



PLAN PORODU

Imię i Nazwisko, Wiek:.....

PESEL:

1. Oczekiwania wobec miejsc/warunków porodu:

- Chciałabym rodzić w sali pojedynczej
- Zależy mi, by w pobliżu był prysznic
- Chciałabym by w Sali była toaleta
- Chciałabym mieć możliwość posłuchania swojej muzyki
- Chciałabym by w sali porodowej było przyciemnione światło, panowała cisza
- Chciałabym rodzić w swoim ubraniu
- Chciałabym nagrywać poród na kamerę/ robić zdjęcia
- Inne, jakie:.....

2. Osoba towarzysząca / osoby obecne podczas porodu:

- Chcę rodzić z bliską osobą – doułą
- Będę rodzić sama
- Chciałabym rodzić z mężem i doułą
- Chciałabym, by osoba towarzysząca była ze mną przy wszystkich / wybranych przeze mnie zabiegach
- Zależy mi, aby mojej osobie towarzyszącej udzielano informacji o postępie porodu
- 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
- Inne uwagi:.....
.....

3. Przygotowanie do porodu:

- Zależy mi, aby nie wykonywano żadnych zabiegów przygotowujących do porodu (enema-
lewatywa, golenie krocza), chyba że sama o nie poproszę
- Sama ogolę krocze w domu
- Proszę, by przy przyjęciu do porodu wykonano mi lewatywę
- Nie wyrażam zgody na założenie wenflonu przy przyjęciu do szpitala
- Inne uwagi:.....
.....

4. Poród

- Zależy mi na pełnej i bieżącej informacji o postępie porodu
- Zależy mi aby 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 mnie pozycji
- Proszę pozwolić mi na swobodne wydawanie dźwięków i/lub krzyku podczas porodu
- Chciałabym móc złagodzić głód w trakcie porodu
- Chciałabym pić w trakcie porodu
- Inne:.....
.....

5. Pierwszy okres porodu

- Chciałabym mieć swobodę poruszania się w pierwszym okresie porodu
- Chciałabym mieć możliwość korzystania z wanny, prysznic
- 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
- Inne:.....
.....

6. Drugi okres porodu

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

7. Łagodzenie bólu porodowego

- Proszę nie proponować mi farmakologicznych środków przeciwbólowych, zanim sama o 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
- Inne:.....
.....

8. Nacięcie / ochrona krocza

- Zależy mi na uniknięciu nacięcia krocza
- Wolałabym mieć nacięcie krocza
- Chciałabym, aby położna starała się chronić moje krocze i poinstruowała mnie w czasie parcia
- Proszę o miejscowe znieczulenie przy zszywaniu krocza
- Inne:.....
.....

9. Wywołania / 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
- Inne:.....
.....

10. Cięcie Cezarskie

- Chciałabym uniknąć cesarskiego cięcia, ale jeśli będzie ono konieczne, chciałabym zostać o wszystkim dokładnie poinformowana
- Zależy mi, by mieć możliwość jak najszybszego pierwszego kontaktu z dzieckiem, jeśli stan zdrowia dziecka będzie na to pozwalał
- Jeśli będzie to możliwe, chciałabym nakarmić dziecka jak najszybciej po porodzie
- Inne:.....
.....

11. Po porodzie

- Zależy mi, by towarzysząca mi osoba mogła przeciąć pępowinę
- Zależy mi, by pępowina została przecięta dopiero wtedy, gdy przestanie tętnić
- Chciałabym, by 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, by moje dziecko po porodzie zostało tylko osuszone i okryte pieluszkami
- Chciałabym os razu po porodzie dowiedzieć się ile waży i mierzy moje dziecko
- Chciałabym trzymać moje dziecko na rękach podczas rodzenia się łożyska i w trakcie innych ewentualnych zabiegów
- Proszę o dokonanie wstępnej oceny stanu noworodka na podstawie skali Agar 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
- Inne:.....
.....

12. Trzeci okres porodu

- Zanim podane mi zostaną 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
- Inne:.....
.....

13. Na oddziale położniczym

- Chciałabym, aby moje dziecko było cały czas ze mną w pokoju
- W momencie gdy odzyskam siły, chciałabym, aby moje 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, by kąpiel dziecka i inne czynności pielęgnacyjne oraz ew. badania i zabiegi odbywały się w mojej obecności / ojca dziecka obecności
- Zakładając, że i ja i dziecko będziemy czuć się dobrze chciałabym opuścić szpital najszybciej jak to jest możliwe
- Inne:.....
.....

14. Szczepienia

- Nie wyrażam zgody na szczepienie dziecka w pierwszej dobie
- Zgadzam się na szczepienie dziecka
- Proszę by szczepienie dziecka odbywało się w obecności mojej lub ojca dziecka
- Inne:.....
.....

DATA, Miejscowość:.....

Imię i nazwisko Osoby wypełniającej plan porodu.....