



UŽITOČNÉ INFORMÁCIE  
PRE BUDÚCE MAMIČKY

# VAŠA PÔRODNICA HUMENNÉ



Pôrodné izby  
novej generácie



Predpôrodná  
príprava



Individuálny  
pôrodný plán



Otec pri pôrode



Nadštandardné  
izby



Odber  
pupočnikovej krvi

## MILÉ MAMIČKY,

v blízkom čase vás čaká narodenie vášho dieťatka. V pôrodnici novej generácie v Humennom vám ponúkame možnosť prežiť tieto najkrajšie chvíle vášho života v príjemnom prostredí, ktoré je otvorené vašim predstavám a požiadavkám.

Našou snahou je vytvoriť pre vás a pre vaše bábätko komfortné podmienky, pocit bezpečia a istoty, aby ste si z našej nemocnice odniesli tie najpríjemnejšie spomienky.

## NAPLÁNUJTE SI S NAMI PÔROD DO NAJMENŠÍCH DETAILOV

Vaše predstavy a želania spojené s pôrodom sú pre nás veľmi dôležité. Objednajte sa na individuálne stretnutie priamo v našej pôrodnici a vytvorte spoločne s pôrodnou asistentkou a s lekárom váš pôrodný plán. Využite možnosť opýtať sa na tomto stretnutí na všetko, čo vás v súvislosti s pôrodom zaujíma.



# PRENATÁLNA STAROSTLIVOSŤ

Po dosiahnutí 36. týždňa tehotenstva vám ponúkame prenatálnu starostlivosť v našej gynekologickej ambulancii, kde budete pod kontrolou lekárov až do pôrodu.

## KURZ PREDPÔRODNEJ PRÍPRAVY

Postaráme sa o vás kvalitne, odborne a podľa vašich predstáv, aby ste sa pripravili na krásny okamih narodenia vášho bábätka dôkladne a do najmenších detailov. Tímy gynekologicko-pôrodnického a novorodeneckého oddelenia vás prevedú druhým a tretím trimestrom gravidity tak, aby ste boli psychicky pozitívne naladené a v dobrej fyzickej kondícii pred blížiacim sa pôrodom. V rámci kurzu predpôrodnej prípravy získate množstvo informácií, praktické návyky, a to nielen vy, ale aj váš partner, aby ste ako budúci rodičia spolu zvládli tehotenstvo, pôrod, obdobie šestonedelia a samotnú starostlivosť o vaše bábätko. Radi vás prevedieme priestormi našej pôrodnice, oddelením šestonedelia a novorodeneckého oddelenia.

- » je určený tehotným ženám, prvorodičkám aj viacrodičkám a odporúčame ho absolvovať ženám po 25. týždni tehotenstva
- » je ho možné absolvovať v skupinkách alebo po dohode s personálom aj individuálne
- » môže sa ho zúčastniť aj jedna osoba sprevádzajúca mamičku pri pôrode
- » zahŕňa 4 stretnutia, je vedený certifikovanou lektorkou kurzu psychofyzickej prípravy na pôrod, našimi pôrodníkmi, profesionálnou laktačnou konzultantkou a lekárom neonatológom
- » jedno stretnutie je v trvaní 60 – 90 minút.





## TÉMY, KTORÝM SA BUDEME SPOLOČNE VENOVAŤ:

### 1. STRETNUTIE,

ktoré je úvodom do celého kurzu, je neformálne stretnutie s primárom oddelenia.

## VŠETKO O PÔRODE S PRIMÁROM

Pravidelne na mesačnej báze vždy prvú stredu v mesiaci organizujeme neformálne stretnutie budúcich mamičiek so sprevádzajúcimi osobami s primárom oddelenia a tímami gynekologicko-pôrodnického a novorodeneckého oddelenia. Cieľom je porozprávať sa s mamičkami o priebehu pôrodu, odpovedať im na ich konkrétne otázky, na ktoré hľadajú odpovede, a predstaviť im pôrodné izby a priestory pôrodnice. Hlavnou myšlienkou je, aby nabehla diskusia medzi budúcou rodičkou a medzi personálom oddelenia, aby nadviazali určitý neformálny kontakt, ktorý by ich zbližil a pomohol tým ďalším možným stretom pri pôrode. Absolvovanie stretnutia s primárom oddelenia nie je viazané na absolvovanie ďalších stretnutí predpôrodného kurzu.

### KONTAKT

Nemocnica A. Leňa Humenné, a. s., Nemocničná 7, 066 01 Humenné

 057/7706030, 057/77 06 552

Všetko o pôrode s primárom prebieha v priestoroch nemocnice Humenné v pavilóne B na 1. poschodí v jedálni na oddelení šestonedelia.

**Prvá streda v mesiaci: 14.00 hod.**

### 2. STRETNUTIE

Na druhom stretnutí sa obšírnejšie venujeme téme tehotenstva. V rámci tohto stretnutia realizujeme aj cvičenie pre mamičky.

### 3. STRETNUTIE

Témy tretieho stretnutia sú venované samotnému pôrodu, možnostiam tlmenia pôrodnej bolesti, cisárskemu rezu a pod.

### 4. STRETNUTIE

Nosnými témami štvrtého stretnutia sú obdobie šestonedelia, dojčenie a starostlivosť o novorodenca. Stretnutie je vedené profesionálnou laktačnou konzultantkou a neonatológom.

## POPLATOK ZA VEDENIE KURZU

Za celý kurz – skupinové stretnutia je jednorazový poplatok **30 EUR**

Za individuálne stretnutie po dohode s personálom je poplatok **10 EUR** (60 min.)

Pre mamičky, ktoré sa rozhodnú porodiť dieťaťko v našej pôrodnici novej generácie v Humennom, je kurz predpôrodnej prípravy v rámci poskytovaných služieb našej pôrodnice **úplne zadarmo**.

Ak sa mamička rozhodne vybrať si pôrodnicu Humenné, zaplatená suma za kurz jej bude po preukázaní dokladu vrátená späť.

## KONTAKT

Nemocnica A. Leňa Humenné, a. s.

Nemocničná 7, 066 01 Humenné

 **057/77 06 030, 057/77 06 552**

Kurz predpôrodnej prípravy prebieha v priestoroch nemocnice Humenné v pavilóne C na 2. poschodí (nad Novorodeneckým oddelením, na konci chodby)

**Streda: 14.00 hod.**





## PÔRODNÉ IZBY

**Pôrodné sály sú v našej nemocnici minulosťou. Zriadením pôrodných izieb sa radíme k pôrodniciam novej generácie.**

Kompletné vybavenie pôrodných izieb je zamerané na dosiahnutie príjemného domáceho prostredia, čím chceme spĺňať štandard pôrodníc novej generácie. Farebná úprava izby so samostatným sociálnym zariadením (WC a sprcha) je dobrým predpokladom na zachovanie intimity a súkromia pre vás, ako aj pre vašich príbuzných.

## KOMFORT PRE MAMIČKY

- » wi-fi pokrytie v oddelení
- » voňavé prostredie
- » zrekonštruované priestory

## NADŠTANDARDNÉ SLUŽBY ZA PRÍPLATOK

- » **Pán doktor na zavolanie** (poplatok za výber pôrodníka) **150 EUR**
- » **Aby to bolelo čo najmenej** (poplatok za epidurálnu analgéziu) **100 EUR**
- » **Moja druhá mama** (poplatok za výber pôrodnej asistentky) **100 EUR**

### Chcem sa mať ako v bavlne

(poplatky za nadštandardné izby na šestonedelí)

- » Jednolôžková izba **16 EUR/noc**
- » Dvojľôžková izba **8 EUR/noc**
- » VIP izba pre poistienkyne ZP Dôvera **10 EUR/noc**
- » Jednolôžková izba pre poistienkyne iných ZP **20 EUR/noc**
- » **napichnutie ušnic novorodencovi** 8 EUR
- » zapožičanie **baby senzora** (monitora dychu) na 6 mesiacov do domáceho prostredia 48 EUR
- » vykonávame **odber pupočníkovej krvi a tkaniva pupočníka**

### Tkanivo pupočníka

395 EUR – cena za odber, vyšetrenie a spracovanie

### Pupočníková krv

880 EUR – cena za odber, vyšetrenie a spracovanie

### Tkanivo pupočníka a pupočníková krv

1 275 EUR – cena za odber, vyšetrenie a spracovanie





## VÝHODY PÔRODNICE V HUMENNOM

- » Po vzájomnej konzultácii akceptujeme váš pôrodný plán.
- » Realizujeme psychofyzickú prípravu na pôrod.

### » **NEONATOLÓGIA**

úzko spolupracujeme s novorodeneckým oddelením, kde je vašmu bábätku poskytovaná vysoká odborná starostlivosť. Spoločne sa staráme od pôrodu po jeho prepustenie z oddelenia

### » **PROFESIONÁLNE LAKTAČNÉ PORADENSTVO**

v pôrodnici chránime a podporujeme dojčenie zavedením najvyššieho štandardu pri získavaní poznatkov v oblasti dojčenia. Poskytujeme vám laktáčne poradenstvo počas celého pobytu v pôrodnici – naše certifikované profesionálne laktáčne konzultantky vám s dojčením rady pomôžu. Každá mamička by mala dostať v pôrodnici pri prepustení kontakt na profesionálne laktáčne konzultantky, na ktoré sa môže obrátiť z pohodlia domova, ak má pochybnosti v súvislosti s dojčením.

### » **EDUKÁCIA**

edukujeme mamičky v súvislosti s kúpaním, prebaľovaním a s celkovou starostlivosťou o bábätko, skin to skin ošetrovanie novorodencov, mamičkám tiež poskytujeme edukačné materiály v tlačenej aj on-line podobe či edukačné videá o dojčení ([www.mojapordnica.sk](http://www.mojapordnica.sk)).



# ČO VÁM U NÁS SPRÍJEMŇUJE PÔROD?

» na spríjemenie prvej doby pôrodnej vám ponúkame:

## **MUZIKOTERAPIU**

– počúvanie hudby s možnosťou vlastného výberu

## **ARÓMOTERAPIU**

– využívanie vonných olejov na relaxáciu počas pôrodu formou arómolampy, vôňa podľa vlastného výberu

## **HYDROTHERAPIU**

– teplá sprcha počas 1. pôrodnej fázy

## **FITLOPTU**

– kvôli masírovaniu bránky a na urýchlenie pôrodu

## **FITLOPTU „ARAŠID“**

– pre výber polohy pri pôrode

## **ŽINENKU**

– k dispozícii pre mamičku na pôrodnej izbe pre výber polohy pri pôrode

## **PROCEDÚRU BYLINNEJ NÁPARKY**

– ide o jednoduchý, no veľmi účinný a podporný nástroj, ktorý pozostáva z bylínok s teplou vodou a špeciálne navrhutej pohodlnej stoličky

» realizujeme metódu BONDING – už na pôrodnej izbe je bábätko hneď po pôrode uložené na brucho matky metódou „skin to skin“ – koža na kožu a zotrúva tam až do prvého prisatia k prsníku (ideálny začiatok dojčenia). Potom sa novorodenec ošetrí, zváži a zmeria a je ďalšie dve hodiny v postieľke pri matke.

» pobyt na oddelení šestonedelia je v kompletnom ROOMING-IN SYSTÉME. Mamička a bábätko sú po dvoch hodinách po pôrode prevezené na oddelenie, kde je vaše bábätko stále s vami, ak si to želáte. Zvláštnu starostlivosť venujeme dojčeniu a vytváraníu podmienok, aby dieťa a matka boli stále pri sebe.



# SPOKOJNOSŤ MAMIČIEK JE PRE NÁS PRVORADÁ



**Vladimíra Leškováčová**

**Humenné**

Nerozmýšľala som nad inou pôrodnicou. Bola som tu aj pri prvom dieťati spokojná. Aj s pôrodom, aj s popôrodnou starostlivosťou. Prístup lekárov aj sestier je skvelý. Som na VIP izbe a nemá to chybu. Teraz som už rodila v pôrodnej izbe a umožnilo mi to vyšší komfort. Od začiatku už mohol byť pri mne ako podpora manžel, čo som veľmi ocenila. Veľký rozdiel oproti prvému pôrodu. Klobúk dole.



**Nikoleta Lukáčová**

**Humenné**

Moje rozhodnutie pre humenskú pôrodnicu bolo jednoznačné, pretože sme očakávali, že dcérka príde na svet o 3 týždne skôr a je tu novorodenecké oddelenie, ktoré sa o bábätká perfektne postará práve v takých prípadoch, ako sme boli my. Túto pôrodnicu by som odporúčala hlavne kvôli personálu. Je tu nový primár a kvalitne to tu všetko funguje. Všetko mi vysvetlili, čo veľmi oceňujem.



**Andrea Jarolíňová**

**Rovné, okres Humenné**

V pôrodnici som ležala už týždeň pred pôrodom pre vysoký tlak, tak som už mala predstavu, ako to tu chodí. Som tu spokojná. Pôrodná izba ma prekvapila, fakt na úrovni. Bola som v nej od prijímu po pôrod, ale u mňa to šlo rýchlo. Aj s prístupom personálu som spokojná.

Spätná väzba nás posúva ďalej. Vyjadrite, prosím, svoj názor na spokojnosť so zdravotnou starostlivosťou v našej pôrodnici na: [www.lekar.sk](http://www.lekar.sk), [www.modrykonik.sk](http://www.modrykonik.sk), [www.rodinka.sk](http://www.rodinka.sk).

# O VAŠE ZDRAVIE A BEZPEČNOSŤ SA STARÁ TÍM ODBORNÍKOV

- 1 MUDr. Ladislav Hamadej  
primár gynekologicko-pôrodnického oddelenia
- 2 MUDr. Soňa Bindasová  
zástupca primára gynekologicko-pôrodnického oddelenia
- 3 MUDr. Mária Vasilová  
primárka neonatologického oddelenia  
hlavná lekárka neonatológie v sieti nemocníc Penta Hospitals
- 4 Mgr. Terézia Šuláková  
vedúca pôrodná asistentka gynekologicko-pôrodnického oddelenia
- 5 Mgr. Iveta Sedláčková  
manažérka dennej zmeny neonatologického oddelenia  
hlavná sestra neonatológie v sieti nemocníc Penta Hospitals  
profesionálna laktačná konzultantka
- 6 Mgr. Marta Platková  
vedúca sestra neonatologického oddelenia
- 7 Bc. Daniela Španová  
lektorka predpôrodnej prípravy





MILÉ MAMIČKY,

moment príchodu nového života na svet je fascinujúci, emotívny a nezabudnuteľný okamih, no pre mnohé z vás je to prvé stretnutie s nemocnicou. Naším cieľom je preto zmierniť obavy, ktoré z neznámeho prostredia a novej situácie možno máte. Naš personál vaše obavy chápe a vynasnažíme sa, aby ste sa u nás cítili čo najpríjemnejšie. Teší nás, že aj prostredníctvom noviniek v našej pôrodnici vám dokážeme spríjemniť krásny okamih, ako je pôrod. Želáme si, aby bol pôrod pre vás výnimočným zážitkom, a sme hrdí na naše tímy odborníkov, ktoré sa ustavične snažia, aby ste sa v pôrodnici cítili čo najlepšie.

## KONTAKT

Nemocnica A. Leňa Humenné, a. s.  
Nemocničná 7, 066 01 Humenné

✉ [porodnyplan.he@pentahospitals.sk](mailto:porodnyplan.he@pentahospitals.sk)

☎ 057/7706 030

Pondelok – piatok: 8.00 – 15.30 hod.