



INFORMACJA NA TEMAT PRZEBIEGU PORODU, METODACH ŁAGODZENIA BÓLU PORODOWEGO ORAZ ICH DOSTĘPNOŚCI W SZPITALU SPECJALISTYCZNYM POO W BRZozOWIE

PRZEBIEG PORODU: Poród dzielimy na 4 okresy (fazy):

I okres (inaczej faza rozwierania) trwa od momentu wystąpienia regularnych skurczów porodowych (co 2-3 minuty, trwające 30-60 sekund) do całkowitego rozwarcia szyjki macicy (całkowite rozwarcie to 10cm). Czas I okresu to kilka do kilkunastu godzin. Podczas tej fazy porodu część przodująca płodu obniża się w kanale rodny. W trakcie I okresu mogą również odejść wody płodowe.

II okres faza jest to czas od całkowitego rozwarcia szyjki macicy do urodzenia dziecka. Trwa od kilkunastu minut do 2 godzin. Podczas tego okresu porodu skurcze zmieniają swój charakter. Są odczuwane bardziej jako parcie na tkanki krocza. Dziecko przechodzi przez kanał rodny dzięki skurczom mięśnia macicy lecz bardzo ważne jest w tym momencie by rodząca pomogła w przyjściu na świat swojemu dziecku poprzez świadome parcie. Współpraca położnej z kobietą rodzącą umożliwia przyjęcie dogodnej dla niej pozycji oraz kierowanie się potrzebą parcia przyczyniającego się do postępu porodu, ze szczególnym uwzględnieniem pozycji wertykalnych. W trakcie II okresu stosuje się ochronę krocza, przy czym nacięcie krocza stosuje się wyłącznie ze wskazań medycznych za zgodą kobiety rodzącej.

III okres Czas trwania III okresu nie powinien przekroczyć jednej godziny. W ramach prowadzenia III osoba sprawująca opiekę jest obowiązana do następujących działań:

- ocenia stan ogólny kobiety rodzącej;
- okazuje noworodka matce, informuje o jego płci i godzinie porodu oraz o widocznych nieprawidłowościach jeżeli występują;
- dokonuje osuszenia noworodka oraz położenia go na brzuchu matki w kontakcie skóra do skóry, jeżeli stan ogólny noworodka i matki na to pozwalają, zabezpiecza przed utratą ciepła;
- zakłada noworodkowi opaski identyfikacyjne, po wcześniejszym odczytaniu zawartych na niej danych i potwierdzeniu przez matkę;
- zaciska pępowinę po ustaniu tętnienia (po upływie 1 minuty);
- wykonuje badanie gazometryczne krwi pępowinowej z tętnicy i żyły pępowinowej;
- przecina pępowinę jałowymi narzędziami;
- Zaopatrujemy chirurgicznie, w sytuacji nacięcia krocza.

IV okres (tzw. okres poporodowy) polega na ścisłej obserwacji położnicy na sali porodowej w czasie 2 godzin:

- kontrolujemy stan ogólny kobiety;
- kontrolujemy stan obkurczania się mięśnia macicy i nasilenia krwawienia z dróg rodnych;
- obfitość krwawienia, obkurczanie się macicy, stan ogólny pacjentki.
- kontrolujemy stan kanału rodnego;
- asystujemy przy pierwszym karmieniu piersią.

POWYŻSZY SCHEMAT DOTYCZY PORODU SIŁAMI NATURY. PRZEBIEG KAZDEGO PORODU JEST RÓŻNY I ZALEŻY OD INDYWIDUALNYCH PREDYSPOZYCJI KOBIETY RODZĄCEJ, WIĘC MOŻE SIĘ NIECO RÓŻNIĆ OD PODANEGO POWYŻEJ.

METODY ŁAGODZENIA BÓLU PORODOWEGO W SZPITALU SPECJALISTYCZNYM

POO W BRZOSZOWE

Metody niefarmakologiczne

➤ Zastosowanie aktywnych pozycji porodowych

Podczas porodu wskazana jest aktywność fizyczna. Najbardziej efektywne są pozycje wertykalne (pionowe). Dzięki nim szyjka macicy szybciej się rozwiera; skurcze są mniej bolesne ale efektywne, zmniejsza się lęk i napięcie, parcie staje się łatwiejsze. Do różnych pozycji można zastosować dostępne drabinki, piłki, worek sako, materace. Przykładowe pozycje to: kręcenie biodrami na piłce, pozycja stojąca z oparciem o osobę towarzyszącą, pozycja w klęku, pozycja na boku, siedzenie w klęku na piętach, pozycja kuczna, pozycja siedząca.

➤ Techniki oddechowe

Świadome oddychanie w czasie porodu pomaga rodzącej jak i dziecku. Rodząca rozluźnia się, a dziecku dostarcza potrzebny tlen. Podczas porodu powinno oddychać się torem brzuszny (oddychanie przeponowe). Dostarcza się wtedy większe ilości tlenu do organizmu, a rozluźnione tkanki będą stawiały mniejszy opór dziecku dzięki czemu poród będzie szybciej postępował. Skoncentrowanie na oddechu pozwala odwrócić uwagę od bolesnego skurczu.

➤ Masaż relaksacyjny

Pomaga rozluźnić i rozgrzać napięte mięśnie oraz zmniejsza ból w okolicy lędźwiowo-krzyżowej kręgosłupa. Masaż może być wykonywany przez położną lub osobę towarzyszącą.

➤ Muzykoterapia, aromaterapia

➤ Okłady (zimne lub ciepłe)

Są to przede wszystkim ciepłe okłady na okolice lędźwiowo-krzyżową kręgosłupa. Korzystne są również okłady zimne np. na czoło, które orzeźwiają rodzącą i zmniejszają uczucie gorąca powodując ulgę podczas wysiłku jakim jest płód.

➤ Immersja wodna

Możliwość skorzystania ciepłego prysznicy pozwala na relaks oraz poprawę krążenia krwi rodzącej a zarazem dotlenienia. Ciepła woda łagodzi i odpręża.

➤ Zastosowanie TENS

TENS jest to przezskórna stymulacja elektryczna. Składa się z m.in. z elektrod łagodzących ból porodowy: które przykleja się do pleców w okolicy lędźwiowej. Ma zastosowanie I w okresie porodu. Gdy zaczyna się skurcz, rodząca naciska przycisk na pilocie i sama reguluje siłę impulsu elektrycznego. Kobieta odczuwa łagodne mrowienie, lekkie napięcie mięśni pleców w okolicy elektrod. TENS jest bezpieczny dla kobiety rodzącej jak i jej dziecka. Jest bezinwazyjny. Podczas stymulacji TENS można swobodnie się poruszać i przyjmować różne pozycje.

Metody farmakologiczne

➤ Analghezja wziewna

To metoda z zastosowaniem mieszaniny gazów (tlenu i podtlenku azotu) w proporcjach 50/50. Gaz aplikowany jest przez ustnik samodzielnie przez rodzącą. Działa przeciwbólowo i uspokajająco. Jest metodą nieinwazyjną, nie przedłuża porodu. Mimo iż przekracza barierę łożyska, ma krótki czas działania i nie znajduje się potwierdzających danych o skutkach ubocznych dla noworodka. Ponadto dozowanie zależy od rodzącej. Nie zakłada współpracy między personelem medycznym a pacjentką.

➤ Dożylna leki opioidowe

Analghezja regionalna i miejscowa w zależności od dostępności lekarza anestezjologa.

Kobieta rodząca ma możliwość przyjmowania klarownych płynów w trakcie porodu a spożywanie posiłków lekkostrawnych konsultuje z osobą sprawującą opiekę.

Wszystkie procedury wykonywane w trakcie porodu są omówione z kobietą rodzącą i poświadczane jej zgodą.

Oświadczenie

Oświadczam, że zapoznałam się z treścią powyższego pisma, zrozumiałam jego treść oraz udzielono mi odpowiedzi na pytania i wątpliwości dotyczące informacji w nim zawartych.

.....
Data

.....
podpis Pacjentki