

# Planowanie porodu

Imię i nazwisko

## Oczekiwania wobec miejsca/warunków porodu

- Chciałabym rodzić w sali pojedynczej
- Zależy mi, by w sali był prysznic lub wanna.
- Chciałabym, by w sali była toaleta.
- Mogę rodzić na sali wieloosobowej.
- Chciałabym mieć możliwość posłuchania swojej muzyki.
- Chciałabym, aby w sali porodowej było przyciemnione światło, panowała cisza.
- Chciałabym móc nagrywać poród na kamerę / robić zdjęcia.

## Osoba towarzysząca/osoby obecne podczas porodu

- Chcę rodzić z bliską osobą.
- Będę rodzić sama.
- Zależy mi, aby mojej osobie towarzyszącej udzielano informacji o postępie porodu.
- Wyrażam /nie wyrażam zgodę na obecność studentów/tek położnictwa i medycyny

## Przygotowanie do porodu

- Zależy mi, aby nie wykonywano żadnych zabiegów przygotowujących do porodu (lewatywa, golenie krocza)
- Sama ogolę krocze w domu.
- Proszę, aby przy przyjęciu do porodu wykonano mi lewatywę.
- Wyrażam/nie wyrażam zgody na założenie wenflonu, chyba, że dojdzie do konieczności podania mi leków dożylnie.

## Poród

- Zależy mi na pełnej i bieżącej informacji o postępie porodu.
- Zależy mi by mój poród był naturalny.
- Proszę pytać mnie o zgodę na wszystkie badania i zabiegi podczas porodu.
- Zależy mi, by ograniczyć liczbę badań dopochwowych.
- Proszę pozwolić mi na swobodne wydawanie dźwięków i/lub krzyku podczas porodu.
- Chciałabym pić w trakcie porodu.
- Nie wyrażam zgody na masaż szyjki macicy i wyciskanie dziecka z brzucha („chwyt Kristellera”).

## Pierwszy okres porodu

- Chciałabym mieć możliwość korzystania z wanny/prysznicza.
- Chciałabym mieć możliwość korzystania ze sprzętów takich, jak drabinka, materac, worek sako.
- Jeżeli zaistnieje konieczność podania mi kroplówki lub monitorowania stanu dziecka, chciałabym zachować możliwość przyjmowania dowolnej pozycji.

## Drugi okres porodu

- Chciałabym mieć możliwość wyboru pozycji w drugim okresie porodu. Proszę o instruowanie mnie w trakcie parcia.
- Chciałabym prosić o przygaszenie świateł i wyciszenie w chwili, gdy dziecko będzie wychodzić na świat.

## Łagodzenie bólu porodowego

- Proszę nie proponować mi farmakologicznych środków przeciwbólowych, zanim sama o to nie poproszę.
- Jeśli poproszę o środki przeciwbólowe, proszę poinformować mnie o etapie porodu, na jakim jestem.
- Chciałabym /nie chcę skorzystać ze znieczulenia zewnątrzoponowego.
- Chciałabym móc korzystać z metod łagodzenia bólu, takich jak masaż przez osobę towarzyszącą, prysznic, imersja wodna.
- Nie wyrażam zgody na podanie środków zmieniających świadomość

## Nacięcie/ochrona krocza

- Zależy mi na uniknięciu nacięcia krocza.
- Wolałabym mieć nacięcie krocza.
- Chciałabym, aby położna starała się ochronić moje krocze i poinstruowała mnie w czasie parcia.
- Proszę o miejscowe znieczulenie przy zszywaniu krocza.

## Wywołanie/stymulacja porodu

- Jeśli nie będzie wyraźnych względów medycznych chciałabym uniknąć wywoływania porodu (w tym przebijania pęcherza płodowego).
- Zanim zostanie podana mi oksytocyna lub zostanie przebity pęcherz płodowy, chciałabym spróbować naturalnych sposobów stymulowania porodu, takich jak ruch czy masaż brodawek sutkowych.
- Jeśli wywołanie porodu będzie konieczne, chciałabym, aby najpierw został użyty żel z prostaglandyną, zanim zostanie podana oksytocyna.

## Cesarskie cięcie

- Chciałabym uniknąć cesarskiego cięcia, ale jeśli będzie ono konieczne, chciałabym zostać o wszystkim dokładnie poinformowana.
- Chciałabym, by osoba towarzysząca mogła być obecna podczas operacji.
- Zależy mi, by 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”.
- Jeśli będzie to możliwe, chciałabym nakarmić dziecko jak najszybciej po porodzie.

## Po porodzie

- Chciałabym, by towarzysząca mi osoba mogła przeciąć pępowinę.
- Zależy mi, by pępowina została przecięta dopiero wtedy, gdy przestanie tętnić.
- Chciałabym, aby moje dziecko było u mnie na brzuchu w kontakcie „skóra do skóry” tak długo, jak będziemy tego potrzebowali.
- Chciałabym, aby moje dziecko zostało owinięte w pieluszki, które przyniosłam z domu
- Chciałabym od razu po porodzie dowiedzieć się, ile waży i mierzy moje dziecko.
- 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.
- Nie zgadzam się na podanie środków naskurczowych
- Chciałabym mieć możliwość przystawienia dziecka do piersi zanim urodzę łożysko.

## Na oddziale położniczym

- Chciałabym, aby dziecko było cały czas ze mną w pokoju.
- W momencie, gdy odzyskam siły, chciałabym, aby dziecko było ze mną w pokoju. Chciałabym, aby dziecko było ze mną w pokoju w ciągu dnia, a w nocy na sali noworodkowej.
- Chciałabym zostać dokładnie poinstruowana, jak mam przewijać i kąpać dziecko.
- Jestem doświadczoną mamą, będę sama przewijać i kąpać dziecko.
- Chciałabym, aby kąpiel dziecka i inne czynności pielęgnacyjne oraz ew. badania i zabiegi odbywały się w obecności mojej lub ojca dziecka.
- Zakładając, że i ja i dziecko będziemy czuć się dobrze, chciałabym być wypuszczona do domu najszybciej jak to jest możliwe.

## Szczepienia

- Nie wyrażam zgody na szczepienie dziecka w pierwszej dobie.
- Zgadzam się na szczepienie dziecka.
- Proszę, aby szczepienie dziecka odbyło się w obecności mojej lub ojca dziecka.