

Małgorzata

Lepiej spakować jedną dużą walizkę do szpitala, czy np. podzielić na 3 torby: do porodu, dla dziecka i dla mamy po porodzie?

Odp: Myślę, że lepszym rozwiązaniem będzie jedna duża walizka na kółkach. Trzy torby to nie najlepszy pomysł, abyś dźwigała Ty czy Twoja położna ☺ zadbaj o swój i jej kręgosłup. Zadzwoń lub sprawdź do jest potrzebne dla Ciebie i noworodka na czas pobytu w szpitalu. Zawsze partner może dowiedzieć później coś dodatkowo.

Natalia

o co wypytać położną na spotkaniu gdzie będziemy podpisywać umowę przed porodem?

Skoro mówisz o umowie chodzi tutaj pewnie o opiekę indywidualną. Porozmawiaj z położną jak chcesz, żeby wyglądał Twój poród, co oferuje położna w czasie takiej opieki, przeczytaj dokładnie umowę tam powinny być zawarte wszystkie informacje. Zastanów się też czego Ty od niej oczekujesz

Marta

Czy przed porodem zalecane jest wykonanie lewatywy? Czy szpitale oferują jego wykonanie?

Zalecam wykonać lewatywę dla własnego komfortu. Podczas skurczy partych, jest duży ucisk głowy na jelito grube, dlatego jeżeli są jakieś zalegania, może dojść do ich wydalenia. Nigdy nie zmuszam pacjentek, wykonujemy lewatywę na życzenie pacjentki. W szpitalu dysponujemy własnymi buteleczkami ENEMA.

Monika

czy po nacięciu krocza przy pierwszym porodzie drugi porod może przebiec bez nacięcia?

Oczywiście, jeśli w czasie parcia spontanicznego widzę, że krocze dobrze adaptuje się pod wpływem naporu rodzącej się głowy zalecam wtedy w czasie skurczu oddychanie, aby tkanki mogły się zaadaptować, wymaga to cierpliwości zarówno rodzącej, jak i położnej, jednakże warto.

Magdalena

jak długo zostaje się w szpitalu po cc?

W zależności od Twojego stanu zdrowia, maluszka, a także szpitala.

Małgorzata

Czy sporządzanie planu porodu ma sens?

Oczywiście, o tym też mówiłam na konferencji. Zrób to dla własnego poczucia bezpieczeństwa, abyś nie zapomniała w emocjach o ważnych rzeczach, które chcesz przekazać położnej.

Natalia

Jak znaleźć siłę i pozbyć się nadmiaru stresu w dobie porodów indywidualnych (bez męża) z powodu Covid?

Pamiętaj, że nie jesteś tam sama, będzie przy Tobie Położna, która na pewno postara się być nie tylko specjalistką, ale także będzie Twoim wsparciem, motywatorem. Kto Cię lepiej zrozumie niż druga Kobieta?

MAGDALENA

Czy przy drugim porodzie mogę liczyć na to, że rozwarcie będzie postępowało szybciej lub skurcze będą mniej bolesne, a cała akcja krótsza?

Oczywiście, jeżeli zaczynają się regularne skurcze to znaczy, że rozpoczął się I okres porodu, to czas w którym powinnaś być aktywna i korzystać z pozycji wertykalnych, aby

przyspieszyć akcję porodową, rozładować stres i napięcie, a także aby działała siła grawitacji na dzieciątko.

Marta

jeśli mąż nie chce być przy porodzie to lepiej z nim o tym porozmawiać ? czy odpuścić . I nie namawiać

Nie zmuszaj go do tego, nie każdy mężczyzna jest odporny na widok, jaki może zastać przy porodzie, a także nie każdy umie sobie poradzić ze stresem, będąc przy Tobie. Jeśli zmusisz partnera, może być to dla niego duża trauma. Daj mu dowolność nie naciskaj. Niestety zmuszony partner często nie potrafi odnaleźć się na Sali porodowej.

Piotr

jak pomóc żonie w porodzie, jeśli nie mogę być z nią w szpitalu? Jest jakiś sposób?

Bądź cierpliwy, wyślij miłego motywującego smsa, ale nie wydzwaniał, aby jej nie rozpraszać. Magazynuj w tym czasie siły na pomoc po porodzie, wtedy Twoje dobre słowo, uczynki będą bardzo ważne.

Magdalena

Co goi się szybciej ? Pęknięte krocze czy rozcięte ?

Niestety nie da się tego porównać, nacięte krocze może pęknąć jeszcze bardziej, ale też nie zawsze, a wyróżniamy 3 stopnie pęknięcia krocza i dla przykładu pęknięte krocze stopnia 1 jest łagodniejsze niż nacięcie, gdyż nie są naruszone mięśnie krocza.

Dominika

Czy prosić o kontrolowane naciecie krocza żeby uniknąć niekontrolowanego pęknięcia?

Naciecie nie daje Ci takiej gwarancji.

Adrianna

Jak reagować podczas rozmów ze znajomymi czy rodziną jeśli słyszymy od nich same negatywne i traumatyczne informacje na temat ich przeżytych porodów...?

Poproś aby takie historie zachowali dla siebie, gdyż w Twojej głowie rodzi to niepokój, strach, a przecież nie chcesz tego czuć i jeszcze bardziej się zestresować. Powiedz, grzecznie, że nie chcesz rozmawiać na takie tematy.

Monika

jak dbać o blizny po nacieciu krocza?

Myj szarym mydłem ranę lub produktami z prostym składem. Wietrz swoje krocze po porodzie, używaj bawełnianej bielizny. Bliznę możesz później masować naturalnymi olejkami. Udaj się do fizjoterapeuty uroginekologicznego, aby obejrzał Twoje krocze i doradził jakie ćwiczenia i masaże wykonywać, gorąco polecam.

Marta

Czy urodzenie łozyska jest bolesne czy w porównaniu ze skurczami porodowymi to już pikuś?

Dokładnie tak jak napisałaś to już jedno parcie, naprawdę niebolesne gdyż łożysko to tkanki, bez elementów kostnych

Bożena

jak poradzić sobie z myślami czy będę dobrą mamą?

Porozmawiaj o tym z kimś bliskim, na pewno wesprze Cię i pozwoli Ci dostrzec Twoje piękne cechy

Magdalena

Jak rozpoznać skurcze przepowiadające od tych już końcowych ?

Skurcze przepowiadające nie są regularne i zazwyczaj po cieplej kąpieli mijają.

Natalia

Czy jest gdzieś dostępny jakiś uniwersalny "program" spotkań z położną? Moja pierwsza położna, powiedziała: proszę powiedzieć co Pani chce wiedzieć Ale jako pierworódka, nawet nie wiem o co pytać. Dziś mam spotkanie z drugą, mam nadzieję, że poprowadzi mnie do szczęśliwego rozwiązania 😊

Zapoznaj się ze standardem okołoporodowym, to dokument który opisuje czynności wykonywane w okresie okołoporodowym

Agnieszka

Czy w ciąży można stosować chiroterapię?

Nie znam badań naukowych i zaleceń PTG, które mówią że jest to dozwolone.

Natalia

Czy to prawda, że podczas porodu powinien włączyć się gadzi mózg, co pozwoli otworzyć się na poród?

Nie słyszałam nigdy pojęcia „gadzi mózg”, ale zalecane jest aby rodzić instynktownie, dbamy wtedy na Sali porodowej o przyciemnione światło, zmniejsza się poczucie stresu, a więc uwalnia się mniej kortyzolu, który mógłby hamować skurcze porodowe.

EWELINA

porody rodzinne w domu w czasie koronawirusa czy są możliwe?

Musisz skontaktować się z położną która prowadzi takie porody, każda z nich w tym czasie inaczej postępuje.

Marta

co jeśli z nerwów przed porodem będzie wysokie ciśnienie i nie będę mogła się wyluzować

Postaraj się na tym nie koncentrować, to na pewno pomoże. Zrób kilka głębokich wdechów postaraj się mieć kontrolę nad stresem.

MAGDALENA

Czy jest jakaś alternatywa dla lewatywy? Kiedyś słyszałam o czopkach, ale czy faktycznie takie są i można ich używać w domu przed wyjazdem do szpitala?

Możesz z tego skorzystać, ale nie będzie to miało takiego efektu, jak po lewatywie, w szpitalu zachowujemy intymność i po wykonaniu lewatywy pacjentka udaje się sama do toalety, aby nie czuła krępacji.

Małgorzata

To będzie mój drugi poród, pierwszy źle przeżyłam, druga ciąża stracona. Obiecałam sobie, że tym razem będę szczęśliwa i będę mieć szczęśliwe dziecko. Ale wciąż się boję, wszystkiego! Czuję ruchy dziecka a i tak stresuję się wizytą u lekarza. Wiele aspektów z pierwszej ciąży wciąż mnie przeraża, zwłaszcza ta niewiadoma, mimo że mam już dziecko 😞

Bardzo mi przykro z powodu straty dziecka, czy skorzystałaś z pomocy specjalisty? Jeśli nie, zachęcam aby porozmawiać z psychologiem, psychoterapeutą i przepracować temat.

Magdalena

Co jeśli nie urodzę do terminu i dostałam już skierowanie, że kolejnego dnia mam się stawić w szpitalu, to co mnie tam czeka?

Postępuj zgodnie z zaleceniem lekarza prowadzącego. W zależności od skierowania będą podjęte działania.

Agnieszka

Po jakim czasie od CC można zajść w kolejną ciążę?

Najbezpieczniejszym czasem będzie: 1,5 roku aby blizna się zagoiła od środka, udaj się na usg do ginekologa, lekarz wykona usg blizny i oceni czy już możesz działać.

Marta

kiedy należy zgłosić się do szpitala do porodu? brać pod uwagę tylko częstotliwość skurczów?

Kiedy skurcze są co 5 minut regularne.

Gosia

czy mogą wystąpić powikłania po nacięciu krocza?

Mogą, jeżeli rana będzie np.: zakażona. Zadbaj o higienę, po każdym stolcu podmywaj się, w kierunku od cewki do odbytu, nigdy na odwrót.

Dominika

mam termin za 3 tygodnie, a mój mąż jedyne czym się martwi to że zemdleje patrząc na poród. jak sobie z tym poradzić?

Przemyślcie jego obecność, ewentualnie gdy poczuje, że jest źle od razu niech opuści salę porodową, aby nie narobić dodatkowego kłopotu i stresu.

Agnieszka

Czy zawsze przed zajściem w kolejną ciążę trzeba skontrolować bliznę po CC?
tak

Natalia

ile czasu po porodzie sn zostaje z nami położna?

2 godziny po porodzie siłami natury położna z Sali porodowej opiekuje się Tobą i maleństwem. Potem przekazuje Cię do dalszej obserwacji na Oddział Położniczy.

Marta

Jak można wpłynąć na elastyczność krocza, żeby uniknąć obrażeń, otarć i nacięć?

Wykonuj od 30 tygodnia masaż krocza jeśli nie ma przeciwwskazań, np. infekcji pochwy.

Natalia

Planuje rodzić w szpitalu uniwersyteckim, jak poczuć się bezpiecznie i komfortowo wśród tak wielu studentów?

Możesz nie wyrazić zgody na obecność kilku studentów, ale wyrazić na obecność jednej studentki np.: Położnictwa. Ja też kiedyś byłam studentką, bardzo cieszyłam się kiedy mogłam pomagać pacjentce rodzącej czy po porodzie, a także uczyłam się zawodu pod opieką starszej położnej. Pamiętaj, że jakoś młode osoby muszą się nauczyć zawodu.

EWELINA

jak długo może goić się rana po nacięciu krocza?

Składa się na to bardzo wiele czynników, ciężko mi odpowiedzieć na to pytanie jednoznacznie.

MAGDALENA

czy przed porodem niezbędne jest ogolenie okolicy bikini?

Może to zrobić położna na Sali porodowej

Małgorzata

Jeśli partner może być przy porodzie to czy musi we własnym zakresie zaopatrzyć się w maseczkę, fartuch, czepek ochronny czy szpital zapewnia?

Zależy od szpitala

Agnieszka

Czy kolejne cięcie do CC jest wykonywane w tym samym miejscu, co poprzednie? Czy można podczas CC wyciąć bliznowca po wcześniejszym CC?

Jest taka możliwość, to pytanie raczej proszę skierować do ginekologa

Paulina

czy poród z położną dyżurną w szpitalu będzie tak samo bezpieczny jak z położną prywatną, która może być przy nas 100% czasu?

Będzie bezpieczny, ja tak pracuję i poświęcam się na tyle na ile mogę.

Marta

Czy tuż po powrocie do domu ze szpitala przez jakiś czas kobieta nie może wychodzić, powinna odczekać ileś dni czy można sobie pozwolić na spacer?

Wysłuchaj się w siebie, jeśli masz ochotę wyjść zrób to.

Magdalena

czy wszystkie szpitale oferują znieczulenie zewnątrzoponowe?

Nie znam niestety wszystkich szpitali w Polsce i tego co oferują, to indywidualna sprawa szpitala.

Magdalena

Na stronie internetowej mojego szpitala jest dostępny plan porodu jest opcja że ważenie i mierzenie dziecka odbywa się 2h po porodzie, po kontakcie skóra do skóry. Czy warto poprosić o taką opcję?

Oczywiście te dwie godziny po porodzie to czas w którym macie się przytulać z maluszkiem, przystawiać do piersi, chyba, że stan zdrowia maluszka lub Twój na to nie pozwala, zawsze może też tata kangurować jeśli jest obecny

Aleksandra

Czy pomimo pierwszego porodu jestem w stanie urodzić w krótkim czasie?

Nie rozumiem do końca pytania, ale chyba chodziło o to, że rodziłaś pierwszy raz długo??? Jesteś w stanie za drugim razem urodzić szybciej, każdy poród jest indywidualny.

Dominika

czy 70km od szpitala to dużo? martwi mnie to że może nie zdążyć

Jest to dość dużo km, jeśli to Twój pierwszy poród spokojnie zdążysz, przy drugim myślę, że mogłoby być ciężko, gdyby akcja postępowała bardzo szybko

Małgorzata

Jak przygotować się w dobie koronawirusa do aktywnego porodu? Mój pierwszy poród nie był wcale aktywny. Kilka godzin na łóżku bez zmiany pozycji, bez wsparcia - gdzie szukać teraz odpowiednich kursów? Wszędzie wszystko teoretyczne

Postaraj się znaleźć szkołę rodzenia, która prowadzi zajęcia online, gdzie będziesz mogła zapytać położną o wszystko, w Katowicach takie zajęcia prowadzi szkoła rodzenia Miś Kuleczka

Magdalena

Jak dbać o ranę po porodzie ?

Myj szarym mydłem ranę lub produktami z prostym składem. Wietrz swoje krocze po porodzie, używaj bawełnianej bielizny. Bliznę możesz później masować naturalnymi olejkami. Udaj się do fizjoterapeuty uroginekologicznego, aby obejrzał Twoje krocze i doradził jakie ćwiczenia i masaże wykonywać, gorąco polecam.

Natalia

Strasznie się stresuję, że przegapię moment, kiedy powinnam się udać do szpitala. Jest taka możliwość?

Skurcze regularne podpowiedzą Ci aby w odpowiednim czasie pojechać, jeżeli rodzisz pierwszy raz skurcze są co 5 minut to czas aby pojechać do szpitala, jeżeli rodzisz drugi raz i skurcze występują już co 10 minut przez godzinę to ten czas.

Agnieszka

czy położna podczas porodu podpowie pozycje wertykalne ?

oczywiście, powiedz jej, że masz na to ochotę

Piotr

Co jest sygnałem, aby jechać do szpitala?

Odplyniecie wód płodowych, regularne skurcze co 5 min, lub jeśli nie czuje kobieta ruchów płodu przez dłuższy czas.

Marta

jak nastawić się pozytywnie do porodu? mam wiedzę na temat przebiegu porodu, ale szukając szpitala, w którym będę rodzić w zasadzie o każdym czytam zarówno dobre jak i bardzo złe opinie.

Zadzwoń do szpitala i porozmawiaj z Położną na temat szpitala, prowadzenia porodu, to pomoże Ci podjąć decyzję

Anna

Jak szybko muszę znaleźć się w szpitalu od momentu odejścia wód i pierwszych skurczy?

Jeśli odejdą wody weź prysznic, zjedz coś i na spokojnie przyjedź do szpitala, np. w ciągu 1-2godzin.

Agata

Od którego tygodnia można bezpiecznie stosować masaż krocza oraz co do tego masażu stosować? Czy odpowiedni i bezpieczny będzie naturalny olejek ze słodkich migdałów?

Od 30go tygodnia gdy nie ma przeciwwskazan każdy naturalny olejek np. kokosowy, z wiesiołka.

Marta

Czy przed porodem lewatywa jest konieczna??

Nie jest , wykonuje się to na życzenie pacjentki

Urszula Nowak 12:14:22 moderated by: Świadoma Mama

Jak dbać o bliznę po cc?

Możesz udać się do fizjoterapeuty aby ją rozmasować i zapobiec zrostom, sama również możesz masować bliznę.

Możesz też udać się do akupunkturzysty.

Magdalena

czy podczas porodu na sali będzie lekarz? Czy tylko położna?

Pod koniec porodu zawsze wzywany jest lekarz ginekolog, neonatolog i położna neonatologiczna, nigdy nie wiadomo, jak każdy poród się zakończy, robimy to w celu bezpieczeństwa.

Dariusz

czy w momencie wybierania szpitala do porodu trzeba tam wcześniej zadzwonić ? czy już w dniu porodu mamy dzwonić do szpitala i ponownie zapytać czy jest miejsce i ew jechać do innego ? czy jechać bezpośrednio i muszą odebrać porod w szpitalu do którego się dojedzie ?

Możecie w momencie rozpoczęcia się akcji porodowej zadzwonić, zapytać czy sala porodowa jest pełna, ale raczej nie powinien szpital odesłać rodzącą która ma duże rozwarcie i nie zdąży dojechać do innej placówki. Nie zdarzyła mi się sytuacja, że nie było miejsca na Sali porodowej. Jeżeli w Szpitalu odmawiają przyjęcia to ten Szpital powinien poinformować Panią gdzie udać się do porodu, a w uzasadnionych przypadkach powinien zorganizować transport do innej placówki.

Emilia

Czy stworzenie planu porodu nie zaburzy nam wizji porodu jeśli coś pójdzie nie po naszej myśli?

Nie, pamiętaj że plan porodu to taki zarys, poród jest dynamiczny i daj sobie małą rezerwę.

Justyna

Zaczną się skurcze to w którym momencie udać się do szpitala?

Gdy są regularne co 5min

Agnieszka

Czy szpital może nie wyrazić zgody na poród naturalny po CC, jeżeli lekarz prowadzący nie widzi przeciwwskazań?

Może jeśli, lekarz przyjmujący i kwalifikujący cię w szpitalu widzi przeciwwskazania zagrażające Twojemu życiu.

Dominika

jak oddychać w trakcie skurczy a jak w trakcie parcia? czy w trakcie skurczy i parcia powinienam starać się być luźna czy też się napinać?

W trakcie skurczy oddychaj torem przeponowym, w trakcie parcia możesz robić to instynktownie i popierać jeśli czujesz, że chcesz pomóc temu parciu, natomiast kiedy położna mówi abyś oddychała oddychaj jakbyś chciała zdmuchnąć świeczkę

Małgorzata

Czy można coś wziąć do jedzenia / picia oprócz wody na czas porodu?

W moim szpitalu są dozwolone żelki Haribo lizaki i landrynki, napoje bezbarwne,

Marta

czy mogę prosić w szpitalu by dopiero po dwóch godzinach kangurowania po porodzie dziecko zostało zabrane na wazenie i inne procedury, o ile wszystko będzie dobrze?

Oczywiście ☺

Kam

po co planować poród, można zapoznać się z etapami itp ale tu się nie da nic zaplanować i przewidzieć jak będzie. kobieta nastawiła się na rodzenie w ciąży i jak widac nic z tego nie wyszło. planować można wakacje

Plan porodu jest potrzebny, aby były napisane w nim najważniejsze informacje, dotyczące tego jakich działań chcesz uniknąć, a które chcesz aby były wykonane, gdyż w trakcie porodu podczas silnych skurczy pacjentki często mają problem z porozumieniem się i podjęciem racjonalnej decyzji.

Agnieszka

jak rozpoznać odejście wód płodowych ?

Powinnaś mieć wrażenie, jakbyś zwyczajnie się posikała, jednak wody nie mają żółtego zabarwienia i mają neutralny zapach, czasem odchodzą w dużej ilości, albo małej i wtedy sączą.

Marta

Jakie ćwiczenia na piłce gimnastycznej wykonywać już w szpitalu, aby rozkręcić akcję porodową? Wystarczy siedzieć i poruszać się w tak zwane osemki?

Możesz na skurczu lekko podskakiwać,

Magdalena

Boję się że mój poród będzie trwał w nieskończoność . Ile może trwać poród ? Po jakim czasie lekarz przechodzi do cc ?

Jeśli chodzi o I okres porodu u puerwiaszki I okres trwa około

Paulina

w jaki sposób i gdzie można nauczyć się poprawnie oddychać w trakcie porodu?

Poprawne oddychanie podczas porodu jest demonstrowane na zajęciach szkoły rodzenia.

Warto znaleźć szkoły rodzenia które obecnie działają online lub stacjonarnie.

Urszula

Czy poród SN jest możliwy po dwóch cc?

Taki poród jest możliwy, jednakże musi na niego wyrazić zgodę lekarz prowadzący ciążę, a następnie lekarz dyżurny w szpitalu.

Marta

co jeśli zacne rodzić w domu:

Ważne, żeby dobrze odczytać sygnały swojego organizmu i posiadać wiedzę na temat objawów zbliżającego się porodu. Taki nieoczekiwany poród w domu może spotkać najczęściej wieloródki, czyli Panie które już kiedyś rodziły. Jeżeli chodzi o pierwszy poród trwa on na tyle długo, że spokojnie Pani zdąży. Gdyby jednak wydawało się że poród zbliża się w domu należy niezwłocznie zawiadomić służby ratunkowe, które przyjadą na miejsce udzielić pomocy.

Anna M

Ile ubranek dla malucha wziąć do szpitala ?

Najlepiej zorientować się czy ubranka są potrzebne. W Naszym Szpitalu zapewnia je oddział noworodkowy i Panie nie muszą posiadać swoich. Jeżeli Szpital wymaga spakowania ubranek dla dziecka polecam 3-4 komplety.

Małgorzata

Czy drugi poród zawsze jest szybszy? Mamy do wybranego szpitala min 30 min jazdy, przy korkach dłużej. Mój mąż boi się że nie zdążymy zwłaszcza, że najpierw chciałabym aby odwiedzić starszaka do dziadków albo poczekać na nich a to dodatkowe pół godziny.

Drugi poród zazwyczaj przebiega szybciej niż pierwszy, jednakże nie jest to regułą. Jeżeli pojawiają się takie obawy proponuje nie czekać długo na rozwinięcie się akcji skurczowej co 5 minut, a ruszyć kiedy skurcze będą co 10 minut, przez co najmniej godzinkę.

Marzena

jesli zaplanowane jest cesarskie cięcie to czy przed porodem powinnam wybrać położną i spotkać się z nią?

Niezależnie czy planujemy rodzić siłami natury, czy przez cięcie należy wcześniej wybrać położną środowiskową, która później przyjdzie do Was po porodzie.

Emilia

jakie są naturalne metody łagodzenia bólu?

Naturalne metody łagodzenia bólu to przede wszystkim oddychanie, immersja wodna, masaż, aromaterapia, muzykoterapia oraz stosowanie pozycji wertykalnych.

Paulina

czy mogłaby Pani przybliżyć czym jest hiponoporód?

Niestety nie zgłębiałam nigdy wiedzy w temacie hiponoprodu. Polecam odwiedzenie strony blekitnyporod.pl i zapoznanie się z treściami tam zawartymi 😊

Agnieszka

Co lepsze na bliznę po C, plastry, czy kremy?

Myśle, że to indywidualna decyzja. Należy zaobserwować po czym blizna staje się bardziej elastyczna i mniej ściągnięta. Polecam przede wszystkim udać się na rehabilitację blizny po cc.

Natalia

znieczulenie zewnątrzoponowe - jakie sa za a jakie przeciw?

Znieczulenie zewnątrzoponowe znosi odczucia bólowe nawet o 80%. Decyzja, czy chce Pani z niego skorzystać w trakcie porodu jest indywidualna, później weryfikuje ją konsultacja z anesteziologiem (liczy się budowa anatomiczna kręgosłupa, obecność tatuaży w miejscu znieczulenia, choroby przewlekłe, wyniki badań krwi). Poród ze znieczuleniem jest dla wielu Pań bardzo pomocny, ale trzeba pamiętać że obecne przepisy stanowią że po takim znieczuleniu musimy zastosować ciągły monitoring KTG, co może trochę ograniczyć swobodę porodu. Ja zawsze proponuję zastosowanie wszystkich metod naturalnych, jeżeli nie są już wystarczające pacjentka prosi o znieczulenie.

Dariusz

czesto z zona chodzimy na spacer. bardzo czesto mowi ze napina jej sie dziwnie brzuch, mamy 26 tydzien, czy to normalne czy mamy sie niepokoic ?

Brzuch w ciąży często spina się podczas aktywności fizycznych. Myśle, że warto skrócić czas spaceru jeżeli stawiania będą się nasilały. Warto poinformować o tym lekarza, który oceni czy szyjka macicy jest odpowiedniej długości i oceni częstotliwość spinięcia brzuszka.

Emilia

Brak postępu porodu przy pierwszym porodzie (brak rozwarcia przy nasilających się skurczach)- jak psychicznie przygotować się do kolejnego porodu, żeby wszystko zadziało bez blokady psychicznej?

Przed wszystkim musi Pani pamiętać, że każdy poród jest inny. Nie można ich do siebie porównywać 😊

Paulina

czy długość wdechu i wydechu powinna być taka sama? czy któraś część ma być dłuższa?

To zależy na co pozwoli skurcz. Najważniejszy jest głęboki wdech nosem. Wtedy pobieramy najwięcej powietrza i „przekazujemy” dziadziusiowi.

Marta

jaka pozycja jest najlepsza do porodu?

Taka, w której Tobie będzie najwygodniej i położna stwierdzi w niej pozytywny postęp porodu. Nie można określić jednej najlepszej pozycji. Dla niektórych kobiet będzie to pozycja na boku, innych w kuckach, a kolejna wybierze pozycję stojącą. W tej kwestii należy działać

instynktownie i czekać na postęp porodu. Jeżeli w danej pozycji nie będzie zadowalający położna poleci spróbowanie innej.

Agnieszka

co można zjeść na sali porodowej ?

Decyzje podejmuje lekarz i położna w zależności od postępu porodu. Ale zazwyczaj są to żelki, lizaki, i wszystko co rozpuści się w ustnej a nie w brzuszku 😊

Urszula

Czy mogę nie wyrazić zgody na dokarmianie dziecka mlekiem sztucznym w szpitalu jeśli nie ma takiej potrzeby?

Oczywiście, że możesz. Musisz wyraźnie zaznaczyć to podczas kontaktu z personelem oddziału neonatologicznego.

Dominika

jak sobie pomóc gdy podczas porodu będę podłączona do ktg i nie będę mogła się nigdzie ruszyć tylko będę musiała leżeć?

Jeżeli chodzi o podłączenie do KTG to często można poruszać się w obrębie kabelków, stać przy aparacie, usiąść na piłce. Jeżeli jednak pojawi się wskazanie do leżenia przede wszystkim należy pamiętać żeby nie leżeć na wznak, tylko kręcić się na boki lub usiąść na łóżku w pozycji półsiedzącej.

Marta

czy olej rycynowy wywołuje skurcze i szybszy poród ?

Nie ma medycznego wskazania do wywołania porodu za pomocą oleju rycynowego.

EWELINA

co robić jeśli odeszły nam wody i jedziemy do szpitala a tam mówią nam, że nie mają miejsca w szpitalu

Jeżeli w Szpitalu odmawiają przyjęcia to ten Szpital powinien poinformować Panią gdzie udać się do porodu, a w uzasadnionych przypadkach powinien zorganizować transport do innej placówki.

Paulina

czym kierować się przy wyborze szpitala do porodu ? przeprowadziłam się niedawno na Śląsk jestem w II trymestrze ciąży. Czy powinno się kierować odległością szpitala od miejsca zamieszkania ?

Marta

co może robić partner podczas porodu, aby pomóc walczyć z bólem?

Twój partner może wykonywać Ci masaż np.: pleców odcinka krzyżowego, może pomóc Ci podczas imersji wodnej, masować olejkiem eterycznym, puścić muzykę, a także podtrzymywać w różnych pozycjach.

Małgorzata

Czy rodząc w wodzie można przybierać różne pozycje?

Oczywiście np. kucać, siedzieć, przyjmować pozycję kolankowo-łokciową

Marta

Po jakim czasie od porodu naturalnego następuje pierwsze karmienie maluszka? Czy położne w szpitalu o tym przypominają czy kobieta powinna sama o to zadbać?

Ja na Sali porodowej jeżeli mama jest chętna zalecam przystawienie od razu, pomagam mamie jeśli nie potrafi tego zrobić i tłumaczyć.

Marta

kiedy wykonać pierwszy raz KTG?

Jeżeli ciąża przebiega fizjologicznie można wykonać w terminie porodu.

Emilia

Czy łagodzenie bólu w wannie możemy uznać też za odpoczynek w trakcie porodu?

Oczywiście, że tak, jest to forma relaksu

Marta

Czy w czasie porodu położna jest obecna przez cały czas?

Położna praktycznie cały czas jest przy Tobie, jeśli jest taka potrzeba.

Magdalena

czy warto brać więcej rzeczy dla dziecka do szpitala czy będzie możliwość dostarczenia rzeczy w razie czego przez rodzinę?

Zależy od szpitala, mój szpital nie wymaga ubranek dla dziecka, posiadamy swoje, dopiero podczas wypisu pacjentka potrzebuje własnych, pieluszki i chusteczki zazwyczaj są potrzebne własne

Dariusz

co najlepiej jako tatus mówić, robić, jak wspierać żonę w przypadku porodu rodzinnego ?

możesz wykonywać masaż np.: pleców odcinka krzyżowego, możesz pomóc podczas imersji wodnej, masować olejkami lub piłęczką do masażu, puścić muzykę, a także podtrzymywać w różnych pozycjach. Motywuj ją, okazuj jej podziw i wsparcie, niech poczuje, że jest Twoją bohaterką

MAGDALENA

Czy poród przed terminem jest przeciwwskazaniem do znieczulenia zewnątrzoponowego?

Nie jest przeciwwskazaniem. Od 37 tygodnia do 42 tyg mamy do czynienia z porodem fizjologicznym

Anna

Jak łagodzić ból porodowy niefarmakologicznie?

Masażem, oddychaniem, stosowaniem tens-czyli elektrod masujących, imersji wodnej, aromaterapii, muzykoterapii, hipnozy,

Aleksandra

Czy są szpitale, które nie respektują standardów okołoporodowych?

W moim przekonaniu, nie.

Magdalena

Czy da się zemdleć w trakcie porodu?

Jeżeli pacjentka miała do tego tendencję już przed ciążą związanych z dużym wysiłkiem, czy z jakąś chorobą wtedy tak.

Marzena

jak odróżnić skurcze przepowiadające od tych właściwych.

Skurcze przepowiadające nie są regularne, a po ciepłym prysznicu kąpeli ustają zazwyczaj.

Agnieszka

Jak rozpoznać, że zbliża się poród?

Przed porodem mogą odejść wody płodowe, czop śluzowy, możesz dostać biegunki, a także zaczynają się skurcze o charakterze bólu miesiączkowego, lecz stają się z czasem silniejsze i regularne

Marta

czy istnieją specjalne ćwiczenia które pomogą odwrócić się maluszkowi do właściwej pozycji? kiedy można je wykonywać?

Zazwyczaj w czasie porodu już dzieciątko jest odwrócone główką do dołu, jeżeli mówimy tu o 34-36 tygodniu możesz wdrożyć ćwiczenia jogi i spróbować jeśli nie ma do nich przeciwwskazań. Np. gdzie dokonuje się zmiana siły ciężkości.

Magdalena

Czy warto zakupić koszulę porodową ? Czy zwykły duży t-shirt ?

Zalecam zakupić zwykłą w 100% bawełnianą koszulę z rozpinanymi guzikami lub zatrzaskami z przodu na białcie, gdyż podczas porodu koszula może się ubrudzić wodami płodowymi, mazią noworodka, smółką czy krwią podczas rodzenia łożyska, dlatego nie polecam koszul bardzo drogie, markowych, zawsze lepiej kupić dwie, aby po porodzie się przebrać i czuć komfortowo

Adrianna

Czy to prawda że ciedzenie na piłce podczas porodu może zahamować akcje porodową ? Tak nam powiedziała położna przy pierwszym porodzie gdy długi czas siedziałam na piłce a nie rozwierała się szyjka

Nie uważam, a aby była to prawda, chyba, że skakanie na piłce zmęczyło Pani organizm albo zestresowało Panią, wtedy kortyzol-hormon odpowiedzialny za stres hamuje wydzielanie oksytocyny, a co za tym idzie spowalnia poród,

Marta

Co w sytuacji gdy kobieta w trakcie porodu wymiotuje? Czy wskazane jest, aby kobieta mogła wstać i pójść do łazienki czy już raczej zostać na łóżku i kontynuować poród?

Wymioty zazwyczaj występują w pierwszym okresie porodu, gdy szyjka się rozwiera, to dobry zwiastun porodu, pomimo, że bardzo nieprzyjemny, w tym czasie jeśli nie zdążysz możesz skorzystać z miski nerkowatej a później wypłukać/umyć jamę ustną.

Magdalena

czy po planowanym cc partner może zobaczyć dziecko?

W czasie przed pandemią covid w większości szpitali była tak możliwość, także z możliwością kangurowania. Obecnie w szpitalach nie jest to możliwe.

Agnieszka

Jak przygotować męża na poród, by jak najlepiej umiał nam pomóc?

Zastanów się jak partner będzie mógł Ci pomóc w czasie porodu, opowiedz mu co mógłby zrobić, abyś odpoczęła, zrelaksowała się i miała w nim wsparcie.

Emilia

czy w trakcie porodu naturalnego można zdecydować się na cesarskie cięcie?

Pacjentka o tym nie decyduje, o cięciu cesarskim decyduje lekarz, jeżeli życie dziecka lub matki jest zagrożone, a także kiedy występuje brak postępu porodu lub inne wskazania do wykonania cięcia cesarskiego

Dominika

Czy są jakieś sygnały w naszym ciele podczas porodu gdy wiadomo jest że z maluszkiem dzieje się coś nie tak?

Jeżeli będzie się działo coś złego z Twoim maluszkiem zarejestruje to zapis KTG, dlatego nie przejmuj się na zapas, Położna i lekarz będą mieć nad tym kontrolę

Paulina

Jak szybko dojść do siebie po cesarskim cięciu?

Spróbuj jak najszybciej się uruchomić, im wcześniej zaczniesz się poruszać tym łatwiej będzie Ci wrócić do normalności

Justyna

Kiedy powinnam przekazać mój plan porodu i komu go dać?

Podczas przyjazdu do szpitala, przy wejściu na salę porodową swojej położnej, która będzie prowadziła poród.

Agnieszka

czy sale porodowe są zawsze jednoosobowe? czy zawsze są wyposażone w te wszystkie pomoce rodzącym ?

Niestety nie wszystkie sale porodowe są dobrze wyposażone, dlatego warto wcześniej zapytać o wyposażenie Sali porodowej.

Magdalena

Czy w czasie porodu jeżeli z położną nie będę mogła się "dogadać " będzie ona dla mnie nie miła, czy mogę poprosić o zmianę położnej?

niektóre pielęgniarki, położne są dość nieprzyjemne jakby pracowały za karę

Tak w każdej innej profesji, niestety zdarzają się takie osoby, jednak ja mam to szczęście, że w moim szpitalu pracuje bardzo przyjazny personel, który traktuje swoją pracę jak pasję, nikt tu nie przychodzi za karę. Często nie mamy na to wpływu, jeżeli jest nie miła porozmawiaj z nią o tym, zapytaj dlaczego taka jest, wtedy każda położna przemyśli swoje zachowanie

Dominika

Czy można spokojnie pic wodę w trakcie porodu?

Oczywiście, to nawet wskazane ☺

Marta

Jaka pozycja do rodzenia jest najbardziej polecana? Na połyżaczko?

Polecam pozycję na lewym boku pozycję wertykalną, pozycję kolankowo –łokciową, na stojąco.

Emilia

Jak to jest faktycznie z jedzeniem przed i w trakcie porodu?

Zalecam zjeść przed porodem posiłek który dostarczy Ci energii na dłuższy czas, w trakcie porodu niestety nie można jeść nic oprócz żelek, landrynek, lizaków.

Marta

jestem sama , partnera nie ma i jeszcze trafiona nieprzyjemna położna

Często nie mamy na to wpływu, jeżeli jest niemiła porozmawiaj z nią o tym, zapytaj dlaczego taka jest, wtedy każda położna przemyśli swoje zachowanie, powiedz, że jest Ci przykro z tego powodu.

Dominika

jak sobie pomoc w trakcie porodu gdy jesteś podłączeni do ktg i leżymy?

Jeżeli nie możesz wstać, oddychaj dotleniaj dziecko, jeżeli nie ma przeciwwskazań pod zapisem ktg możesz spacerować na długość kabelków urządzenia ktg, możesz skakać na piłce lub stać i lekko poruszać biodrami.

Natalia

w normalnej sytuacji, jeśli dziecko ułożone jest miednicowo / poprzecznie, wiem, że można próbować ćwiczenia tak, by się odwróciło. Jednak jak to jest przy wadzie macicy? Lepiej nie próbować ingerować i dać dziecku zdecydować? 😊

Taką, sytuację zalecam skonsultować z lekarzem

Agnieszka

co jeśli trafi się na położną hmmm średnio-miłą ?

Postaraj się nawiązać z nią kontakt, może to było pierwsze złe wrażenie. Często nie mamy na to wpływu, jeżeli jest niemiła porozmawiaj z nią o tym, zapytaj dlaczego taka jest, wtedy każda położna przemyśli swoje zachowanie

Paulina

na ile wcześniej należy przygotować plan porodu? czy należy go tylko przygotować, gdy póród będzie siłami natury czy także do CC?

Zazwyczaj do PSN, przygotuj po 36 tygodniu, jeśli bardzo się stresujesz możesz zrobić to wcześniej np. na spotakniu z położną.

Dariusz

jak wg Pani w obecnych czasach działają szkoły rodzenia online ? czy jest duża różnica między normalną szkołą a internetem ?

Myślę, że nic nie zastąpi relacji w realnym świecie, kiedy możemy pokazać na żywo ćwiczenia oddechowe, czy te dotyczące pielęgnacji i opieki nad noworodkiem, jednak online również możemy wiele się dowiedzieć i lepsze to niż, pozostawienie się w niepewności i niewiedzy

Justyna

Czy jest możliwość poproszenia o zmianę położnej?

Często nie mamy na to wpływu, jeżeli jest niemiła porozmawiaj z nią o tym, zapytaj dlaczego taka jest, wtedy każda położna przemyśli swoje zachowanie

MAGDALENA

czy w czasie porodu są jakieś ograniczenia w ilości pitej wody?

Zazwyczaj zaleca się picie małymi łykami ale nie ogranicza się ilości.

Dominika

czy afirmacje do porodu działają?

Działają. Nastaw się na dobry poród, nie używaj słowa nie, czyli: mam nadzieję, że nie natną mi krocza zamiast na urodzę bez nacięcia krocza

Urszula

Jeśli maluszek jest odwrócony główką do góry jest szansa na poród SN? Lub jakieś skuteczne domowe sposoby na odwrócenie malucha?

Do 36 można spróbować jogi, gdzie następuje zmiana sił ciężkości.

Agnieszka

Czy przygotowanie planu porodu w chwili obecnej to jest standard u każdej kobiety, czy czasem odbierany jest źle przez położne, bo nie chciałabym by było odbierane jako roszczeniowa - kobieta?

Jest to standard, jeśli nie ma pacjentka przygotowanego przy przyjęciu i wywiadzie położniczym tworzymy razem taki plan.

Magdalena

Czy mogę urodzić dziecko w każdej pozycji ? Czy tylko na krześle porodowym i w wodzie ?

Możesz rodzić w dogodnej pozycji, chociaż wiem, że w niektórych szpitalach jest to bardzo różne. Porozmawiaj o tym z położną, na pewno doберзecie wspólnie pozycję, zawsze możesz spróbować kilku pozycji w czasie parcia i pozostać w tej w której Ci najwygodniej i która Ci odpowiada

Bożena

czy warto zgodzić się aby studenci byli podczas porodu?

Myślę, że tak przynajmniej jeden student/studentka. Młode położne zastępują te które odchodzą na emeryturę, dlatego jest to jedyna możliwość aby przed pójściem do pracy nauczyły się zawodu, od starszej stażem położnej.

Dominika

jesli prysznic w trakcie porodu to lepiej ciepły czy zimny?

Myślę, że ciepły sprawi, że się zrelaksujesz dlatego jest metodą łagodzenia bólu.

Monika

czy w obecnej sytuacji jest mozliwosc obejrzenia sali porodowej?

Niestety w moim szpitalu, jak i w większości obecnie póki co, nie ma takiej możliwości myślę, że niedługo może wrócić to do normalności

Sabina

Po czym poznać że się zaczyna? Upławy koloru różowego i żółtego mogą o czymś świadczyć?

Po odpłynięciu wód płodowych i rozpoczęciu regularnej akcji skurczowej. Różowy śluz może być oznaką rozwierania się szyjki macicy, żółte upławy mogą świadczyć o infekcji pochwy.

Natalia

Kto jest autorem książki "Poród naturalny"?

Katarzyna Oleś POŁOŻNA

Dariusz

czy wg Pani bo to Pani odbiera porody - warto jechać do szpitala w którym jest Nasz ginekolog prowadzący czy to nie ma aż takiego znaczenia ?

Wydaje mi się że nie ma to aż takiego znaczenia, lekarz prowadzący nie przyjmuje porodu, lecz położna.

Magdalena

Gdy odejdą mi wody a nie ma czynności skurczowej czy powinnam jechać prosto do szpitala ? Czy odczekać chwilę i poczekać na skurcze ?

Zalecam wziąć prysznic, spakować się zjeść coś i przyjechać do szpitala.

Justyna

o czym należy pamiętać jadąc do szpitala na akcję, co ze sobą wziąć, co będzie potrzebne

Myślę, że warto sprawdzić stronę szpitala do którego jedziesz rodzić i tam powinien być wykaz rzeczy, abyś nie brała rzeczy zbędnych.

Marta

czy trzeba koniecznie brać antybiotyk przy GBS +??

Tak, dla Ciebie paciorkowiec beta-hemolizujący nie jest groźny, lecz u Twojego dziecka może wywołać zapalenie płuc

Anna

kiedy poród SN trwa za długo? jak rozpoznać, że już jest moment o podjęciu decyzji o nieplanowanym cc? słyszałam o sytuacjach kiedy kobiecie próbującej rodzić SN pęka macica..

Decyzję podejmuje lekarze dyżurni, nie martw się na zapas, nikt nie pozwoli aby coś złego się stało Tobie i maleństwu.