

PLAN POROĐAJA – PUT DO SOPSTVENE ODLUKE

Ovaj plan vam pomaže da pronađete prave odgovore na važna pitanja o porođaju. Plan se popunjava nakon 30. nedelje trudnoće, a njegovo ispunjavanje nije obavezno. Izrađuje se prema vašem trenutnom zdravstvenom stanju u saradnji sa vašim izabranim ginekologom. Ukoliko želite da ga ispunite, ponesite ga sa sobom u porodilište i predložite ga vašem akušeru i babici.

Plan porođaja vam omogućava da istražite sve mogućnosti i donesete na znanju utemeljene odluke. **S obzirom da se unapred ne može znati kako će porođaj teći, nije sigurno da će vaš plan porođaja moći da bude u potpunosti ispraćen.** Međutim, važno je da svi koji o vama brinu tokom porođaja razumeju vaše želje.

Uz plan porođaja naći ćete dodatne informacije o različitim postupcima koji mogu biti primenjeni u toku porođaja. Pročitajte ove informacije i na osnovu njih i nakon pojašnjenja od strane vašeg ginekologa, navedite sopstvene želje.

Porođaj nije samo telesni čin, već i duhovni doživljaj
Dr. Gerd Eldering

1. Preporučuje se da se, ukoliko porođaj ne otpočne ranije, na dan verovatnog termina porođaja javite u ambulantu Klinike za ginekologiju i akušerstvo Kliničkog centra u Nišu. *Ukoliko vaš ginekolog smatra da je potrebno – uputiće vas i ranije.*
2. Okolina (*možete označiti više odgovora*):
 - (a) ☐ Želim da moj partner bude prisutan na porođaju
 - (b) ☐ Želim da moj partner bude uz mene čitavo vreme porođaja
 - (c) ☐ Želim mir i tišinu
 - (d) ☐ Želim da slušam muziku koju ću doneti sa sobom
 - (e) ☐ Želimo da fotografišemo bebu
 - (f) ☐ Želim da imam mobilni telefon kod sebe u porodilištu
3. ☐ Želim da budem u potpunosti obaveštena o svim medicinskim postupcima koji će se provoditi nada mnom i mojim detetom.

Ostale želje _____

Priprema za porođaj

4. Klizma (klistir) – *više o prednostima i nedostacima klizme saznajte u dodatku uz plan porođaja*
 - (a) ☐ Želim klizmu.
 - (b) ☐ Ne želim klizmu.
5. Brijanje – *više o prednostima i nedostacima brijanja stidnih dlaka saznajte u dodatku uz plan porođaja*
 - (a) ☐ Slažem se s brijanjem
 - (b) ☐ Slažem se s brijanjem, ali želim da donesem sopstveni jednokratni pribor
 - (c) ☐ Ne slažem se s brijanjem

Početak porođaja

Postoje različite medicinske metode za započinjanje i podršku procesu porođaja. *Saznajte više o prokidanju vodenjaka, infuziji oksitocina i prostaglandin gelu u dodatku uz plan porođaja.*

6. ☐ Informisana sam o različitim metodama započinjanja/indukovanja porođaja
7. ☐ Ukoliko prođe izračunati termin porođaja, radije bih da se porođaj ne indukuje, sve dok je sve u redu s mojim detetom i sa mnom

Tok porođaja

8. Pod uslovom da moj porođaj protiče normalno i bez komplikacija:
- (a) ☐ Želim da se tokom trudova neometano krećem, koliko će to biti moguće
 - (b) ☐ Želim se tokom trudova neometano okretati i nameštati u krevetu
 - (c) ☐ Želim da imam mogućnost da se istuširam tokom trudova
 - (d) ☐ Sloboda kretanja mi nije toliko važna
9. ☐ Želim umereno piti i jesti tokom trudova
10. Sve dok je sve u redu s mojim detetom i sa mnom, želim da mi se porođaj ne ubrzava *(možete označiti više odgovora)*
- (a) ☐ Unapred odbijam prokidanje vodenjaka
 - (b) ☐ Unapred odbijam infuziju oksitocina
11. ☐ Želim da moj partner napusti sobu za vreme vaginalnih pregleda
12. Ublažavanje bolova i sredstva protiv bolova *(više o ublažavanju bolova sredstvima protiv bolova, anestezijama, saznajte u dodatku uz plan porođaja)*
- (a) ☐ Želim, ako je moguće, imati prirodan porođaj, bez lekova za ublažavanje bolova
 - (b) ☐ Želim da u slučaju potrebe dobijem lekove za ublažavanje bolova

Moj komentar u vezi sredstava protiv bolova _____

13. ☐ Želim da napinjem instinktivno i ne želim da mi se govori kada i kako da napinjem, dok je sve u redu sa mnom i sa mojim detetom.
14. ☐ Sve dok je sve u redu sa mojim detetom i sa mnom, želim da se ne ubrzava faza napinjanja

Epiziotomija (rez na međici)

Saznajte više o epiziotomiji i rupturi (prsnuću) međice u dodatku uz plan porođaja.

15. ☐ Informisana sam o prednostima i nedostacima epiziotomije i rupture međice
16. Moje želje u vezi epiziotomije, ukoliko je sve u redu s detetom i sa mnom:
- (a) ☐ Odbijam epiziotomiju (rez na međici)
 - (b) ☐ Prihvatam epiziotomiju (rez na međici)

Carski rez

17. Ukoliko bude potreban carski rez, želim sledeću vrstu anestezije (ako je moguće):
- (a) ☐ Opšta anestezija
 - (b) ☐ Regionalna anestezija

18. ☐ Želim kontakt „koža na kožu“ s detetom odmah nakon porođaja, ako je sa detetom sve u redu
19. ☐ Ako ja ne mogu da ostvarim kontakt koža na kožu, želim da moj partner ostvari kontakt koža na kožu s detetom odmah po porođaju (ako je ikako moguće i ako prisustvuje porođaju)

Nakon porođaja

20. ☐ Želim da se odmah po rođenju dete stavi na moj trbuh
21. ☐ Želim da se prička da pupčana vrpca prestane da pulsira pre nego što se preseče
22. Presecanje pupčane vrpce:
- (a) ☐ Želim da sama presečem pupčanu vrpcu
 - (b) ☐ Moj partner želi da preseče pupčanu vrpcu
 - (c) ☐ Želim da osoblje preseče pupčanu vrpcu
23. ☐ Želim da podojim svoje dete neposredno nakon porođaja
24. ☐ Želim da se svi postupci sa novorođenčecom obavljaju uz moj prethodni pristanak i po mogućnosti u mom prisustvu.
25. ☐ Ako ja ne mogu da budem s detetom za vreme obavljanja postupaka s novorođenčecom, želim da moj partner bude prisutan
26. ☐ Želim da vidim svoju posteljicu
27. ☐ Moj partner želi da vidi posteljicu

Briga o detetu

28. Ishrana deteta (u slučaju da smo i dete i ja zdravi):
- (a) ☐ Želim isključivo dojiti svoje dete
 - (b) ☐ Želim da se moje dete hrani adaptiranim mlekom
 - (c) ☐ Želim kombinaciju oba načina ishrane
29. Želim da dojim dete:
- (a) ☐ Na zahtev deteta
 - (b) ☐ Prema rasporedu odeljenja
30. Ukoliko dete plače, želim da mu se ponudi:
- (a) ☐ Podoj
 - (b) ☐ Adaptirano mleko
 - (c) ☐ Cucla
31. U slučaju bolesti deteta (*možete označiti više odgovora*):
- (a) ☐ Želim da što je moguće više vremena provodim s detetom
 - (b) ☐ Želim da ga dojim koliko god je moguće
 - (c) ☐ Želim da učestvujem u brizi oko deteta, ako je moguće
 - (d) ☐ Želim uobičajen bolnički postupak u takvim situacijama

Smeštaj i posete

32. Moje želje u vezi smeštaja:

- (a) ☐ Želim da moje dete bude smešteno sa mnom u sobi
- (b) ☐ Pre nego što moje dete bude smešteno sa mnom u sobi, želela bih da se malo oporavim
- (c) ☐ Želim da moje dete bude smešteno sa mnom samo preko dana
- (d) ☐ Želim da moje dete bude smešteno na neonatološkom odeljenju i da mi se redovno donosi
- (e) ☐ Želim da budem smeštena u apartmanu o sopstvenom trošku
- (f) ☐ U slučaju da sam smeštena u apartmanu, želim da moj partner bude veći deo dana sa mnom

Izjava:

U ovom planu porođaja naveli smo naše želje. Pre popunjavanja plana mi smo se edukovali i spremni smo da aktivno učestvujemo u porođaju kako bi naše želje bile ispunjene u što većoj meri. Svesni smo da se porođaj može zakomplikovati i da će u tom slučaju lekar i babica doneti nužne odluke.

Unapred hvala na Vašoj saradnji u sprovođenju našeg plana porođaja.

Mesto i datum

Potpis majke

Potpis oca