

Jak przygotować się do porodu?

drogami i siłami natury lub drogą cięcia cesarskiego



Jak wygląda przyjęcie do szpitala?

- Podczas przyjęcia zebrany jest **wywiad położniczy i lekarski** - możesz się przygotować na pytania spisując najważniejsze informacje (patrz strony 5 i 6). Niezwykle istotne jest, aby wszelkie dokumenty dotyczące ciąży znajdowały się w jednym miejscu - stres i emocje spowodowane zbliżającym się porodem mogą sprawić, że coś ważnego nie zostanie przekazane personelowi medycznemu. Przygotowując torbę do porodu pamiętaj, aby dokumenty były na wierzchu, zawsze pod ręką.
- W trakcie przyjęcia wykonywany jest **zapis KTG** - monitorowane jest tętno płodu oraz skurcze macicy.
- Wykonywane jest również **badanie wewnętrzne** oceniające przygotowanie szyjki macicy oraz ewentualne rozwarcie, a także **USG** dziecka.
- Jeśli poród się już rozpoczął lub pojawiły się przesłanki skłaniające lekarzy do monitorowania dobrostanu dziecka i matki (niepokojący zapis KTG, nieprawidłowe tętno dziecka/matki, zbyt wysokie ciśnienie tętnicze matki, itp.), będziesz przeniesiona **na Salę Porodową**. Jeśli zgłosiłaś się do szpitala celem indukcji porodu lub planowego rozwiązania ciąży drogą cięcia cesarskiego, trafisz **do Oddziału Patologii Ciąży**, gdzie po przeanalizowaniu dokumentów zostaną podjęte dalsze decyzje. Zarówno po przeniesieniu na Salę Porodową, jak i na Patologię Ciąży, położna pobierze krew celem wykonania podstawowych badań.

Patologia Ciąży

- Do Oddziału przyjmowane są pacjentki wymagające obserwacji dobrostanu płodu, a także po terminie porodu wyznaczonym na podstawie ostatniej miesiączki, do planowego cięcia cesarskiego lub wymagające podjęcia decyzji dotyczących porodu.
- Wykonywane są badania i zlecane są konsultacje, jeśli stan pacjentki wymaga pogłębienia diagnostyki.
- Lekarze ustalają dalsze postępowanie - planują preindukcję, a następnie indukcję porodu, w przypadku wskazań do cięcia cesarskiego ustalają termin operacji. Przez cały czas pobytu obserwowany jest stan matki i dziecka - wykonywane jest KTG, USG, badanie wewnętrzne, sprawdzane jest ciśnienie tętnicze matki, itp.

Sala Porodowa

- Na sali porodowej dobrze jest zdjąć zbędną biżuterię, związać włosy. Przebierz się w koszulę porodową (szpitalną lub własną).
- W czasie porodu monitorowane jest **tętno płodu** oraz **czynność skurczowa macicy**, a także sprawdzane jest **rozwarcie szyjki macicy**. Jeśli zapis KTG jest prawidłowy, nie ma konieczności prowadzenia ciągłego zapisu. W przypadku gdy tętno dziecka jest nieprawidłowe lub pojawiają się inne niepokojące objawy zagrożenia życia i zdrowia dziecka lub matki, położnik może podjąć decyzję o zakończeniu ciąży drogą cięcia cesarskiego.
- Przygotowując plan porodu (do którego zachęcamy) **pomyśl o metodach łagodzenia bólu**. Zaczynając od przyjmowania dogodnych pozycji, poprzez immersję wodną, masaż pleców, ściskanie grzebienia w rękę, używanie specjalnych piłek, TENS (musisz mieć swoje osobiste urządzenie), po farmakologiczne łagodzenie bólu. Sposobów jest wiele, każda położna ma swoje ulubione "triki", ale to od Ciebie zależy, na co się zdecydujecie podczas porodu Twojego dziecka.
- Przy rozpoczętym porodzie, jeśli nie ma przeciwwskazań, możesz mieć podane **znieczulenie zewnątrzoponowe**. Przed przyjściem do szpitala dobrze jest zapoznać się z tą procedurą. W czasie porodu bóle bywają na tyle silne, że trudno jest podjąć świadomą decyzję, a dobrze jest wiedzieć, jakie są możliwe powikłania ZZO.
- Jeśli po urodzeniu stan noworodka na to pozwala, maleństwo pozostaje z mamą na sali porodowej w kontakcie skóra do skóry. Warto w tym czasie spróbować przystawić dziecko do piersi.

Oddział Położniczy

- Po porodzie i obserwacji w Sali Porodowej trafisz na salę w Oddziale Położniczym. Tam dziecko zostanie zmierzone, zważone i zbadane przez neonatologa. W systemie rooming-in zdrowy noworodek przebywa z mamą na sali.
- Położnicą (kobietą po porodzie) zajmują się ginekolodzy, noworodkiem - neonatolodzy. Codzienną opiekę sprawują położne, w tym również położna laktacyjna, o którą można prosić o pomoc przy karmieniu piersią.
- W zdecydowanej większości przypadków wypis matki i noworodka jest tego samego dnia - jeśli u matki jest powikłany połów - noworodek czeka na mamę, jeśli noworodek wymaga dłuższej obserwacji lub leczenia - pacjentka czeka na dziecko.
- O tym, ile czasu spędzicie w Oddziale, decydują ginekolog i neonatolog.



CO ZABRAĆ ZE SOBĄ DO SZPITALA?

DOKUMENTY

- dowód osobisty
- karta ciąży
- potwierdzony wynik grupy krwi
- aktualne wyniki badań (wymaz z pochwy i odbytu w kierunku GBS, wynik w kierunku HIV, HCV, anty-HBs, ostatnia morfologia, badanie ogólne moczu) - nie wystarczą wyniki wpisane w kartę ciąży, należy zabrać wydruki z laboratorium.)

Jeśli posiadasz:

- plan porodu
- wyniki badań prenatalnych
- wynik echo serca płodu
- konsultacje specjalistyczne
- karty informacyjne z poprzednich hospitalizacji
- zaświadczenie lekarskie z informacją o wskazaniu do cięcia cesarskiego
- dokument uznania ojcostwa z Urzędu Stanu Cywilnego w przypadku związku niemałżeńskiego

DLA PACJENTKI



- biustonosze do karmienia, skarpetki
- majtki poporodowe 6 szt. (bawełniane lub jednorazowe siateczkowe)
- koszula z rozcięciami do karmienia - minimum 2-3 sztuki (do porodu pacjentka dostaje koszulę szpitalną, można też pozostać w swojej koszuli)
- ręcznik dla mamy - 2 szt, szlafrok
- klapki pod prysznic - najlepiej większy rozmiar niż dotychczas, kapcie
- podpaski poporodowe - 2 opakowania
- podkłady poporodowe typu seni - 5 sztuk
- wkładki laktacyjne

kosmetyczka wyposażona w przybory toaletowe takie jak:

- szcoteczka i pasta do zębów
- szampon do włosów
- żel pod prysznic
- płyn do higieny intymnej
- dezodorant
- krem do rąk i twarzy
- pomadka nawilżająca do ust
- lanolina 100% na bolące brodawki
- frotki oraz szczotka do włosów
- ręczniki papierowe do pielęgnacji krocza po porodzie



- kubek i sztućce
- telefon z ładowarką
- słuchawki
- ubrania na wyjście
- leki przyjmowane na stałe
- butelka filtrująca lub woda butelkowana
- przekąski
(w oddziałach często dostępna jest lodówka dla pacjentek)



Rzeczy potrzebne na Sali Porodowej najlepiej zapakować na wierzchu walizki lub w oddzielną torbę.

Dla noworodka

- pieluchy tetrowe 4 szt.
- paczka pieluch jednorazowych w rozmiarze 0 lub 1
- chusteczki nawilżone
- krem na odparzenia
- ubranka na wyjście ze szpitala

W niektórych szpitalach w czasie pobytu w Oddziale noworodki ubierane są w ubrania szpitalne.

W innym przypadku należy również zabrać:

- kocyk
- śpioszki 4 szt.
- body rozpinane na całej długości 4 szt.
- czapeczka 2 szt.
- skarpetki 3 pary
- rękawiczki niedrapki



Bywają przydatne:

- nakładki na brodawki tzw. kapturki - w przypadku płaskich bądź wklęsłych brodawek
- laktator - dobrze mieć swój osobisty, w razie konieczności dostępne są laktatory szpitalne
- smoczek uspokajacz - nie jest wskazany w pierwszym miesiącu życia, jednak bywa przydatny np. w czasie antybiotykoterapii czy fototerapii, aby uspokoić dziecko



Warto sprawdzić, czy w szpitalu, w którym Pacjentka planuje rodzić, nie ma listy wyprawkowej.

WYWIAD POŁOŻNICZY

O co możesz być zapytana podczas przyjęcia do szpitala? Większość odpowiedzi powinno być w Twojej Karcie Ciąży, którą koniecznie zabierz ze sobą!

Data ostatniej miesiączki:

Termin porodu wg ostatniej miesiączki:

wg USG w 11-13 tyg. ciąży:

Pierwsze ruchy płodu:

wzrost:

masa ciała:



Status GBS
(wymaz z pochwy i odbytu
w kierunku Streptococcus grupy B)

Grupa krwi

**Weź ze sobą
wyniki badań
z laboratorium!**

Nie wystarczy wpis
w Karcie Ciąży

Wynik cytologii

Przebieg ciąży:

Czy w czasie aktualnej ciąży występowały
któreś z poniższych objawów?

nudności / wymioty

krwawienia z dróg rodnych

bóle głowy

nadciśnienie

cukrzyca

obrzęki

gorączka

omdlenia

zakażenia układu moczowego

niedokrwistość

zakażenia dróg rodnych

poronienie zagrażające

zagrażający poród przedwczesny

choroby zakaźne

inne:

hospitalizacje:

choroby przewlekłe:

przebyte operacje:

Dieta:

Alkohol:

Papierosy:

Inne używki:

Wywiad rodzinny:

(cukrzyca, nadciśnienie tętnicze, nowotwory, itd.)

Leki przyjmowane w ciąży:

Proszę wypisać wszystkie leki, które stosowane były w trakcie ciąży - preparaty żelaza, leki na nadciśnienie, antybiotyki, insulina, hormony tarczycy, itd. oraz czas, kiedy były stosowane (np. tydzień ciąży, trymestr, przedział czasowy).

Lek - nazwa	Czas przyjmowania, dawka
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>

Liczba przebytych ciąż:
porodów: poronień:

Przebieg porodów:

(rok, drogami natury/cięcie cesarskie, masa ciała, punkty Apgar, komplikacje)

Przebieg poronień:

(rok, tydzień ciąży)

Pierwsza miesiączka: rok życia

Miesiączki regularne / nieregularne, co dni, trwające dni,
prawidłowe / bolesne / obfite.



Uczulenia i alergie:

leki:
pokarmy: