

Maybe
Baby

Rozmawiam
z partnerem

#MaybeBaby to inicjatywa realizowana w ramach kampanii edukacyjnej "Planujemy nowe życie", mająca na celu wsparcie kobiet, które mogą czuć się zagubione po zdiagnozowaniu u nich łuszczycy. Intencją kampanii jest zachęcenie osób chorych na łuszczycę do otwartej rozmowy z lekarzem prowadzącym na temat rodzicielstwa.

U podstaw inicjatywy **#MaybeBaby** leży przekonanie, że zgodnie z obecną wiedzą medyczną, kobiety chorujące na łuszczycę mogą zaplanować macierzyństwo, które nie oznacza konieczności rezygnacji z leczenia.



Zacznij od tego, że chciałabyś zostać mamą

Sięgnij pamięcią do momentu, w którym poczułaś, że to dobry czas, abyście zostali rodzicami. Powiedz, jakie pozytywne emocje towarzyszą Ci w związku z tym pragnieniem. Opowiedz jak dziś postrzegasz siebie w chorobie – czy akceptujesz swój wygląd i to, jak ciąża może zmienić Twój stan zdrowia. Pomyślcie wspólnie, jakie cechy Waszych charakterów sprawiają, że będziecie dobrymi rodzicami, którzy obdarzą dziecko miłością i zapewnią mu wszystko, co najlepsze. Opowiedz, co jest dla Ciebie najważniejsze w byciu rodzicem.



Otwarcie powiedz, jakiego potrzebujesz wsparcia

Jeśli chcesz, aby Twój partner towarzyszył Ci podczas wizyty u lekarza – poproś go o to. Jeśli wolisz, aby pomógł Ci w przygotowaniu się do rozmowy – wypiszcie wspólnie pytania, które chcecie mu zadać. Jeśli najbardziej pomocne będzie odciążenie Cię na chwilę od myśli o macierzyństwie i relaks – zaplanujecie wspólny aktywny dzień – spacer, kolacja w ulubionej restauracji, czy wyjście do kina lub teatru. Pamiętaj, że w każdej sytuacji warto prosić o pomoc. Kluczem jest tak zdefiniowanie swoich potrzeb, aby były one jasne i zrozumiałe dla drugiej strony.



Podziel się swoimi wątpliwościami i nurtującymi pytaniami

Nie bój się poruszać tematów trudnych. Wypowiedz na głos wszelkie pytania, które sobie zadajesz: czy mimo terapii możesz bezpiecznie planować ciążę? Czy będziesz mogła kontynuować leczenie? Czy będziesz mogła karmić piersią? Opowiedz szczerze, czego się obawiasz w kontekście macierzyństwa i swojej choroby. Czy boisz się, że Wasze dziecko również będzie chore? Czy będzie akceptowane przez rówieśników? Czy boisz się, że Twój partner będzie miał problem z zaakceptowaniem chorego dziecka? Czy odnajdzie się w roli ojca dziecka chorego na łuszczycę?

Pamiętaj, że to naturalne, że masz obawy. Nie oznacza to, że będziecie złymi rodzicami. Lęk zazwyczaj towarzyszy niewiedzy dlatego warto szukać rzetelnych i sprawdzonych informacji.



Ustalcie dalsze kroki

Powiedz swojemu partnerowi, jak chciałabyś, aby zaangażował się w planowanie rodzicielstwa. Porozmawiajcie o tym, co czeka Was w najbliższym czasie i jakie kroki musicie podjąć, aby być gotowym na przyjęcie dziecka do Waszego życia. Zaproponuj, abyście wspólnie podjęli wyzwanie zdrowego odżywiania się i dbałości o aktywność fizyczną. Pamiętajcie, że nie od razu po podjęciu decyzji o dziecku, zostanieie rodzicami – na to szczęście czasami trzeba trochę poczekać. Jeśli uważasz, że nie jesteście gotowi, aby już teraz myśleć o macierzyństwie – zastanówcie się, jak powinniście wspólnie przygotować się do tej roli.

Organizator

AF AMICUS
FUNDACJA
ŁUSZCZYCY I ŁZS

Patronat

UNIA
Stowarzyszeń
CHORYCH
na ŁUSZCZYCĘ
i ŁZS

Dowiedz się więcej na www.maybebaby.info