого дня испытывать счастье материнства в чистом виде.

Ну что ж, начнем с самого начала.

Тебе кажется, что после беременности и родов все самое худшее останется позади. Наконец перестанет сводить ноги, не придется бегать в туалет каждые пять минут и передвигаться по квартире как беременный бегемот. Ты так хочешь увидеться со своим милым малышом. Дождаться, когда тот, кто вечно пинал тебя под ребра, особенно по ночам, окажется в твоих любящих руках. А впереди вас ждут дни, полные любви и отдыха. В минутах и часах наслаждения друг другом.

Ах, как бы не так...



## ХОЧУ РЕБЕНКА

**Д**ля того чтобы у вас сложилась полная картина того, как я видела материнство и как к нему пришла, начну с момента встречи со своей второй половинкой.

С мужем мы познакомились через «Совпад» (приложение во «ВКонтакте»), где, читая ответы собеседника, ты мог выбрать себе пару. Мы год переписывались, он иногда присылал мне разные мемы и шутки, но тогда и он и я были в отношениях. Потом одновременно они закончились, и мы решили встретиться. Мне было 19, а ему 21. Через четыре с небольшим года после первой встречи мы поженились. Переехали в новую квартиру и начали жить вдвоем.

Все было скучно и обычно. Работа, учеба и вечера перед телевизором с пачкой чипсов. Мы оказались типичными домоседами и никуда не выбирались. Примерно после года такой идиллии я захотела вывести наши отношения на новый уровень. Мне ведь почти 24 года! Пора! Мама в это время уже ждала меня, чем я хуже? Я тоже хочу такое счастье. Муж согласился, и мы начали попытки забеременеть. Я ходила на осмотры к гинекологу, рассчитывала овуляцию. Лежала по десять минут с задранными к потолку ногами, стараясь обмануть гравитацию. Но ничего не происходило. Когда прошло 7 месяцев таких попыток, я все еще была уверена, что вот-вот получится. Но очередной тест опять был отрицательным, и месячные начинались день в день. Я рыдала в туалете, чувствуя свою никчемность. Я заиклилась на этой идее, все мысли были только об одном. Вокруг я видела счастливых беременных, которые меня жутко раздражали. Ну почему, почему у них получилось, а у меня нет? В то время я не думала о том, что у каждой из них своя история, а видела только итог — хорошенький животик и счастливое выражение лица.

И вот когда я решила, что рожать зимой не хочу, полностью отпустила ситуацию, начала планировать летний отдых и отстала от мужа, у меня случилась задержка.

Спустя два дня, в свой день рождения я сделала тест и увидела такие заветные две полоски. Я была на седьмом небе от счастья. Растолкала мужа и сказала, что он станет папой. Он «уткнул» и повернулся на другой бок досматривать сон, более интересный, чем эта новость.

На следующий день я поехала на платный осмотр гинеколога и УЗИ, чтобы все точно узнать, проверить, и впервые увидела эту маленькую горошинку. Результат положительный — Я БЕРЕМЕННА! Это наконец произошло. Буквально за неделю были установлены всевозможные приложения по беременности, куплено с десятков книг, и я начала заглядываться на крошечные детские вещи. Меня было не остановить.





Я записалась на прием в женскую консультацию — мне сказали прийти на 11-й неделе, чтобы завести карту, а еще дали кучу направлений на анализы. Потом я исправно все сдавала и ходила к врачам. У меня не было токсикоза, изжоги и других проблем. Говорят, беременные светятся счастьем, вот я была именно такой. Единственное, что меня раздражало, — это судороги ног по ночам и вечные позывы к мочеиспусканию. Но это уже начиная с шестого месяца. А до тех пор я надевала платья и гордилась своим животиком. Правда, иногда у меня шалили гормоны и я плакала без особых причин.

Ближе к декабрю я уже ничему не радовалась и напоминала дирижабль на ножках. Пришлось искать куртку огромных размеров, чтобы она застегивалась на моем пузе. Магазины для беременных предлагали просто ужасные модели, в которых мне было бы стыдно ходить. Правда, после 30-й недели, уйдя с работы в законный декрет, я выходила только на прием к гинекологу, и то не всегда. И как бы ни советовали беременным гулять побольше, я не любила морозы и выбирала лежать под одеялом. Надеюсь, что рожу этак на 38-й неделе. Ну в крайнем случае на 39-й. И даже невзирая на то, что мой живот опустился на 34-й неделе, сын решил сидеть до последнего...

В декабре, на 38–39-й неделе, по ужасной погоде я отправилась на очередной прием к гинекологу. Через парк на остановку. В кармане «баночка анализов». Ветер был ледяным, все лужи замерзли и превратились в сплошной каток, который в 7:30 утра еще никто не успел посыпать песком. Я шла аккуратно, но все равно не удержалась на льду и упала на бок и правую часть живота. Было больно, и я очень испугалась — ведь срок уже нешуточный. Порыдала, лежа в темноте в парке, еле поднялась и поплелась дальше. Сын притих. Добралась до врача, сквозь слезы рассказала обо всем, что случилось. Меня срочно повели на УЗИ, посмотрели и успокоили — все хорошо. С сердца будто упал камень. Ведь в воображении я уже представляла самые страшные картинки.

Беременность далась мне не слишком легко, и я очень ждала встречи со своим малышом. Думала, что полностью к этому готова: столько всего прочитала, посмотрела и за-конспектировала. Сейчас об этом даже смешно вспо-минать.

## ПОРА РОЖАТЬ

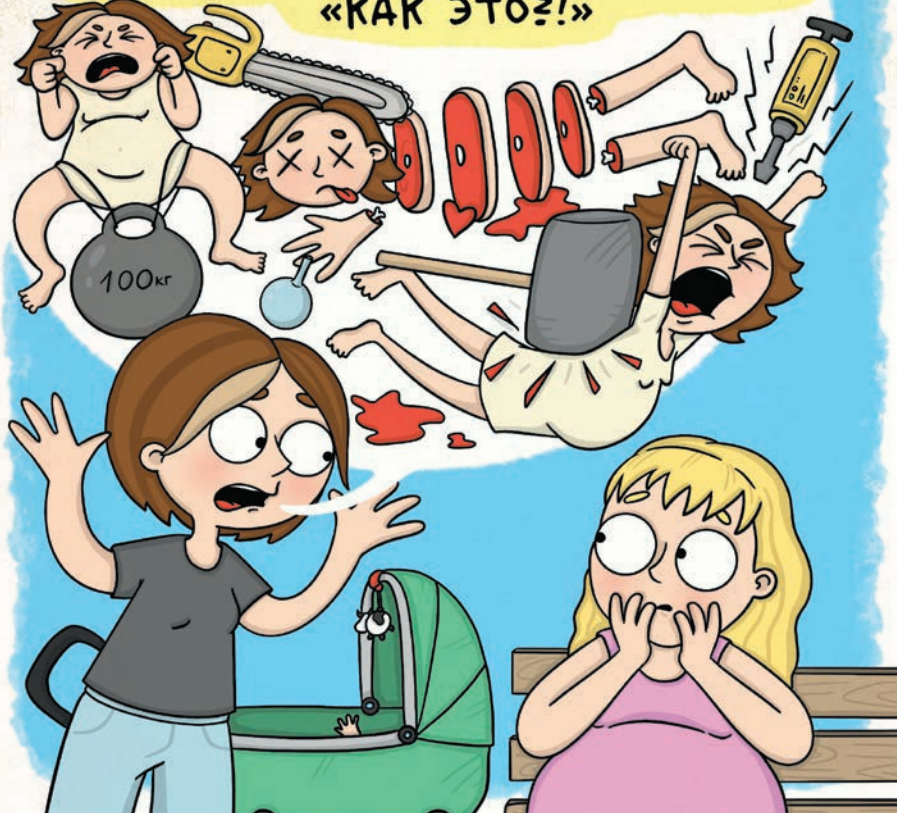
**П**ервых месяца два после этого самого важного и ярко-го события в моей жизни, перевернувшего все с ног на голову, я могла любую тему свести к разговору о родах. Мне так хотелось сравнить себя с другими родившими, услышать, как это было у них, и, конечно, рассказать самой о пережитом опыте.

Я очень боялась родить в дороге или дома. Живот уже давно опустился, тренировочные схватки мучали с 37-й недели. Муж волновался больше меня и, будь его воля, отвез бы меня в роддом сразу после первой такой схватки. Но я отходила 41 неделю и три дня. С 40-й недели лежала в рододовом отделении. И вот уже скоро мне должны были дать таблетку, вызывающую родовую деятельность. Тогда я решила, что сына пора выгонять, и начала ходить по коридору взад-вперед, подниматься по лестницам. Я даже спортом в палате занималась. Представляете глаза соседок? В один из дней утром почувствовала легкое потягивание вниз и с 7 утра начала засекать периоды. К середине дня потягивание стало сильнее. Я пообедала, так как понимала, что впереди меня ждет не самое простое дело, и пошла к медсестрам. Меня осмотрели — раскрытие «два пальца». Подготовили к родам, отправили в душ, сделали клизму — все как полагается и во всех красках. Перевели в родовое отделение. Становилось больно, но я ожидала худшего. Там я ходила по коридору, прыгала на фитболе, заглядывала в соседние палаты. По знакомству мне выделили отдельную родовую, где была только я одна (о чем в дальнейшем пожалела).

Процесс шел медленно, и, чтобы его ускорить, мне прокололи амниотический пузырь. И вот тут-то понеслось, вот где было веселье. Казалось, что мои позвонки крошат кувалдой. Я пробовала и горячий душ, и опять фитбол, но лежать и вдавливать в кровать было легче всего, хотя я думала, что сломаю железные поручни. Мне предложили эпидуральный наркоз, но нет, я же сильная, я справлюсь.



НЕ СПРАШИВАЙТЕ У РОЖАВШИХ —  
«КАК ЭТО?!»



Через шесть часов такого ада начались потуги. И именно в этот момент все врачи оказались заняты сложным случаем — у девушки в соседней палате открылось кровотечение.

Мы с ней были в одной палате в родорodовом отделении, она поднялась в родовую часа на четыре раньше меня. В этот момент я осталась одна и звала: «Хоть кто-нибудь! Я рожая!» Шепотом, в перерывах между сильными схватками, я просто умоляла, чтобы в палату хоть кто-то заглянул. Ведь меня уже положили на кресло и даже ноги раздвинули. Больше всего я боялась, что сына



никто не поймает. Забежала медсестра, посмотрела, утешила и снова убежала (видимо, звать врача, так как уже было «вот-вот»). Спустя минуту примчалась врач, и мне разрешили тужиться. Было ощущение, что я стараюсь пропихнуть через то самое место шар для боулинга. В итоге все пошло не так, как должно было, и сын застрял. Чтобы я не порвалась во все стороны при следующей потуге, меня аккуратно разрежали (сделали эпизиотомию). И вот ребенок в руках врача, медсестра быстрым движением перерезала пуповину и унесла малыша. Он пару раз пискнул и замолчал. Все начали бегать вокруг. Одна из медсестер спросила: «Что, не дышит?» У меня потемнело в глазах: это было самое страшное, что может услышать родившая женщина. Но врач ее отругала: «Что ты такое говоришь! Хорошо все, просто он тихий и спокойный».

Сына запеленали и положили на стол, а мне предстояло родить плаценту и пережить зашивание. Плацента была порвана и вышла не вся, поэтому мне пришлось перенести еще и чистку. Я будто джекпот собрала (хотя знаю, что бывают роды намного хуже). Я смотрела на сына, на этот маленький комочек счастья, и не верила, что все позади. А он спокойно лежал напротив и через глаза-щелочки молча поглядывал на меня.

После того как все закончилось, я должна была еще пару часов провести в родовой. Мне принесли сладкого чая и блинчик со сгущенкой — это было первое, что я ела после обеда, — приложили ребенка к груди и только ближе к полуночи перевели в послеродовую палату. Пока меня везли на каталке с сыном в ногах, я улыбалась как сумасшедшая. Или как наркоман в бреду (после пережитого это неудивительно). Медперсонал меня поздравлял, хвалил, все говорили, что по мне видно, как я счастлива появлению ребенка. А я радовалась тому, что больше не испытываю адских болей и это все наконец-то позади.

Не представляю, как ходят в схватках сутки и даже больше — у меня этот процесс занял 13 часов, но и они показались мне вечностью.

Я наивно полагала, что меня ждут только легкие и приятные дни с моим золотым малышом. Ведь я так долго этого ждала. Ребенок — это же так круто, все страшное закончилось, и впереди тот самый горшочек с золотом на конце радуги. Но, как оказалось, в этом горшочке было немного другое... К материнству во всей его красе невозможно подготовиться заранее. И ты никогда не поймешь, как это, пока не станешь мамой. А кроме того, все дети разные, и если одним быть мамой легко, то другие проходят через все круги ада.