

Plan porodu jest to rodzaj dokumentu, w którym kobieta opisuje swoje oczekiwania wobec porodu. Taki plan ciężarna powinna opracować wspólnie ze swoim lekarzem prowadzącym ciążę czy położną (rozporządzenie Ministra Zdrowia określające procedury postępowania w opiece nad kobietą i dzieckiem podczas ciąży fizjologicznej, fizjologicznego porodu i porodu oraz opieki nad noworodkiem; Dziennik Ustaw Nr 187 z dn. 07.10.2010 poz. 1259). Ponieważ nie wszystkie placówki dostosowały się do wymagań standardu opieki okołoporodowej i niektóre punkty planu porodowego mogą nie być spełnione może warto wybrać inny szpital, który spełni lepiej oczekiwania pacjentki. Ważne, żeby rodząca wiedziała o tym wcześniej. Tu rola jak już podkreślałam lekarza, położnej, która będzie przyjmować poród czy położnej środowiskowo-rodzinnej.

Na warsztatach z innowacji porodowych powstały różne plany. W niektórych głównym aspektem były pozycje wertykalne, ochrona krocza w innych na pierwszy plan wysuwa się noworodek, kontakt skin to skin i karmienie piersią. Plan porodu warto uporządkować odnosząc się do poszczególnych etapów porodu i aspektów opieki okołoporodowej. Oto nasz wspólnie opracowany plan, w którym jest miejsce na dopisanie istotnej sprawy dla pacjentki bądź skreślenie zbędnego punktu.

PLAN PORODU

Informacje ogólne

Imię i nazwisko

Termin porodu

Ciąża (która?)

Poród (który? poprzedni jak się zakończył?)

Grupa krwi

Wynik wymazu z pochwy w kierunku GBS

.....

Informacje na temat obecnej ciąży

Pobyty w szpitalu (kiedy i dlaczego?)

Leki w I trymestrze

Leki w II trymestrze

Leki w III trymestrze

.....

Informacje dodatkowe

Choroby przewlekłe

Choroby współistniejące z ciążą

Przebyte operacje (kiedy i z jakiego powodu?)

Uczulenia i alergia

.....

Oczekiwania wobec miejsca porodu

Chciałabym mieć możliwość :

- rodzić na sali pojedynczej;
- korzystania z prysznicza lub wanny;
- słuchania swojej muzyki;
- przyciemnienia światła;
- nagrywania porodu lub robienia zdjęć;

.....

Osoby obecne podczas porodu

- Będę rodzić ze swoją położną.

Obecny będzie mąż/ partner/ osoba bliska/ doula/ będę rodzić sama.*

- Zależy mi, aby podczas porodu były obecne tylko niezbędne osoby z personelu medycznego.

Wyrażam/ nie wyrażam* zgody na obecność studentów położnictwa/ medycyny*.

.....

Przygotowanie do porodu

Wyrażam zgodę/ nie wyrażam zgody* na lewatywę.

Wyrażam zgodę/ nie wyrażam zgody* na golenie krocza.

Wyrażam zgodę/ nie wyrażam zgody* na założenie kaniuli dożylniej.

.....

Poród

- Chciałabym aby mój poród był naturalny w pełnym tego słowa znaczeniu.

- Zależy mi aby wszelkie interwencje medyczne były poprzedzone analizą mojej sytuacji położniczej i abym była o tym poinformowana.

- Zależy mi na pełnej, bieżącej informacji o postępie mojego porodu.

- Proszę pytać mnie o zgodę na wszystkie proponowane zabiegi czy badania.

- Proszę ograniczyć liczbę badań dopochwowych do niezbędnego minimum.

- Chciałabym pić podczas porodu.
-

Pierwszy okres porodu

- Chciałabym mieć swobodę poruszania się i przyjmowania dowolnej pozycji w pierwszym okresie porodu.

- Chciałabym mieć możliwość korzystania z prysznica czy wanny.

- Chciałabym korzystać ze sprzętów pomocniczych takich jak piłka/ drabiki/ materac/ worek sako/ chusta*.
-

Drugi okres porodu

- Chciałabym mieć możliwość wyboru pozycji w drugim okresie porodu.
 - Chciałabym przeć spontanicznie, tak jak mi podpowiada instykt.
 - Chciałabym mieć możliwość urodzenia w innej pozycji niż leżąca.
 - Chciałabym mieć możliwość przygaszenia światła.
-

Łagodzenie bólu porodowego

- Proszę nie proponować mi farmakologicznych środków przeciwbólowych, zanim sama o to nie poproszę.
 - Chciałabym móc skorzystać ze znieczulania zewnątrzoponowego.
 - Nie chcę znieczulenia zewnątrzoponowego.
 - Chciałabym korzystać z niefarmakologicznych metod łagodzenia bólu takich jak masaż przez osobę towarzyszącą, imersja wodna czy okłady.
-

Ochrona krocza

- Chciałabym aby położna starała się ochronić moje krocze i instruowała mnie w czasie parcia.
 - Chciałabym prosić o miejscowe znieczulenie w czasie szycia krocza po ewentualnym pęknięciu.
-

Stymulacja porodu

- Chciałabym uniknąć wywoływania porodu np. przebijania błon płodowych. Chyba, że będą wyraźne względy medyczne.
-

Cięcie cesarskie

- Jeśli operacja będzie konieczna to chciałabym zostać o wszystkim dokładnie poinformowana.
- Chciałabym po wydobyciu mieć możliwość kontaktu z noworodkiem skóra do skóry.
- Chciałabym aby osoba towarzysząca była obecna w czasie pierwszych zbiegów u noworodka.
- Chciałabym aby po zbadaniu i ogrzaniu dziecka osoba towarzysząca mogła je trzymać w ramionach.

- Chciałabym jak najszybciej po cięciu cesarskim mieć możliwość przystawienia dziecka do piersi.
-

Po porodzie

- Chciałabym aby pępowina przestała tętnić zanim zostanie przecięta.
 - Zależy mi aby pępowinę przecinała osoba towarzysząca.
 - Chciałabym trzymać dziecko po porodzie skóra do skóry jak najdłużej.
 - Chciałabym przystawić dziecko do piersi jeszcze na Sali Porodowej.
 - Zależy mi aby moje dziecko było ubrane w rzeczy i owinięte w pieluszki, które przywiozłam z domu.
 - Chciałabym aby zważono i zmierzono moje dziecko po kontakcie skóra do skóry.
 - Proszę o przeprowadzenie badania neonatologicznego po kontakcie skin to skin.
-

Trzeci okres porodu

- Chciałabym wydalić łożysko samodzielnie zanim zostaną mi podane środki naskurczowe.
 - Chciałabym mieć możliwość przystawienia dziecka do piersi zanim urodzę łożysko.
-

Czwarty okres porodu

- Zależy mi aby osoba towarzysząca pozostała przy mnie w tym czasie.
 - Chciałabym aby dziecko było cały czas ze mną na sali.
-

Na oddziale położniczym

- Chciałabym być poinstruowana jak mam przewijać i karmić dziecko.
 - Chciałabym aby kąpiel, czynności pielęgnacyjne i badania dziecka odbywały się w mojej obecności.
 - Chciałabym zostać wypisana do domu z dzieckiem najszybciej jak to możliwe.
-

Karmienie noworodka

- Chciałabym karmić dziecko piersią.

- Nie chciałabym aby moje dziecko było dokarmiane lub dopajane.
- Chciałabym mieć możliwość spotkania się z konsultantem laktacyjnym.
- Proszę nie podawać dziecku smoczka.

.....

Szczepienia noworodka

- Wyrażam zgodę na szczepienie dziecka/ nie wyrażam zgody na szczepienie dziecka.*
- Chciałabym aby dziecko było zaszczepione w mojej obecności lub osoby towarzyszącej.
- Chciałabym aby dziecko było zaszczepione szczepionką przeze mnie przywiezioną- Engerix, którą przekazałam położnej przyjmującej mnie w Oddział Porodowy.

.....

Zdaję sobie sprawę, że przy każdym niemal punkcie należy dodać jeśli nie będzie przeciwwskazań medycznych. Wówczas poproszę o pełną informację i analizę mojej sytuacji porodowej czy położniczej lub informację na temat zdrowia mojego dziecka. Jeżeli nie będzie przeciwwskazań i poród będzie przebiegał spontanicznie i naturalnie bardzo zależy mi aby ten plan został wzięty pod uwagę.

Podpis pacjentki

.....

Podpis położnej prowadzącej/przyjmującej poród

.....

Podpis położnej/ lekarza* prowadzącego ciążę

.....

Podpis lekarza dyżurującego

.....

*Nie potrzebne skreślić