



Náš pôrodný plán - navrhnutý pre Vašu bezpečnosť a bezpečnosť Vášho bábätka

Milá mamička,

ďakujeme, že ste si vybrali našu pôrodnicu k tak významnej udalosti, akou je narodenie Vášho bábätka. Je aj v našom záujme, aby pôrod prebehol bez komplikácií, aby ste boli spokojná a aby ste odchádzali domov zdravá so zdravým dieťaťom.

Veríme, že ste sa na príchod Vášho potomka pripravovali a máte predstavu, ako asi by mal prebiehať. Vzhľadom na naše dlhoročné skúsenosti, medicínu založenú na dôkazoch a časté požiadavky mamičiek, sme pre Vás pripravili „naš pôrodný plán“ – naše obvyklé postupy a odporúčania.

sprevádzajúca osoba počas pôrodu

Na pôrodnom boxe môžu byť s Vami dve osoby. Sprevádzajúca osoba neplatí žiaden poplatok. Poprosíme Vás o zabezpečenie obuvi na prezutie aj pre sprevádzajúcu osobu z hygienických dôvodov. Rovnako prosíme o rešpektovanie pokynov zdravotníkov a zachovanie súkromia ostatných pacientok zo strany sprevádzajúcich osôb.

analgézia počas pôrodu (tlmenie bolesti)

Okrem masáží, úľavových polôh, muziko alebo aromaterapie môžete využiť aj farmakologickú analgéziu, ktorá je u nás bezplatná. Najčastejšie ide o epidurálnu analgéziu (EDA), inhaláciu rajského plynu (Entonox) alebo podanie spazmoanalgetík (Buscopan, Nospa). Spazmoanalgetiká okrem úľavy od bolesti napomôžu aj otváraniu bránky a prispievajú k skráteniu I. doby pôrodnej.

príjem stravy a tekutín počas pôrodu

Počas pôrodu môžete piť tekutiny podľa Vašej potreby a jesť ľahšie jedlá.

poloha počas II. doby pôrodnej

Počas II. doby pôrodnej je u nás najčastejšia poloha na chrbte, na boku alebo na štyroch končatinách. Na pôrodnej sále sa nachádzajú fotografie rôznych polôh pri pôrode, z ktorých si môžete vybrať. Na našej klinike podporujeme rôzne polohy počas samotného pôrodu dieťaťa. Podmienkou výberu ľubovoľnej polohy je fyziologický priebeh pôrodu bez známkoh ohrozenia dieťaťa alebo rodičky.

dotepanie pupočníka

Po pôrode dieťaťa, ak je všetko v poriadku, počkáme na dotepanie pupočníka, čo je u nás štandardný postup. Následné prestrihnutie pupočnej šnúry môže byť vykonané sprevádzajúcou osobou.

bonding (skin-to-skin)

V prípade, že súhlasíte, bude dieťaťko položené na Vašu hrud' nahé (skin-to-skin) na prvé 2 hodiny jeho života. Neonatologická sestra ho môže ošetriť, odmerať a odvážiť bezprostredne po pôrode a nahé Vám ho vrátiť na hrud' alebo to môže vykonať po 2 hodinách. Pokiaľ by mal novorodenecký lekár alebo novorodenecká sestra pochybnosti o zdravotnom stave bábätka, môžu bonding ukončiť predčasne. Rovnako ho môže predčasne ukončiť rodička. Odporúčame však vytrvať v bondingu minimálne do prvého prisatia bábätka.

kardiotokografia (CTG) počas pôrodu

Pri prijíme na pôrodnú sálu budete vyšetrená a následne Vás napojíme na CTG záznam na zistenie stavu Vášho bábätka. CTG nám ukazuje, aká je srdcová aktivita bábätka a ako sa mení pri sťahoch matrice. Pomáha nám vidieť, ako bábätko reaguje na pôrod a zasiahnúť, ak by sme videli, že činnosť srdiečka sa zhoršuje. Počas pôrodu bude CTG zaznamenávaný približne každé 3 hodiny po dobu cca 20 minút. Vtedy budete vyzvaná, aby ste ležali na pôrodnej posteli. Inak máte neobmedzený pohyb po pôrodnom boxe a môžete ho tráviť v ľubovoľnej polohe. V prípade potreby môže lekár zvážiť aj kontinuálny (nepretržitý) CTG monitoring, prípadne skôr ako po 3 hodinách alebo na viac ako 20 minút.

i.v. prístup (zavedená vnútrožilová kanyla)

Zaistenie vnútrožilového prístupu je v pôrodnictve veľmi dôležité. V niektorých prípadoch môže prísť k silnému krvácaniu, kedy Vaše telo bude chcieť „šetriť“ krv pre životne dôležité orgány – srdce, mozog, pľúca. Vtedy sú žily na periférii (končatiny) skolabované a následne dodatočné zaistenie vnútrožilového prístupu môže byť problematické a oberať nás o cenné sekundy pri záchrane Vášho zdravia a života. Tak isto v prípade nutnosti urgentného ukončenia pôrodu cisárskym rezom strácame drahocenné sekundy pre Vaše dieťaťko zaistením žilového prístupu, ktorý je pri cisárskom reze nevyhnutný okrem iného aj na podanie anestetika.

podávanie oxytocínu

Oxytocín sa u nás automaticky v I. a II. dobe pôrodnej nepodáva, je určený iba pre indikované prípady (napr. podanie priamo do žily na záver tlačenia v II. dobe pôrodnej, ak sú prestávky medzi kontrakciami dlhé a dieťaťko má už hlavičku v malej panve, podanie pri nepostupujúcom pôrode). Štandardne sa však podáva po pôrode dieťaťka, aby sa podporilo skoré odlúčenie placenty a zmenšili sa krvné straty na minimum.

amniotómia

Amniotómia alebo dirupcia vaku blán („pustenie vody“) je metóda, ktorá sa používa k skráteniu I. doby pôrodnej (napr. keď pôrod trvá prídlho a žena je vyčerpaná), pri indukcii pôrodu alebo pri zastavení progresie pôrodu. Ideálny pôrodnický nález na amniotómiu je pri bránke otvorenej na 4 – 6 cm, pri pôrode koncom panvovým neskôr. Výkon je úplne bezbolestný ako pre Vás, tak aj pre dieťaťko a bude vykonaný iba s Vaším súhlasom.

vákuumextrakcia

V zriedkavých prípadoch môže byť rodička na konci II. doby pôrodnej vyčerpaná a nevládať tlačiť. Ak začnú ozvy bábäťka slabnúť, je nutné ukončiť pôrod čo najrýchlejšie. Ak podmienky neumožňujú vykonať cisársky rez, pôrodník indikuje použitie vákuumextraktora. Pri tomto výkone je takmer vždy pre Vašu bezpečnosť aj bezpečnosť dieťaťka nutné vykonať epiziotómiu (nástrih).

epiziotómia

Epiziotómia, alebo nástrih hrádze je metóda, ktorá Vás má ochrániť pred ruptúrou (roztrhnutím) hrádze III. a IV. stupňa, pri ktorej je poškodený do rôznej miery aj konečník. Na našom pracovisku sa nevykonáva preventívne, len v opodstatnených prípadoch (cca 35% pôrodov). Pri plne rozvinutej hrádzi je tento výkon bezbolestný. Počas zašívania hrádze sa na jej umítenie používajú lokálne anestetiká.

poterminová tehotnosť (tzv. prenášanie)

Tehotenstvo trvá 38 – 42 týždňov (37+0 – 41+6). Priemer je 40 týždňov, čo Vám určuje aj predpokladaný termín pôrodu (40+0). Po termíne už placenta nemusí plniť svoju funkciu na 100 % a preto budete predvolávaná na našu ambulanciu častejšie, bude Vám realizované ultrazvukové vyšetrenie, CTG a pri normálnom priebehu Vám odporučíme hospitalizáciu v 41+2. Tieto opatrenia sú prevenciou voči tomu, aby bábätko neostalo v maternici dlhšiu dobu nedostatočne vyživované.

indukcia (vyvolávanie) pôrodu

V 41+2 budete prijatá na našu kliniku a podľa pôrodnického nálezu a klinického stavu zvolíme niektorú z metód preindukcie (príprava na pôrod) alebo indukcie (samotné vyvolanie pôrodu). Bežne používané metódy sú zavedenie Dilapan tyčiniek do krčka maternice, zavedenie Foley katétra, použitie prostaglandínových tabliet podaných do pošvy, rozrušenie vaku blán (amniotómia) alebo podanie infúzie s oxytocínom. Zvolenie konkrétnej metódy bude závisieť od toho, ako veľmi bude otvorený krčok maternice a ako bude Vaše telo pripravené na pôrod.

elektívny cisársky rez

Plánovaný (elektívny) cisársky rez sa vykonáva len v indikovaných prípadoch. Tie s Vami preberie lekár na ambulancii fyziologickej alebo rizikovej gravidity.

TOLAC/VBAC (vaginálny pôrod po predchádzajúcom cisárskom reze)

Na našej klinike máme veľmi dobré skúsenosti s vaginálnymi pôrodmi po predchádzajúcom cisárskom reze. Ak sa rozhodnete o pokus o spontánny pôrod (TOLAC), je dobré si pripraviť napriek tomu interné vyšetrenie (pre prípad že by ste Vy zmenili svoje rozhodnutie alebo že by medicínske okolnosti nedovoľovali pokračovať vo vedení spontánneho pôrodu). Ďalší manažment Vašej tehotnosti bude prebiehať rovnako ako u iných žien, v ambulancii fyziologickej gravidity. Tu taktiež radi zodpovieme akékoľvek otázky, ktoré by Vás zneisťovali v tom, aký spôsob pôrodu si vybrať po predchádzajúcom cisárskom reze.

V prípade individuálnych požiadaviek prineste prosím Váš vlastný pôrodný plán na vyšetrenie v ambulancii fyziologickej gravidity ako aj priamo k pôrodu. Radi ho spolu s Vami prejdeme a zhodnotíme, ktoré požiadavky vieme zabezpečiť.

Základom dobrej spolupráce je, aby sme spolu komunikovali. Chceme Vás preto poprosiť, buďte aj Vy aktívna v tomto procese. Pýtajte sa nás, hovorte nám o svojich potrebách počas pôrodu, upozornite nás, ak niečomu nerozumieme. Iba tak Vám budeme môcť odpovedať a spoločne sa pokúsiť o to, aby bol pôrod Vášho dieťaťka skutočne nezabudnuteľným zážitkom.

S úctou,
tím Gynekologicko-pôrodnickej a Pediatricko-neonatologickej kliniky FN Trenčín.