



Narodziny z Doułą

DOMINIKA TUSKA

1. Dlaczego kontakt skóra do skóry powinien trwać akurat 2 godziny?

2 godziny to czas który Twoje dziecko potrzebuje, aby zaadaptować się do nowych warunków oraz podjąć próbę pierwszego karmienia. Średni czas potrzebny do rozpoczęcia poszukiwania piersi i ssania wynosi ok 34 min od narodzin. Średni czas do spontanicznego przystawienia się do piersi i ssania wynosi ok 55 min, a w wielu przypadkach dziecko potrzebuje na to właśnie 2h.

2. Czy ten kontakt może odbywać się w ubranku jeśli na Sali jest chłodno. Czy można przykryć maluszka i mamę?

Istotą pierwszego kontaktu jest właśnie bezpośredni kontakt skóra do skóry. Nie powinien on odbywać się w ubranku, gdyż staje się ono przeszkodą w korzystaniu z większości zalet pierwszego kontaktu. Nie należy się obawiać o to że dziecku będzie zimno, gdyż ciało mamy staje się jego najlepszym „termoforem”. Temperatura ciała mamy na brzuchu i klatce piersiowej jest po porodzie wyższa, a ubranie zaburzyło by proces ogrzewania. Dodatkowo maluszek korzysta z flory bakteryjnej mamy, oraz czuje jej zapach i smak. Od góry jak najbardziej można przykryć i Mamę i Dziecko 😊. Dobrze mieć do tego celu pieluszki muslinowe lub tetrowe, które wcześniej tata trzymał pod bluzką (przenikanie flory bakteryjnej).

3. Odcięcie pępowiny może się odbyć, gdy maluszek leży na mamie?

Tak jak najbardziej 😊

4. Co mówić, na co się powołać gdy położna naciska , że trzeba zbadać maluszka?

Na początku możesz powiedzieć, że zależy Ci żeby się jeszcze poprzytulać, i chciałabyś aby to trwało nieprzerwanie 2h. Jeśli położna powie, że musi zbadać maluszka, poza brzuchem mamy, warto zapytać jaki są medyczne powody na przerwanie pierwszego kontaktu i że prosisz o wpisanie tego faktu w dokumentacji medycznej.

Pamiętaj że przerwanie pierwszego kontaktu zgodnie ze standardem opieki okołoporodowej może się odbyć w sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia mamy lub dziecka.

5. Podczas kontaktu skóra do skóry przystawić dziecko do piersi, czy czekać aż samo zacznie jej szukać?

Jak najbardziej, warto dać dziecku szansę na próbę własnego poszukiwania piersi. To piękne i budujące doświadczenie zarówno dla mamy jak i noworodka. Jednak gdy będziesz czuła , że chciałabyś mu pomóc się przystawić, nie ma ku temu przeciwwskazań.

6. Mam planowane cesarskie cięcie, co może zastąpić noworodkowi ten kontakt z mamą.

Tata, zaraz po narodzinach maluszka ma możliwość kangurowania Dziecka (w większości szpitali). Warto przed porodem sprawdzić, czy szpital który wybraliśmy zapewnia taką możliwość, czy jest specjalne pomieszczenie do kangurowania dla taty (tak ważna i intymna chwila nie powinna odbywać się na korytarzu!) Natomiast warto poprosić o możliwość kontaktu skóra do skóry razem z Mamą na Sali pooperacyjnej tak szybko jak tylko to będzie możliwe. Poproś położną o pomoc. Taki kontakt i pierwsze karmienie może się odbyć nawet kiedy nie możesz się poruszać. Poproś położną o rozebranie maluszka i pomoc w pierwszym karmieniu. Pamiętaj, że kontakt skóra do skóry (zwłaszcza po cięciu cesarskim) warto praktykować każdego dnia. Rozbierz maluszka i siebie do pasa. I tulcie się i kangurujcie przed/ po i w trakcie karmienia. To bardzo stymulujące zarówno dla dziecka jak i Mamy 😊 to również jeden ze sposobów stymulujących laktację.

7. W jakich przypadkach ten kontakt może zostać przerwany?

Kontakt skóra do skóry może zostać przerwany tylko w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia mamy lub dziecka. Fakt ten musi zostać odnotowany w dokumentacji medycznej.

8. Wiem, że 2 godzinny kontakt skóra do skóry jest ustalony prawnie, ale mimo wszystko, czy warto wpisać go do planu porodu?

Tak jak najbardziej warto wpisać go do planu porodu.

www.narodzinyzdoula.com

@narodziny_z_doula