

PLAN PORODU  
ANNA KOWALSKA

Ważne informacje:

- mam cukrzycę ciążową, przyjmuję insulinę,
- mam nadciśnienie podstawowe, regularnie przyjmuję leki (Dopegyt 2x2 tabl.)

Osoby towarzyszące:

- chciałabym, aby podczas porodu towarzyszył mi mąż, Tymoteusz Nowak i/lub położna,
- zależy mi na tym, by mąż był przy mnie cały czas, podczas wszystkich badań, zabiegów i procedur,
- zależy mi, by mężowi udzielano wszelkich informacji na temat postępu porodu, a w sytuacjach kryzysowych, by to on mógł podejmować decyzje dotyczące mnie i dziecka,
- nie zgadzam się na obecność podczas porodu i wykonywanie badań ginekologicznych przez studentów medycyny,

Przygotowanie do porodu:

- zależy mi na informowaniu mnie i wyjaśnianiu każdej interwencji medycznej,
- chciałabym uniknąć wywołania porodu,
- wyrażam zgodę na założenie wenflonu tylko w razie konieczności dożylnego podania leków,

Sala porodowa:

- chciałabym rodzić w pojedynczej sali z dostępem do toalety i prysznic,
- chciałabym, by w miarę możliwości na sali porodowej panowała cisza i było przygaszone światło,
- chciałabym rodzić w swoim ubraniu,

Poród- etap pierwszy:

- zależy mi by mój poród był naturalny, bez zbędnych zabiegów,
- proszę pytać mnie o zgodę na wszystkie badania i zabiegi wykonywane podczas porodu,
- wolałabym uniknąć podania oksytocyny oraz przebijania pęcherza płodowego, chyba, że ze względów medycznych będzie to konieczne,
- nie wyrażam zgody na masaż szyjki macicy i zastosowanie chwytu Kristellera,
- zależy mi by ograniczyć do minimum liczbę badań dopochwowych oraz by, w miarę możliwości odbywały się one w dogodnej dla mnie pozycji,
- zależy mi na pełnej i bieżącej informacji o postępie porodu,
- chciałabym mieć możliwość swobodnego poruszania się,
- podczas monitorowania aparatem KTG chciałabym móc pozostawać aktywna,
- w razie konieczności, z uwagi na stan zdrowia wyrażam zgodę na podanie insuliny, glukozy, bądź regularne pomiary poziomu cukru we krwi,
- chciałabym mieć możliwość korzystania z prysznic/wanny oraz dodatkowych pomocy, tj. piłka, worek sako, drabinka, materac,

Łagodzenie bólu porodowego:

- chciałabym korzystać z niefarmakologicznych sposobów łagodzenia bólu, tj. masaż, prysznic,
- rozważam podanie znieczulenia zewnątrzoponowego, proszę o informowanie mnie o czasie, kiedy to będzie możliwe,
- jeśli zostanie mi podane znieczulenie chciałabym móc zachować możliwość swobodnego poruszania się i przyjmowania dowolnej pozycji,
- biorę pod uwagę możliwość korzystania z urządzenia łagodzącego ból TENS,

Poród- etap drugi, narodziny dziecka:

- chciałabym, aby podczas parcia na sali były obecne tylko niezbędne osoby z personelu medycznego,
- chcę być informowana i pytana o zgodę na wszelkie badania i zabiegi medyczne,
- chciałabym rodzić w najwygodniejszej dla mnie pozycji ( w kucki, na boku, na podłodze),
- wolę uniknąć nacięcia krocza, chyba, że będzie to absolutnie konieczne,
- chciałabym, aby położna próbowała chronić moje krocze, np. poprzez okłady, masaż,
- poproszę, aby w momencie przychodzenia dziecka na świat w sali porodowej było w miarę możliwości cicho i aby były przygaszone światła,
- chciałabym, by pępowina została przecięta przez ojca dziecka, dopiero w momencie, kiedy przestanie pulsować,

Kontakt z dzieckiem po porodzie:

- chcę od razu otrzymać moje dziecko, przesuwając w czasie wszelkie niepilne procedury medyczne oraz zabiegi pielęgnacyjne,
- proszę o wykonanie wstępnej oceny stanu noworodka na podstawie skali Apgar, kiedy dziecko będzie leżało na moim brzuchu,
- chciałabym pozostać z dzieckiem w kontakcie skóra do skóry tak długo, jak będzie to możliwe,
- chcę trzymać dziecko podczas rodzenia łożyska i w trakcie innych zabiegów (np. szycie krocza),
- proszę o przeprowadzenie pełnego badania lekarskiego w późniejszym czasie, po zakończeniu pierwszego kontaktu, jeśli ni będzie przeciwwskazań medycznych,
- chcę jak najszybciej rozpocząć karmienie piersią,
- gdy kontakt ze mną nie będzie możliwy, chcę by to ojciec dziecka przejął możliwość kontaktu skóra do skóry,
- w razie konieczności zabrania dziecka w celu wykonania badań lub niezbędnych zabiegów, chcę by ojciec dziecka cały czas mu towarzyszył i trzymał na rękach,
- nie wyrażam zgody na robienie dziecku zdjęć z użyciem lampy błyskowej,
- proszę o niekapanie dziecka, a jedynie wytarcie go,
- proszę o ubranie dziecka w przywiezione przeze mnie ubranka,

Poród- etap trzeci, rodzenie łożyska:

- zanim zostaną mi podane środki naskurczowe, chciałabym spróbować samodzielnie urodzić łożysko,

- w razie trudności proszę o możliwość szybkiego rozpoczęcia karmienia piersią lub masażu sutków i odczekanie z podaniem środków naskurczowych,

#### Cesarskie cięcie:

- chciałam rodzić naturalnie i uniknąć cesarskiego cięcia bez wyraźnej konieczności,
- jeśli zajdzie taka okoliczność, chcę być dokładnie poinformowana o przyczynach cc,
- w razie konieczności wykonania cięcia zależy mi, by otrzymać znieczulenie zewnątrzoponowe, zamiast narkozy,
- chciałam, by podczas całego zabiegu był obecny mój mąż,
- chciałam najszybciej po narodzinach mieć kontakt z dzieckiem skóra do skóry, a jeśli nie będzie to możliwe, by dziecko zostało oddane na ręce ojca,
- chcę karmić dziecko piersią jak najszybciej po porodzie,
- jeśli po operacji dziecko nie będzie mogło być ze mną, życzę sobie, by ojciec dziecka był z nim cały czas,
- w razie możliwości proszę o zastosowanie gazika z pochwy w celu migracji bakterii z dróg rodnych na dziecko tuż po urodzeniu,

#### Karmienie noworodka:

- chcę karmić dziecko wyłącznie piersią,
- chciałam rozpocząć karmienie tak szybko, jak będzie to możliwe, zaraz po porodzie,
- proszę nie karmić ani nie poić mojego dziecka bez mojego wyraźnego pozwolenia,
- w przypadku konieczności dokarmienia dziecka proszę o możliwość podania mu pokarmu odciągniętego,
- w razie potrzeby chciałam skorzystać z konsultacji ze specjalistą od laktacji,

#### Opieka nad noworodkiem:

- nie wyrażam zgody na szczepienie dziecka w pierwszych dniach życia, chcę odsunąć w czasie pierwsze szczepienia,
- wyrażam zgodę na podanie dziecku wit. K wyłącznie w formie doustnej,
- nie wyrażam zgody na zabieg Credego u dziecka, chyba, że zajdzie uzasadniona okoliczność,
- proszę nie podawać dziecku smoczka,
- jeśli nie będzie to konieczne, proszę o niekąpanie dziecka,
- chciałam, aby wszelkie czynności pielęgnacyjne oraz dodatkowe badania i zabiegi były wykonywane w obecności mojej lub ojca dziecka,

#### Na oddziale położniczym:

- chciałam, aby dziecko było ze mną w pokoju 24h na dobę,
- w miarę możliwości chciałam wyjść ze szpitala jak najszybciej