

data:

## ***Plan porodu***



### ***Osoba towarzysząca/osoby obecne podczas porodu***

- Chcę rodzić z bliską osobą
- Chcę rodzić z doułą
- Będę rodzić sama
- Zależy mi, aby mojej osobie towarzyszącej udzielano informacji o postępie porodu
- Zależy mi na tym, aby podczas porodu obecne były tylko niezbędne osoby z personelu medycznego

### ***Przygotowanie do porodu***

- Zależy mi, aby nie wykonywano żadnych czynności przygotowujących do porodu (lewatywa, golenie krocza), chyba że o nie poproszę
- Proszę, aby przy przyjęciu do porodu wykonano mi lewatywę
- Proszę, aby przy przyjęciu do porodu ogolono mi krocze

### ***Poród***

- Zależy mi na pełnej i bieżącej informacji o postępie porodu
- Zależy mi, aby mój poród przebiegał naturalnie, bez interwencji
- Zgadzam się na podanie oksytocyny, przebicie pęcherza i stałe monitorowanie KTG, gdy moja sytuacja będzie tego wymagała, po uprzednim wyjaśnieniu mi powodów zastosowania tych interwencji
- Proszę pytać mnie o zgodę na wszystkie badania i czynności podczas porodu
- Zależy mi, aby ograniczyć liczbę badań przez pochwę i aby w miarę możliwości odbywały się one w dogodnej dla mnie pozycji
- Proszę pozwolić mi na swobodne wydawanie dźwięków i/lub krzyku podczas porodu
- Chciałabym pić w trakcie porodu
- Chciałabym mieć pobraną krew pępowinową

### ***Pierwszy okres porodu***

- Chciałabym mieć swobodę poruszania się w pierwszym okresie porodu
- Chciałabym mieć możliwość korzystania z prysznic, ze sprzętów, takich jak drabinka, materac, worek sako
- Jeżeli zaistnieje konieczność podania mi kroplówki lub monitorowania stanu dziecka, chciałabym zachować możliwość poruszania się i przyjmowania dowolnej pozycji

### ***Drugi okres porodu***

- Chciałabym prosić o przygaszenie światel i wyciszenie w chwili, gdy dziecko będzie wychodzić na świat
- Chciałabym mieć możliwość wyboru pozycji w drugim okresie porodu
- W drugim okresie porodu chciałabym przeć zgodnie z tym, jak podpowiada mi instynkt – przeć spontanicznie
- Proszę o instruowanie mnie w trakcie parcia
- Chciałabym mieć możliwość skorzystania ze stołka porodowego
- Chciałabym urodzić na fotelu/łóżku porodowym
- W momencie wyłaniania się główki dziecka chciałabym jej dotknąć

### ***Łagodzenie bólu porodowego***

- Proszę nie proponować mi farmakologicznych środków przeciwbólowych, zanim sama o to nie poproszę
- Chciałabym móc skorzystać z gazu wziewnego jako sposobu łagodzenia bólu
- Chciałabym móc korzystać z niefarmakologicznych metod łagodzenia bólu takich jak masaże przez osobę towarzyszącą, prysznic, imersja wodna

### ***Nacięcie/ochrona krocza***

- Zależy mi na ochronie krocza
- Wolałabym mieć nacięte krocze
- Proszę o miejscowe znieczulenie przy zszywaniu krocza

### ***Wywołanie/stymulacja porodu***

- Jeśli nie będzie wyraźnych względów medycznych, chciałabym uniknąć wywołania porodu
- Zanim zostanie podana mi oksytocyna, chciałabym spróbować naturalnych sposobów stymulowania porodu, takich jak ruch czy masaż brodawek sutkowych

### ***Cesarskie cięcie***

- Zależy mi, aby mieć możliwość jak najszybszego pierwszego kontaktu z dzieckiem, jeśli stan zdrowia dziecka będzie na to pozwalał
- Jeśli będzie to możliwe, chciałabym, aby dziecko zostało oddane na ręce osoby towarzyszącej od razu po porodzie i mogło być z nią w kontakcie „skóra do skóry”
- Chciałabym nakarmić dziecko jak najszybciej po porodzie, jeśli będzie to możliwe

### ***Po porodzie***

- Zależy mi, by towarzysząca mi osoba mogła przeciąć pępowinę
- Zależy mi, by pępowina została przecięta dopiero, gdy przestanie tętnić
- Chciałabym, aby moje dziecko było u mnie na brzuchu w kontakcie „skóra do skóry” tak długo, jak będziemy tego potrzebowali
- Chciałabym nakarmić dziecko piersią jeszcze w sali porodowej
- Chciałabym, aby moje dziecko zostało owinięte w pieluszki, które przyniosłam z domu
- Chciałabym, aby moje dziecko zostało ubrane w rzeczy, które przyniosłam z domu
- Proszę zważyć i zmierzyć moje dziecko po zakończeniu pierwszego kontaktu „skóra do skóry”
- Chciałabym od razu po porodzie dowiedzieć się, ile waży i mierzy moje dziecko
- Chciałabym trzymać dziecko na rękach podczas rodzenia łożyska i w trakcie ewentualnych innych zabiegów
- Proszę o wykonanie wstępnej oceny stanu noworodka na podstawie skali Apgar podczas kontaktu „skóra do skóry”, gdy dziecko będzie leżało na moim brzuchu
- Proszę o przeprowadzenie pełnego badania lekarskiego w późniejszym czasie, po zakończeniu pierwszego kontaktu, jeśli nie będzie przeciwwskazań medycznych

### ***Trzeci okres porodu***

- Zanim zostaną podane mi środki naskurczowe, chciałabym spróbować urodzić łożysko samodzielnie
- Chciałabym mieć możliwość przystawienia dziecka do piersi, zanim urodzę łożysko

### ***Na oddziale położniczym***

- Chciałabym, aby dziecko było cały czas ze mną w pokoju
- Chciałabym, aby dziecko było ze mną w pokoju w ciągu dnia, a w nocy na sali noworodkowej
- Chciałabym zostać poinstruowana, jak mam przewijać i kąpać dziecko
- Zależy mi na otrzymaniu pomocy w zakresie prawidłowego przystawienia dziecka do piersi
- Zależy mi na instruktażu dotyczącym technik i pozycji do karmienia piersią
- Nie wyrażam zgody na dokarmianie mojego dziecka mlekiem modyfikowanym; jeśli sytuacja medyczna będzie wymagała takiej interwencji, to chciałabym mieć możliwość konsultacji z lekarzem i doradcą laktacyjnym
- Zależy mi na pełnej informacji o stanie zdrowia mojego dziecka

**Podpis pacjentki:**