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.

**PLAN PORODU**

**Moje imię i nazwisko**: ........................................

Ciąża: ......, Poród: ......, Termin porodu ......,   
Pierwsze ruchy dziecka: ...................., PESEL: ....................

Ciąża prowadzona pod nadzorem: ........................................

**Informacje o moim stanie zdrowia**

Mam krew: "......", Rh (......),

Hbs (......), HIV (......), HCV (......),

GBS (......), WR (......), Toksoplazmoza IgM (......), IgG (......),

Miałam infekcję dróg moczowych w przebiegu ciąży (kiedy?):…...…................

Mam alergię na: .............................................

Dodatkowe uwagi dotyczące stanu zdrowia (obciążenia chorobowe, hospitalizacja w przebiegu ciąży): ..................................................................

................................................................................................................... .

Obciążenia rodzinne, które mogą mieć wpływ na zdrowie dziecka (wywiad rodzinny): ................................................................................................... .

**Przygotowanie do porodu**

Ukończyłam kurs przygotowujący do porodu w Szkole Rodzenia „Perełka” Małgorzaty Olszewskiej.

Korzystałam z literatury (wymień jakiej):........................................................

................................................................................................................... .

**Osoba towarzysząca/osoby obecne podczas porodu**

Chciałabym rodzić z mężem: .............................................

Chcę rodzić z bliską osobą/doulą: .............................................

Chciałabym, jeśli to możliwe, aby w trakcie porodu towarzyszyła mi jedna położna dyżurna.

**Wybór miejsca do porodu:**

Szpital/inne: ..............................................................................................

Sala ogólna/o podwyższonym standardzie (wpisz jaka?)...............................

**Warunki w czasie porodu**

Zależy mi, aby w czasie mojego porodu:

* Panowały spokój i cisza
* Nie było studentów
* Chciałabym spotkać się z empatia personelu medycznego obecnego  
  w trakcie porodu
* Dodatkowe informacje dotyczące tego punktu......................................

............................................................................................................

**Moje oczekiwania dotyczące przygotowania do porodu**

* Zależy mi, aby nie wykonywano żadnych zabiegów przygotowujących do porodu (lewatywa, golenie krocza), chyba, że sama o nie poproszę.
* Wyrażam zgodę na założenie wenflonu przy przyjęciu do szpitala.
* Dodatkowe uwagi dotyczące tego punktu.............................................

............................................................................................................

**Przebieg porodu**

* Chciałabym, by mój poród był naturalny.
* Zależy mi, aby personel szpitala uzgadniał ze mną wszystkie zabiegi zanim zostaną wykonane.
* Chciałabym ograniczyć ilość badań wewnętrznych do niezbędnego minimum.
* Oczekuję rzetelnej informacji o stanie dziecka i postępie porodu.
* Chciałabym uniknąć ciągłego monitoringu Ktg, jeśli zapis będzie reaktywny.
* Proszę o nie przebijanie pęcherza płodowego do osiągnięcia rozwarcia szyjki 4cm.
* Chciałabym mieć możliwość swobodnego poruszania się, zmieniania pozycji i korzystania z toalety w trakcie pierwszego okresu porodu.
* Chciałabym móc pić wodę podczas porodu jeśli nie ma przeciwwskazań.
* Chciałabym w pierwszym okresie porodu korzystać z immersji wodnej, piłki, muzykoterapii, aromatoterapii, TENS.
* Chciałabym by pozwolono mi przeć w taki sposób i w takim rytmie jak będzie mi nakazywał instynkt, gdy będę odczuwała bóle parte w aktywnej fazie drugiego okresu porodu.
* Chciałabym prosić o ograniczenie światła lamp i prowadzenie porodu przez jedną osobę lekarz/położna, gdy dziecko będzie przychodzić na świat.
* Wolałabym nie mieć nacinanego krocza, chyba że będzie to konieczne ze względu na zagrożenie dziecka – znaczne zwolnienie tętna w drugim okresie porodu, groźba rozległego pęknięcia krocza.
* Chciałabym, aby mąż, jeśli tego chce, przeciął pępowinę po ustaniu w niej tętnienia.

**Dodatkowe informacje związane z przebiegiem I i II okresu porodu**

* Chciałabym prosić o farmakologiczne środki przeciwbólowe, które nie zaburzają świadomości jeśli naturalne metody okażą się nieskuteczne w łagodzeniu bólu porodowego.
* Chciałabym prosić o stymulację porodu w przypadku komplikacji – osłabnięcia czynności porodowej, która ma wpływ na utrzymanie tempa porodu, wiek ciążowy 41 tygodni, nieprawidłowe zapisy Ktg.
* Cięcie cesarskie, gdy wystąpią nieprawidłowości w przebiegu pierwszego i drugiego okresu porodu zagrażające zdrowiu dziecka:
  + Brak postępu porodu
  + Wahania tonów serca dziecka
  + Nieprawidłowe wstawianie się główki dziecka
  + Nie wyrażam zgody na masaż szyjki macicy i "chwyt Kristellera"
  + Dodatkowe uwagi dotyczące tego punktu (inne wskazania medyczne, których nie wyszczególniłam)

**Mój pierwszy kontakt z dzieckiem po porodzie**

* Proszę o pełny kontakt „skóra do skóry” przez pierwsze dwie godziny po narodzinach dziecka.
* Proszę zważyć i zmierzyć moje dziecko po zakończeniu pierwszego kontaktu "skóra do skóry.

**Opieka po porodzie**

* Chciałabym, aby dziecko było cały czas ze mną w pokoju  
  w czasie całej hospitalizacji w szpitalu.
* Chciałabym zostać dokładnie poinformowana jak mam karmić  
  i przewijać dziecko.
* Jeżeli konieczne będą badania poza moim pokojem, chciałabym by towarzyszyła dziecku stale osoba towarzysząca-mąż.
* Wyrażam zgodę na podanie dziecku wit. K i szczepienia BCG, WZWB.
* Wyrażam zgodę na wykonanie badań przesiewowych u mojego dziecka.
* Dodatkowe uwagi dotyczące tego punktu ..................................

**Karmienie dziecka**

* Planuję karmić piersią.
* Chciałabym prosić o pomoc przy pierwszym karmieniu dziecka  
  i przypomnienie zasad prawidłowego przystawienia do piersi  
  z zastosowaniem w praktyce.
* Dodatkowe uwagi dotyczące tego punktu....................................

Podpis