1. Dawki leku w znieczuleniu zewnatrzoponowym są podawane w takich ilościach, że nie powinny mieć żadnego wpływu na rodzące sie dziecko.

2. W każdym szpitalu najczęściej znajduje się doradca laktacyjny. W wielu przypadkach kiedy doradcą jest niedostępny  pomagają położne z oddziału, które często są edukatorkami ds laktacji.

3. Szpitale posiadają na stanie koszulę do porodu.

Jeśli pacjentka chce z nich skorzystać nie ma najmniejszego problemu z ich uzyskaniem- wystarczy o tym poinformować personel medyczny.

4. Przygotowanie własnej playlisty- na nośniku pendrive oraz swoich olejków do aromaterapii (jeśli któryś z nich jest dla niezbędny w tym dniu).

Jesli nie posiada pani swoich olejków sala porodowa często zapewnia podstawowe zapachy.

Fakt skorzystania z tych niefarmakologicznych metod łagodzenia bólu porodowego należy zgłosić w momencie przyjęcia na salę porodową.

5. Według danych WHO lewatywa nie pomaga w przyspieszeniu porodu.

Można ją wykonać dla swojego komfortu.

6. Płyn owodniowy zielony lub brunatny- natychmiastowy wyjazd do szpitala.

Płyn owodniowy jasny, przejrzysty- ciepły prysznic, lekkostrawny posiłek i wyjazd do szpitala (należy też uwzględnić wynik badania GBS- dodatni- podanie profilaktyki antybiotykowej srodporodowo).