



PLAN PORODU

Imię i nazwisko

Termin porodu

Lekarz/położna prowadzący/a ciążę

Osoba towarzysząca przy porodzie

Szanowni Państwo, Napisałam ten Plan Porodu, by przekazać Państwu moje oczekiwania związane z porodem. Będę wdzięczna, jeśli sprawując opiekę nade mną i moim dzieckiem weźmiecie ten plan pod uwagę. Rozumiem, że podczas porodu może okazać się, że niektórych punktów z mojego Planu Porodu nie można zrealizować. W takiej sytuacji chciałabym prosić o pełną informację i mieć możliwość analizy sytuacji i podejmowania decyzji.

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 rodzić w swoim ubraniu.
- Chciałabym móc nagrywać poród na kamerę / robić zdjęcia.

Osoba towarzysząca/osoby obecne podczas porodu

- Chcę rodzić z bliską osobą/doulą.
- Będę rodzić sama.
- Chciałabym rodzić z mężem i doulą.
- Chciałabym, aby osoba towarzysząca była ze mną przy wszystkich/wybranych przeze mnie zabiegach.
- Zależy mi, aby mojej osobie towarzyszącej udzielano informacji o postępie porodu.
- Wyrażam zgodę na obecność studentów/tek położnictwa i medycyny.
- Nie wyrażam zgody na obecność studentów/tek położnictwa i medycyny.
- Zależy mi na tym, aby podczas porodu obecne były tylko niezbędne osoby z personelu medycznego.
- Chciałabym, jeśli to możliwe, aby w trakcie porodu towarzyszyła mi ta sama położna.

Przygotowanie do porodu

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

Poród



TD0005

- Zależy mi na pełnej i bieżącej informacji o postępie porodu.
- Zależy mi by mój poród był naturalny.
- Zgadzam się na podanie oksytocyny, przebicie pęcherza i stałe monitorowanie KTG, gdy moja sytuacja będzie tego wymagała, po uprzednim wyjaśnieniu mi powodów zastosowania tych interwencji.
- Proszę pytać mnie o zgodę na wszystkie badania i zabiegi podczas porodu.
- Zależy mi, by ograniczyć liczbę badań dopochwowych i aby w miarę możliwości odbywały się one w dogodnej dla
- Proszę pozwolić mi na swobodne wydawanie dźwięków i/lub krzyku podczas porodu.
- Chciałabym móc złagodzić głód w trakcie 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 swobodę poruszanie się w pierwszym okresie porodu.
- Chciałabym mieć możliwość korzystania z wanny/prysznica.
- 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 poruszania się i przyjmowania dowolnej pozycji.

Drugi okres porodu

- Chciałabym mieć możliwość wyboru pozycji w drugim okresie porodu.
- W drugim okresie porodu chciałabym przeć zgodnie z tym, jak podpowiada mi instynkt, przeć spontanicznie.
- Proszę o instruowanie mnie w trakcie parcia.
- Chciałabym mieć możliwość urodzenia dziecka na podłodze, na materacu lub skorzystać ze stołka porodowego.
- Chciałabym urodzić na fotelu/łóżku porodowym.
- W momencie wyłaniania się główki dziecka, chciałabym jej dotknąć.
- Jeśli będę rodzić w pozycji pionowej, chciałabym mieć możliwość sama przyjąć dziecko.
- Chciałabym użyć własnego lusterka, dzięki któremu będę mogła widzieć pojawiającą się główkę dziecka.
- Chciałabym prosić o przygaszenie światła i wyciszenie w chwili, gdy dziecko będzie wychodzić na świat.
- Zależy mi, aby w trakcie rodzenia się dziecka obecny był tylko niezbędny personel.

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 móc skorzystać ze znieczulenia zewnątrzoponowego.
- Nie chcę znieczulenia zewnątrzoponowego.
- Chciałabym móc korzystać z niefarmakologicznych metod łagodzenia bólu, takich jak masaż przez osobę towarzyszącą, prysznic, imersja wodna.
- Nie wyrażam zgody na podanie dolarganu oraz innych środków zmieniających świadomość.
- Jeśli poproszę o ulżenie mi w bólu, prosiłabym o zaproponowanie mi w pierwszej kolejności naturalnych metod łagodzenia bólu porodowego.
- Jeśli zostanie podane mi znieczulenie zewnątrzoponowe, chciałabym zachować możliwość poruszania się i przyjmowania dowolnej pozycji.

Nacięcie/ochrona krocza



TD0005

- 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

- Zależy mi, 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 nakarmić moje dziecko piersią jeszcze na sali porodowej.
- Chciałabym, aby moje dziecko zostało owinięte w pieluszki, które przyniosłam z domu.
- Chciałabym, aby moje dziecko zostało ubrane w rzeczy, które przyniosłam z domu.
- Zależy mi na tym, aby dziecko po porodzie zostało tylko osuszone i okryte pieluszkami.
- Nie wyrażam zgody na robienie zdjęcia mojemu dziecku podczas ważenia, zwłaszcza z użyciem lampy błyskowej.
- Proszę zważyć i zmierzyć moje dziecko po zakończeniu pierwszego kontaktu skóra do skóry.
- Chciałabym od razu po porodzie dowiedzieć się, ile waży i mierzy moje dziecko.
- Chciałabym trzymać dziecko na rękach podczas rodzenia się łożyska i w trakcie ewentualnych innych zabiegów.
- Proszę o wykonanie wstępnej oceny stanu noworodka na podstawie skali Apgar podczas kontaktu „skóra do skóry”, gdy dziecko będzie leżało na moim brzuchu.
- Proszę o przeprowadzenie pełnego badania lekarskiego w późniejszym czasie, po zakończeniu pierwszego kontaktu, jeśli nie będzie przeciwwskazań medycznych.

Trzeci okres porodu



TD0005

- Zanim zostaną podane mi środki naskurczowe, chciałabym spróbować urodzić łożysko samodzielnie.
- Nie zgadzam się na podanie środków naskurczowych w 3. okresie porodu.
- 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.

Uwagi

.....
Data, podpis przyszłej mamy