

5 rzeczy, które powinnaś wiedzieć, będąc w ciąży

1) Prawo ciężarnej do planu porodu i planu opieki przedporodowej

Masz prawo sporządzić plan porodu i plan opieki przedporodowej, w którym określisz swoje oczekiwania co do samego porodu. Plan ten sporządza się wraz z osobą, która prowadzi ciążę. Dokument powinien być dołączony do dokumentacji, a personel medyczny powinien się z nim zapoznać oraz omówić z Tobą szczegóły. Jest to Twoje prawo więc dlatego z niego nie skorzystaś skoro dzięki temu będziesz bardziej poinformowana. Osoba sprawująca opiekę przedporodową powinna przekazać ciężarnej kopię planu opieki przedporodowej.

2) Świadome korzystanie z opieki okołoporodowej

Rozporządzenie Ministra Zdrowia w sprawie standardów postępowania medycznego przy udzielaniu świadczeń zdrowotnych z zakresu opieki okołoporodowej sprawowanej nad kobietą w okresie fizjologicznej ciąży, fizjologicznego porodu, porodu oraz opieki nad noworodkiem z dnia 20 września 2012 roku określa zalecany zakres badań diagnostycznych, konsultacji medycznych, działań w celu promocji zdrowia, świadczeń profilaktycznych, wykonywanych w okresie ciąży w zależności od okresu ciąży. Jest to tabelka, która zawiera powyższe informacje. Poniżej przedstawię zalecenia dla kobiet w okresie do 10 tygodnia ciąży.

3) Masz prawo do informacji

Przy wyborze miejsca porodu powinnaś uzyskać wyczerpujące informacje dotyczącego wybranego przez Ciebie miejsca, a także o tym, iż zaleca się prowadzenie porodu w warunkach szpitalnych, z zagwarantowanym dostępem do wydzielonej dla cię cesarskich sali operacyjnej, gdzie w sytuacji wystąpienia powikłań zarówno u matki, jak i u płodu lub noworodka, możliwe jest natychmiastowe podjęcie interwencji medycznych, adekwatne do zaistniałej sytuacji położniczej lub stanu noworodka.

4) Opieka w trakcie porodu

Osoby sprawujące nad Tobą opiekę powinny postępować w następujący sposób:

- 1) witają ją osobiście, przedstawiają się i wyjaśniają swoją rolę w opiece nad nią;
- 2) prezentują spokojną i wzbudzającą zaufanie postawę;
- 3) szanują jej prywatność i poczucie intymności;
- 4) wspólnie czytają i omawiają plan porodu;
- 5) omawiają z rodzącą sposoby radzenia sobie z bólem;
- 6) każdorazowo uzyskują zgodę rodzącej na wykonanie wszelkich zabiegów i badań;
- 7) udzielają informacji na temat sposobów wzywania pomocy;
- 8) w sytuacji konieczności przekazania opieki nad rodzącą informują ją o tym fakcie.

5) Ból podczas porodu

Często dyskusje i wątpliwości na ten temat skłoniły mnie do zawarcia tego punktu jako niezbędnej informacji dla kobiety w trakcie porodu. Osoba sprawująca opiekę powinna przedstawić rodzącej informację o niefarmakologicznych i farmakologicznych metodach łagodzenia bólów porodowych dostępnych w miejscu, w którym ten poród się odbywa. Powinna także wspierać rodzącą oraz respektować jej decyzje. Obowiązki osoby sprawującej opiekę:

- 1) proponowanie rodzącej poruszanie się podczas I okresu porodu oraz przyjmowanie takich pozycji, w tym pozycji wertykalnych, które są dla niej wygodne, przynoszą jej ulgę w odczuwaniu bólu oraz umożliwiają nadzorowanie stanu płodu;
- 2) wspieranie rodzącą w wyborze i zastosowaniu technik oddechowych i relaksacyjnych podczas porodu;
- 3) zachęcanie rodzącą do wyboru techniki masażu;
- 4) zachęcanie do wykorzystywania imersji wodnej oraz relaksacji w wodzie jako sposobów łagodzenia bólu;
- 5) zachęcanie rodzącą, aby podczas porodu towarzyszyła jej osoba bliska.

Artykuł zawiera podstawowe informacje lecz wątpliwości i pytań jest dużo więcej. Kobiety często nie znają swoich praw jako pacjenta. Nie wiedzą jakie standardy powinny być zachowane podczas

opieki nad nimi. Placówki medyczne często tworzą własne hierarchie i zasady co nie może być uznane jako norma w społeczeństwie, ponieważ także podlegają kontroli i przepisom prawa.