SPREVÁDZAJÚCA OSOBA PRI PÔRODE

PentaHospitals ProCare SVET ZDRAVIA

EB-GPO-002 | Platnosť od: 1. 2. 2023 | Verzia: 0

NA ÚVOD

Moment príchodu nového života na svet je fascinujúci, emotívny a nezabudnuteľný okamih pre mamičku a celú rodinu, do ktorej bábätko prichádza.

Želáme si, aby bol pôrod výnimočným zážitkom nielen pre mamičku, ale aj pre sprevádzajúceho blízkeho človeka, ktorý prichádza ako psychická podpora pri tejto výnimočnej udalosti.

Preto vás chceme oboznámiť s prostredím, podmienkami účasti na pôrodnej izbe a so základnými epidemiologickými pravidlami tak, aby ste sa cítili bezpečne a mohli byť oporou budúcej mamičke i dieťatku.

Ak budúca mamička navštevuje poradňu posledný mesiac pred pôrodom spoločne so sprevádzajúcou osobou, je to pre oboch vel'kou výhodou.

Tešíme sa na vzájomnú spoluprácu, aby bol pre vás pôrod dieťaťa nezabudnuteľným okamihom.

PRIEBEH PÔRODU

Pôrod je životná udalosť, ktorá si vyžaduje od mamičky zapojiť čo najviac svojich psychických a fyzických schopností. **Hlavnou úlohou otca/sprevádzajúcej osoby pri pôrode je byť mamičke pri pôrode čo najviac nápomocná.**

Ako vieme, že nastal čas pôrodu?
Pôrod sa začína pravidelnými „bolesťami“ zvyčajne v podbruší alebo krížoch, ktoré nazývame kontrakcie, prípadne odtokom plodovej vody v ktorúkoľvek hodinu dňa.

Vhodný čas na príchod do pôrodnice je vtedy, keď:

- sú kontrakcie pravidelné a stupňujúce sa intenzitou „bolesti“,
- keď odtečie plodová voda,
- pri pocite strachu z prichádzajúcej situácie/pôrodu.

V prípade akejkoľvek nezvyčajnej zdravotnej komplikácie, ako je napríklad krvácanie, zmena pociťovania pohybov plodu, opuchy atď., je nutné prísť okamžite.

PÔRODNÉ DOBY

Prvá doba pôrodná (otváracia)

Počas tejto doby sa pôrodné cesty úplne otvoria a roztiahnu, tak aby nimi prešla hlavička dieťaťa. Telo mamičky sa postupne pripraví na vytlačenie dieťaťa. Mamička má pravidelné kontrakcie, ktoré sú postupne intenzívnejšie a môže ich vnímať bolestivejšie.
Počas tohto obdobia mamička využíva rôzne polohy, fitloptu, teplú sprchu, arómaterapiu, muzikoterapiu a vašu pomoc z psychickej a fyzickej stránky. To všetko pomáha mamičke zvládnuť túto náročnú časť pôrodu. Tato doba trvá zvyčajne niekoľko hodín (priemerne 4 až 15 hodín).
Nezabudnite na potrebnú trpezlivosť a na pitný režim.

Ako môže pomôcť rodiacej mamičke sprevádzajúca osoba počas prvej pôrodnej doby?

Prítomnosť sprevádzajúcej osoby pôsobí pocitom istoty pre rodičku.

- Pomáha mamičke zaujať polohu na lopte či v sprche.
- Psychicky povzbudzuje mamičku.
- Spolu s mamičkou dýcha, realizuje masáž krížov.
- Stále je nablízku.

Pôrodná asistentka v rámci tejto doby pravidelne monitoruje činnosť srdiečka dieťaťa (ozvy, činnosť maternice a celkový zdravotný stav mamičky), je nápomocná mamičke aj sprevádzajúcej osobe a usmerňuje ich vo zvládaní kontrakcií.

Druhá doba pôrodná (vypudzovacia)

Počas tejto doby sa dieťa presúva pôrodnými cestami von z tela mamičky. Počas tejto doby je mamička zvyčajne na pôrodnom lôžku a počas kontrakcií pomáha svojím tlačením dieťaťu von na svet.

Ako môže pomôcť rodiacej mamičke sprevádzajúca osoba počas druhej pôrodnej doby?

Sprevádzajúca osoba svojou blízkosťou:

- Uisťuje mamičku, že to zvládne,
- Povzbudzuje mamičku k správnemu dýchaniu a tlačeniu.
- Riadi sa pokynmi lekára a pôrodnej asistentky.
- Po narodení dieťaťa sa spolu s mamičkou delí o radosť a vzácne výnimočné chvíle daného nezabudnuteľného okamihu.

Hneď po narodení dieťatka na tele mamičky realizujeme bonding.
Po narodení dieťaťa, pokiaľ mamička podpísala informovaný súhlas o bondingu, dieťa je uložené na hrudník mamičke, je prikryté osuškou a je monitorované. Neonatologická sestra alebo pôrodná asistentka pravidelne sleduje dieťa podľa stanoveného postupu.

Tretia doba pôrodná (pôrod placenty)

Počas tejto doby sa oddelí placenta od steny maternice a mamička ju vytlačí von z pôrodných ciest.
V rámci tejto doby sa skontrolujú pôrodné poranenia, ktoré sa prípadne ošetria.
Počas tohto obdobia si sprevádzajúca osoba užíva s mamičkou dieťatko, využíva čas na fotodokumentáciu a oznámenie príchodu dieťaťa blízkym.

Štvrtá doba pôrodná (popôrodné obdobie)

Počas tejto doby zostáva mamička počas dvoch hodín na pôrodnom lôžku. Je pravidelne kontrolovaná pôrodnou asistentkou. Pôrodná asistentka kontroluje krvácanie po pôrode, sťahovanie maternice, krvný tlak, pulz a celkový stav mamičky.
Počas tohto obdobia môže byť dieťa v pôrodnej sále či izbe s mamičkou a so sprevádzajúcou osobou a užívajú si spoločne radosť z jeho narodenia.

ORGANIZÁCIA PRÍTOMNOSTI SPREVÁDZAJÚCEJ OSOBY PRI PÔRODE

Možnosť sprevádzať mamičku počas celého obdobia pobytu v pôrodnej izbe je potrebné dohodnúť si vopred s vedením pôrodnice (primár a vedúca pôrodná asistentka) alebo so službukonajúcim lekárom pri príchode na pôrod.

Našou zásadou je dbať na súkromie všetkých mamičiek, preto sme radi, ak počas celého pobytu v pôrodnici dodržiava sprevádzajúca osoba pokyny personálu a zdržiava sa v určených priestoroch, ktoré svojvoľne neopúšťa.

Základné inštrukcie pre sprevádzajúcu osobu pri pôrode:

- pri príchode do pôrodnice vás pôrodná asistentka nasmeruje do pôrodnej izby alebo priestoru na čakanie na pôrod,
- počas vyšetrenia mamičky sa zdržiavate mimo vyšetrovne,
- počas pôrodu zaujmite miesto, ktoré vám určí pôrodná asistentka, t. j. **pri hlave mamičky,**
- počas bondingu zaujmite miesto pri pôrodnom lôžku a dbajte na bezpečné uloženie bábätka na telo mamičky (na hrudníku),
- **dokumentovanie narodenia bábätka prostredníctvom kamery či fotoaparátu je možné za dodržania pravidiel,** t. j. rešpektovania súkromia zdravotníkov a bezpečnosti dieťaťa a mamičky,
- počas ošetrovania novorodenca sa môžete prizerať, pokiaľ to priestorové možnosti novorodeneckého boxu dovoľujú alebo pokiaľ nedôjde ku komplikáciám zdravotného stavu novorodenca,
- počas 2 hodín po pôrode sa môžete zdržiavať v pôrodnej izbe, dieťatko môžete zatiaľ bondovať na tele mamičky **(aj otec sa môže zúčastniť na bondingu),**
- **svojou prítomnosťou nerušte, prosím, prácu zdravotníkov a komfort mamičky,**
- možnosť využiť bonding u otca po cisárskom reze závisí výlučne od schválenia lekára v závislosti od zdravotného stavu mamičky, dieťaťa a zaužívaných postupov daného pracoviska,
- po dvoch hodinách sú mamička a dieťa prevezené na izbu šestonedelia a sprevádzajúca osoba odchádza z gynekologicko-pôrodníckeho oddelenia.

DÔLEŽITÉ PRVÉ MINÚTY S BÁBÄTKOM PO PÔRODE

Bonding je včasný neprerušený kontakt bábätka s mamičkou

Bábätká sa lepšie adaptujú na prostredie, sú odolnejšie, lepšie prospievajú a menej plačú. Včasný neprerušený kontakt mamičky a dieťaťa má vplyv aj na formovanie vzťahov, uľahčuje začiatok dojčenia, resp. produkciu materského mlieka, zlepšuje popôrodnú stabilizáciu novorodenca.

Milé mamičky, ak si to budete priať, bábätko vám (prípadne otcovi) po narodení priloží personál pôrodnice na brucho systémom skin to skin (koža na kožu), kde ostane niekoľko desiatok minút, minimálne do prvého prisatia.

Bezpečnosť pri bondingu

V pôrodnici sa snažíme o zaistenie maximálneho súkromia a stav novorodenca kontrolujeme v pravidelných intervaloch so zameraním na:

- správnu polohu dieťaťa na hrudníku či bruchu matky (príp. otca),
- správnu polohu hlavy a krku dieťaťa, keď krk a hlava musia byť v rovine. Mali by ste vždy vidieť ústa a nos dieťaťa. Tvár dieťaťa nesmie byť hlboko zanorená do vášho hrudníka či medzi vaše prsia.

Prisatie len s asistenciou personálu
Pokiaľ dieťa javí tendenciu cicať, prípadne sa rozhodnete dieťa sama priložiť k prsníku, vždy sa tak má diať za prítomnosti a kontroly zdravotníckeho personálu.

Odporúčame nepoužívať mobilné elektronické zariadenia
Počas pobytu na pôrodnej sále a zvlášť pri uložení dieťatka na kožu matky nepoužívajte elektronické prístroje (telefóny, tablety), ktoré môžu znižovať vašu pozornosť a ohrozovať bezpečnosť pri bezprostrednom kontakte s bábätkom.

Požiadať personál o pomoc
Vždy zavolajte personál v prípadoch, že sa budete cítiť unavená, vyčerpaná, bude sa vám chcieť spať a máte pri sebe bábätko. Akúkoľvek nezvyčajnú skutočnosť (zmena farby dieťaťa, nepravidelné dýchanie) ihneď oznámte ošetrujúcemu personálu.

Poučenie a informovaný súhlas s bondingom

Náš skúsený personál vás o všetkom pred pôrodom poučí a požiada mamičku o potvrdenie súhlasu podpísaním informovaného súhlasu.

DÔLEŽITÉ INFORMÁCIE PRE BEZPEČNÝ POBYT V PÔRODNEJ SÁLE/PÔRODNEJ IZBE

Hygienicko-epidemiologický režim v pôrodnici

Zdravotnícke zariadenie je pre laickú verejnosť neštandardné prostredie, kde je nevyhnutné dodržiavať zásady hygienicko-epidemiologického režimu na ochranu mamičky, sprevádzajúcej osoby i zdravotníckeho personálu.

Do pôrodnice by ste mali prísť **v dobrom zdravotnom stave, bez známok respiračných a iných vážnych zdravotných komplikácií, v stave bez požitia návykových/alkoholických látok.**

Pri vstupe do pôrodnice dostanete osobný ochranný odev/plášť a vydezinfikujete si ruky.

V čase epidemiologicky zhoršenej situácie sa riadite pokynmi personálu s použitím adekvátnych osobných ochranných pomôcok (napr. počas pandémie covidu -19 až do oficiálneho ukončenia platných opatrení s tým súvisiacich mala mať sprevádzajúca osoba pri pôrode respirátor).

Osobné veci

Svoje osobné veci si uložíte do vyčleneného priestoru.

Pobyt v pôrodnej sále/pôrodnej izbe

Zariadenia izby, zdravotníckych prístrojov a nástrojov sa nedotýkate, pohybujete sa v určenom a vyčlenenom priestore. **V prípade náhlej nevoľnosti informujete pôrodnú asistentku.**
Do pôrodnej izby si so sebou môžete vziať fotodokumentačné zariadenie (kameru/fotoaparát/mobil) pokiaľ budete rešpektovať následovné zásady:

- **Telefonáty obmedzujte na minimum,** doprajte pokoj a odpočinok rodiacej mamičke
- **Riaďte sa pokynmi zdravotníkov** na pôrodnej sále/izbe
- **Nezhotovujte zvukové a obrazové záznamy personálu bez súhlasu**
- Na požiadanie pôrodníka, pôrodnej asistentky, neonatológa, sestry odložte, prosím, mobil/kameru a nepožívajte ich.

Naliehavé situácie

V prípade komplikácií somatického alebo psychického stavu mamičky, plodu/novorodenca ich okamžite hláste zdravotníckemu personálu. Lekár pôrodník alebo lekár novorodeneckého oddelenia operatívne rozhodne o postupe a nevyhnutnosti opustiť pôrodnú izbu na určený čas sprevádzajúcej osobe. Všetky informácie o vývoji situácie vám zdravotnícky personál odovzdá, len čo naliehavá situácia pominie.

PRAKTICKÉ INFORMÁCIE:

- Komplexné informácie o službách pôrodníc Svet zdravia nájdete na webovej stránke **www.mojaporodnica.sk**
- Pre mamičky a otca/sprevádzajúcu osobu realizujeme **kurzy predpôrodnej (psycho-fyzickej) prípravy**
- Naše gynekologicko-pôrodnícke pracoviská ponúkajú tehotným **ženám návštevy v poradni 1 mesiac pred pôrodom**
- V pôrodniciach Svet zdravia pracujú **certifikované profesionálne laktačné poradkyne,** ktoré vedia mamičkám kvalifikovane a hlavne prakticky poradiť pri dojčení
- Pri poskytovaní zdravotnej starostlivosti postupujeme podľa najnovších štandardov Ministerstva zdravotníctva a **postupne zavádzame pravidlá nemocnice priateľskej k deťom a matkám (BFHI, t. j. Baby Friendly Hospital)**
- Mamičkám poskytujeme **edukačné materiály v tlačenej aj on-line podobe či edukačné videá** o dojčení (www.mojaporodnica.sk)
- Po prepustení z nemocnice môžete z pohodlia domova **kontaktovať našu profesionálnu laktačnú poradkyňu**

Ďakujeme, že ste si vybrali našu pôrodnicu pre takú výnimočnú životnú situáciu, akou je pôrod a narodenie vášho nového člena rodiny.

Autorky:

Tatiana Kosťová
manažérka pre ošetrovateľskú starostlivosť

Martina Hudíková
hlavná pôrodná asistentka siete nemocníc Svet zdravia

Edukačná brožúra je platná pre spoločnosť Svet zdravia, a. s., Digital Park II, Einsteinova 25, Bratislava 851 01, IČO 35 960 884, a pre každú spoločnosť patriacu do siete nemocníc a polikliník ProCare a Svet zdravia, ktorá prevádzkuje zdravotnícke zariadenie.

PentaHospitals ProCare SVET ZDRAVIA