

- ⇒ ťažké poruchy menštruačného cyklu
- ⇒ zvýšené riziko rakoviny prsníka

#### **Kto je obeťou potratu?**

- ⇒ dieťa
- ⇒ matka
- ⇒ otec
- ⇒ ďalšie deti (väzbové ťažkosti medzi matkou a ďalšími deťmi; deti často bývajú agresívne voči matkám)
- ⇒ celá rodina

#### **Dopad potratu na otca**

Pri 95 % zo všetkých prípadov hlavnú úlohu pri rozhodovaní o potrate zohráva otec dieťaťa. (*Elliot Institute, USA*)

Výpovede mužov po potrate hovoria o tom, že muži prežívajú tiež vážnu traumu a reakcie s tým spojené. Prežívajú depresie, ktoré sa často prejavujú zúrivosťou, podráždenosťou, inklinovaním k alkoholu, drogám a pornografii.

#### **Potrat často vedie k rozvodu!!!**

#### **Kde hľadať pomoc**

Uzdravenie prichádza po zmierení medzi ženou, Bohom (ak je žena veriaca) a jej potrateným dieťaťom. Je dôležité odpustiť sebe i ľuďom, ktorí sú spojení s potratom, a tiež poprosiť dieťa o odpustenie a dať mu meno. Zmierenie dáva žene (alebo aj mužovi) povolenie žaliť otvorene nad jej (jeho) stratou, mať právo na žiaľ v tejto strate, a umožňuje tým, ktorí majú náboženskú vieru stať sa prijímateľom Božieho uzdravenia a milosti.

Poradenstvo týkajúce sa postinterrupčného zranenia je dielo Božej milosti, pretože volá po pochopení skutku (interrupcie) a volá po uzdravení bolesti, s ktorou sa zranení stretajú.

#### *Žalm 51*

#### **Bože, stvor vo mne srdce čisté.**

Zmiluj sa, Bože, nado mnou pre svoje milosrdenstvo a pre svoje veľké zľutovanie znič moju nepravosť.

Bože, stvor vo mne srdce čisté a v mojom vnútri obnov ducha pevného.

Neodvrhuj ma pred svojej tváre a neodnímaj mi svojho ducha svätého.

Navráť mi radosť z tvojej spásy a posilni ma duchom veľkej ochoty.

Poučím blúdiacich o tvojich cestách a hriešnici sa k tebe obrátia.

#### **Bože, stvor vo mne srdce čisté.**

***Ak emocionálne trpíš po potrate a potrebuješ pomoc, nevieš sa vyznať v tom čo prežívaš alebo sa chceš len porozprávať, ponúkame Ti túto možnosť cez individuálne alebo skupinové stretnutia prostredníctvom Projektu Ráchel (službu psychologickej a pastoračnej starostlivosti po potrate).***

***Pripravujeme program víkendových stretnutí s názvom Ráchelina vinica – cesta emocionálneho a duchovného uzdravenia z rán po potrate ako ho pripravila psychologička s bohatými skúsenosťami v tejto oblasti Theresa Burke, PhD. Pre bližšie informácie sledujte stránku [www.rachel.rodinabb.sk](http://www.rachel.rodinabb.sk).***

Nájdeš nás v Diecéznom pastoračnom centre pre rodinu, Kapitulská 21, 97401 Banská Bystrica

Pre kontakt s poradcami v tejto problematike v iných mestách pozri našu stránku.

Telefón: **0911 911 794**

E-mail: **rachel@rodinabb.sk**

**[www.rachel.rodinabb.sk](http://www.rachel.rodinabb.sk)**

**[www.rodinabb.sk](http://www.rodinabb.sk)**



## **Potrat problém nevyrieši, potrat problém prehĺbi!**



### **O bolesti a dôsledkoch potratu...**

**(Určené širokej verejnosti a ľuďom, ktorí chcú ženám s postabortívnym syndrómom pomáhať)**

Je prirodzené žiaľť kvôli strate niekoho, koho poznáme. Tehotenstvo je čas kedy sa žena najviac cíti byť ženou. O tehotenstve sa vždy zvykne hovoriť s úctou, tehotenstvo vždy znamená „bábätko“. Tieto vnímané presvedčenia a pocit hanby a viny, súvisiaci s ukončením tehotenstva, spôsobujú bolesť, výčitky, traumy... **Interrupcia sa hlboko dotýka identity ženy, jej materstva.**

Rovnako ako spontánny potrat alebo narodenie mŕtveho plodu, aj interrupcia znamená smrť dieťaťa. Existuje oprávnený dôvod na smútok a žiaľ. Bez uznania tejto skutočnosti nastáva hlboké zranenie.

Austrálsky psychiater Dr. E. Seal, M.A., D.P.M., F.R.A.C.P, F.R.A.N.C.P. hovorí o tomto probléme:

**„Postabortívny (postinterrupčný) syndróm je oneskorený alebo pomaly sa rozvíjajúci chronický syndróm žiaľu.“**

Psychologička Theresa Burke, PhD. (USA) definuje tento problém ako **posttraumatickú stresovú poruchu** so svojimi charakteristickými znakmi. Je to psychická porucha, ktorá vyplýva z traumatizujúceho zážitku (vojna, zemetrasenie, prepád, atď.) PTSP ovláda normálne obranné mechanizmy človeka, ktoré mu umožňujú racionalizáciu, emocionálny odstup od udalosti.

### **Spustenie postabortívneho syndrómu**

Následne po interrupcii a zvyčajne okamžitom pociť ťľavy (kvôli ukončeniu vnímaných problémov) nastáva obdobie negatívnych reakcií a správania. Toto obdobie môže trvať krátko alebo aj celý život.

Postabortívny syndróm môže byť spustený narodením „chceného“ dieťaťa alebo inými okolnosťami, ako sú:

- ⇒ ťľazkosti s počatím
- ⇒ spontánny potrat
- ⇒ narodenie v rodine
- ⇒ smrť v rodine

- ⇒ u dieťaťa kamarátky maturita, svadba
- ⇒ stretnutie s otcom dieťaťa (v prípade odlúčenia)
- ⇒ zvuk vysávača
- ⇒ návšteva gynekológa
- ⇒ pohľad na tehotnú ženu
- ⇒ dátum pôrodu
- ⇒ Deň matiek
- ⇒ koniec reprodukčného života

### **Postabortívny syndróm sa vyznačuje týmito príznakmi (symptómami):**

- ⇒ dátum pôrodu
- ⇒ depresia
- ⇒ ustavičný pocit hanby a viny
- ⇒ výčitky svedomia
- ⇒ strata sebaúcty
- ⇒ osamotenosť, odcudzenie
- ⇒ prenikavý smútok
- ⇒ úzkosť
- ⇒ ťľazkosti vo vzťahoch
- ⇒ väzbové ťľazkosti s nasledujúcimi deťmi
- ⇒ vyhýbanie sa bábätkám
- ⇒ sexuálne dysfunkcie
- ⇒ zvýšené emocionálne odozvy
- ⇒ samovražedné sklony
- ⇒ drogová a alkoholická závislosť
- ⇒ poruchy príjmu potravy
- ⇒ vážna popôrodná depresia
- ⇒ opakované potraty
- ⇒ problémy so spánkom, nočné mory
- ⇒ problémy so sústredením
- ⇒ nadmerná ostražitosť, vyľakanosť
- ⇒ výročný syndróm – silné znepokojenie pri očkávanom dátume pôrodu alebo pri výročí potratu

**Stres spôsobený interrupciou je skutočne deštruktívny a vážne ohrozuje duševné zdravie žien.**

### **Kto je najviac v ohrození**

Teoreticky je postabortívny syndróm ohrozená každá žena. Či sa u nej PAS prejaví závisí od okolností, v ktorých sa nachádza, od jej morálnych hodnôt a od osobnosti ženy. Iste skupiny žien sú však viac ohrozené:

- ⇒ Ženy, ktoré podstúpili interrupciu kvôli zdravotným dôvodom alebo abnormalitám plodu. (*Chcené deti.*)
- ⇒ Ženy s ťľazkosťami vo vzťahu
- ⇒ Mladistvé ženy, ktoré nemajú deti
- ⇒ Ženy, ktoré cítia, že boli donútené k interrupcii
- ⇒ Ženy, pre ktoré potrat znamená konflikt hodnôt
- ⇒ Ženy, ktoré sa rozhodnú pre interrupciu vo vyššom štádiu tehotenstva
- ⇒ Ženy, ktoré už niekedy podstúpili interrupciu
- ⇒ Ženy, ktoré idú na potrat kvôli kariére
- ⇒ Ženy s vážnymi problémami sebaúcty, labilné
- ⇒ Ženy so skúsenosťami sexuálneho zneužívania v minulosti

### **Kedy sa postabornívny syndróm prejaví?**

U mladistvých žien takmer hneď po zákroku, u niekoho sa môže prejavíť po niekoľkých mesiacoch, rokoch, niektoré ženy trpia psychickými poruchami celé desaťročia a nepripustia, že ich ťľazkosti by mohli byť spustené interrupciou. U niekoho sa objavia výčitky a strach možno až na smrteľnej posteli. Skúsenosti sú však také, že každá žena aspoň raz v živote ľutuje svoje rozhodnutie...

### **Zdravotné riziká potratu**

- ⇒ poškodenie maternice alebo krčka maternice
- ⇒ nekontrolovateľné krvácanie
- ⇒ zápaly, zrasty
- ⇒ spontánne potraty a predčasné pôrody v ďalšom tehotenstve
- ⇒ neplodnosť