1.

Czy poleca Pani specjalne gwizdki do porodu?  Jeśli potrafi Pani  z nim pracować to pracować to jak najbardziej można  z niego korzystać.

2.

Czy w fazie skurczy partych lepiej przeć na wstrzymanym oddechu czy przy szybszym oddychaniu? Najlepiej stosować parcie spotanicznie, w trakcie którego spontanicznie podczas wydechu następuje uruchomienie tłoczni brzusznej i parcie.

3.

Jak oddychać, aby nie doprowadzić do hiperwentylacji? Czy tzw. dmuchanie świeczki aby przetrzymać skurcz może nam zaszkodzić? Technika dmuchania świeczek jest stosowana w konkretnym momencie, najczęściej przy ochronie krocza. Nie oddychamy w ten sposób cały czas ponieważ doprowadzi to na pewno do hiperwentylacji. W trakcie skurczu najlepiej oddychać torem przeponowym, wolno, starając się aby faza wdechu była krótsza niż faza wydechu.

4.

Czy możemy przez cały poród po prostu oddychać jednostajnie, z przepony do dzidziusia? Czy musimy na czas parcia zmienić sposób oddychania? Techniki oddechowe stosujemy w skurczach, poza nimi oddychamy normalnie.

5.

Czy "wydmuchanie" dziecka jest faktycznie możliwe? Bez parcia? Tak.

6.

Podczas wydechu niskie tony są bardziej wskazane od wysokich? Niskie.

7.

Czy gaz rozweselający pomaga w oddychaniu?\gaz ma na celu złagodzenie odczuwanych dolegliwości, a nie w oddychaniu, żeby gaz działał na pewno trzeba nim oddychać w trakcie skurczu.

8.

Czy aromaterapia rzeczywiście pomaga w porodzie?  Tak.