



Bezpieczny poród

w Oddziale Ginekologiczno – Położniczym
Szpitala Powiatowego
im. dr Tytusa Chałubińskiego
w Zakopanem

Zakopane 2020r.

Przygotowanie do pobytu w Szpitalu

- Spakowanie torby do porodu na kilka tygodni przed planowanym terminem porodu.
- Nie powinna ona zajmować zbyt dużo miejsca.

Co Mama powinna wziąć do Szpitala

- dokument tożsamości: dowód osobisty
- karta przebiegu ciąży z odnotowanymi wynikami badań: mocz, morfologia, HBS, WR, USG, grupa krwi, HCV, HIV, GBS (z pochwy i odbytu)
- grupę krwi
- wyniki konsultacji medycznych – jeśli były zalecone (internistyczne, ortopedyczne, kardiologiczne, okulistyczne, endokrynologiczne, psychiatryczne)
- wypisy z wcześniejszych pobytów w szpitalu

Co Mama powinna wziąć do Szpitala

Zawartość torby do porodu

- wygodna koszula do porodu lub duży t-shirt i dwie umożliwiające karmienie piersią koszule
- klapki pod prysznic
- pantofle
- szlafrok
- jednorazowe majteczki

Co Mama powinna wziąć do Szpitala

- przybory toaletowe (kosmetyki własne)
- ręcznik kąpielowy i drugi mniejszy
- woda w aerozolu (do odświeżenia twarzy)
- biustonosz zapewniający swobodne karmienie piersią
- wkładki higieniczne
- woda mineralna
- ładowarka do telefonu komórkowego



**Cenną biżuterię i rzeczy wartościowe
należy zostawić w domu. Usunąć
sztuczne paznokcie (tipsy i hybrydy).**

Co Mama powinna wziąć do Szpitala - dla noworodka

- pieluchy jednorazowe
- chusteczki
- wyprawka wypisowa (własna)
- kosmetyki do pielęgnacji wg uznania

Co powinna wziąć ze sobą osoba towarzysząca

- wygodne obuwie (zwłaszcza zimą)
- wygodne ubranie
- wodę mineralną

Kiedy się zgłosić do Szpitala

- Skierowanie przez lekarza prowadzącego ciążę
- Osłabienie ruchów płodu
- Odpłynięcie płynu owodniowego
- Skurcze macicy co 3-5 minut przez co najmniej 30 minut
- Plamienie, krwawienie
- Objawy kliniczne budzące niepokój np. wymioty, bóle głowy, duszność,

Poród i Połóg

Lekarze i położne na bieżąco informują Pacjentkę o wszystkich podejmowanych działaniach oraz proszą o zgodę na wykonywanie niezbędnych badań i zabiegów. Jeśli nie ma medycznych przeciwwskazań Pacjentka od razu po narodzinach dziecka może je przytulić i po raz pierwszy nakarmić piersią.

Poród i Połóg

Poród w 4 krokach

Izba Przyjęć 3 piętro naszego Szpitala

przyjęcie do szpitala, wywiad medyczny, badanie położnicze, KTG, USG

Blok porodowy

poznanie personelu medycznego, omówienie planu porodu i zapoznanie z salą narodzin

Poród

położna wspiera rodzącą na każdym etapie porodu, przyjmowanie dogodnych pozycji, stosowanie technik łagodzących efekty skurczów porodowych, narodziny dziecka, ocena stanu dziecka przez lekarza neonatologa

Do 2 h po porodzie w Sali Porodowej

rodzice celebrować chwilę narodzin, podejmowane są pierwsze próby karmienia piersią, kontakt matki z dzieckiem/skóra do skóry/

Fizjologia porodu

- Zwiastuny porodu 2-3 tygodni przed porodem
 - obniżenie dna macicy
 - wstawianie się główki płodu do wchodu miednicy u pierwiastek
 - skurcze przepowiadające
 - dojrzewanie szyjki macicy
 - odejście czopa śluzowo-krwistego
 - parcie na pęcherz moczowy

Fizjologia porodu

- Początek porodu
 - Regularne skurcze co 3-5min, w ciągu co najmniej 30 min
 - Odpłynięcie płynu owodniowego
 - Skracanie się i rozwieranie szyjki macicy

Poród

Niefarmakologiczne metody łagodzenia bólu:

- ciągłe wsparcie Kobiety przez położną w trakcie porodu
- utrzymanie aktywności fizycznej Rodzącej i przyjmowanie pozycji zmniejszających odczucia bólowe: spacer, kołysanie i inne
- techniki oddechowe i ćwiczenia relaksacyjne
- masaż relaksacyjny, ciepłe lub zimne okłady w okolicach odczuwania bólu
- immersja wodna

Poród

Farmakologiczne metody łagodzenia bólu – całkowicie bezpłatne:

- znieczulenie zewnątrzoponowe – w miarę dostępności lekarza anestezjologa
- analgezja wziewna – Entonox (mieszanina podtlenku azotu i tlenu)

Poród

Ochrona krocza

Krocze rodzącej jest nacinane wyłącznie w medycznie uzasadnionych przypadkach.

Poród rodzinny

Na życzenie Pacjentki podczas porodu może towarzyszyć jej bliska osoba.

Rozwiązanie przez cesarskie cięcie

Cięcie cesarskie jest to operacyjne ukończenie ciąży, porodu ze względu na stan matki, stan dziecka oraz przebieg porodu.

Decyzję o wykonaniu cięcia cesarskiego podejmuje doświadczony położnik, specjalista w zakresie ginekologii i położnictwa

Wskazania do cięć planowych/elektywnych są weryfikowane przez doświadczonego położnika

Powikłania po cięciu cesarskim

- Zakażenia uogólnione, miejscowe/rany pooperacyjnej
- Niedrożność porażenna jelit
- Krwawienie wymagające transfuzji
- Uszkodzenie pęcherza moczowego
- Zakrzepica żył głębokich
- Zatorowość płucna

Powikłania po cięciu cesarskim

Możliwe powikłania odległe:

- 4.5 razy większe ryzyko wystąpienia łożyska przoduującego w kolejnej ciąży,
- zwiększone ryzyko łożyska wrośniętego,
- 3 razy większe ryzyko przedwczesnego oddzielenia łożyska,
- ryzyko pęknięcia macicy w bliźnie pooperacyjnej – ok. 0.6 %.

Powikłania neonatologiczne

- Znacznie częściej występuje zespół zaburzeń oddychania
- Przejściowe tachypnoe (zespół mokrych płuc)
- Zespół przetrwałego nadciśnienia płucnego (5x częściej)
- Zranienia skóry noworodka
- Częściej występują alergie pokarmowe i astma oskrzelowa



Połóg

- Połóg jest to okres 6 tygodni po porodzie, podczas którego następuje ustąpienie zmian powstałych podczas ciąży i porodu

Połów prawidłowy

- ustąpienie zmian ciążyowych i porodowych
- gojenie się ran porodowych
- rozpoczęcie i utrzymywanie się laktacji
- ponowne podjęcie czynności hormonalnej przez jajniki

Połów

Na Oddziale Położniczym Mamy wraz z dziećmi odpoczywają po porodzie. Mają zapewnioną nieprzerwaną opiekę lekarzy ginekologów-położników oraz położnych. Nad zdrowiem naszych małych Pacjentów czuwają lekarze neonatolodzy.

Połóg

ODWIEDZINY PACJENTEK

Zalecane godziny odwiedzin
od godz. 14-20 od poniedziałku do piątku

W dni wolne od pracy i w Święta od godz. 11-20

Osoby odwiedzające muszą być zdrowe

Dzieci mogą odwiedzać swoje nowonarodzone rodzeństwo pod kontrolą osób starszych

Prosimy o zachowanie poszanowania intymności dla innych pacjentek taką jaką byście państwo chcieli, aby inni okazywali Państwa najbliższym

Zalecenia dla położnicy przy wypisie ze szpitala

- Każdy wzrost temperatury ciała powyżej 38 C wymaga pilnego zgłoszenia się do lekarza
- Bóle głowy, bóle dołem brzucha, trudności w oddawaniu moczu, drgawki natychmiastowy kontakt z lekarzem prowadzącym w ciąży, bądź ze Szpitalem

Zalecenia dla położnicy przy wypisie ze szpitala

- Kąpiel – zalecamy prysznic
- Dieta lekkostrawna zalecamy unikanie pokarmów wzdymających, ciężkostrawnych, wysoko przetworzonych
- Podaż klarownych płynów, unikanie dosładzanych soków, napojów
- Podaż witamin
- Współżycie płciowe po 6 tygodniach od porodu

Drodzy Państwo

- Kobieta stanowi wysoce wartościowe dobro z wielu punktów widzenia, szczególnie z punktu widzenia biologicznego - przekazanie życia: poczęcie, ciąża, poród, karmienie i pielęgnacja Waszego dziecka.
- Dbajcie o swoje zdrowie, przed planowaną ciążą, w ciąży i po porodzie, które zapewni prawidłowy rozwój Waszych następnych pokoleń.