

# MÓJ PLAN PORODU



Imię i nazwisko: .....

## PORÓD

- Pragnę, aby cały mój poród przebiegał w warunkach maksymalnej intymności z poszanowaniem godności osobistej mojej i mojego dziecka
- Chciałabym, jeśli to możliwe, uniknąć przyjmowania podczas porodu środków zmniejszających moją świadomość
- Chciałabym korzystać z metod naturalnych łagodzenia bólu porodowego i relaksacji (woda, masaż, aromaterapia, muzykoterapia)
- Chciałabym korzystać z gazu łagodzącego ból porodowy Entonox
- Proszę o niewykonywanie zabiegów przygotowujących do porodu takich jak lewatywa, golenie krocza, chyba, że o to poproszę
- Chciałabym otrzymać krótką informację o celu zabiegów, które są wobec mnie stosowane
- Chciałabym móc jeść i pić podczas pierwszego okresu porodu jeżeli poczuję taką potrzebę i nie będzie przeciwwskazań
- Chciałabym mieć możliwość swobodnego poruszania się, zachowania aktywnej postawy i korzystania z pozycji wertykalnych podczas porodu, jeśli nie będzie przeciwwskazań
- Chciałabym w pierwszym okresie porodu korzystać z wanny, piłki, worka sako, materaca

- Jestem świadoma, że poniższy plan porodu jest listą moich osobistych preferencji i może być zrealizowany w sytuacji, kiedy nie ma przeciwwskazań medycznych

Proszę wypisać leki zażywane w trakcie ciąży (leki, antybiotyki, witaminy i inne) .....

- Chciałabym by pozwolono mi przeć w takim rytmie jaki będzie nakazywał mi instynkt
- Zależy mi na możliwości uczestnictwa osoby towarzyszącej podczas porodu, z możliwością czasowego wyjścia z Sali Porodowej (np. badania, II okres porodu)
- Chciałabym, aby osoba towarzysząca, jeśli tego chce, mogła przeciąć pępowinę
- Jestem przekonana, że wolałabym uniknąć cięcia cesarskiego, chyba że jest to konieczne
- Jeżeli cięcie cesarskie będzie konieczne, chciałabym zostać w pełni poinformowana o powodach takiej decyzji
- W sytuacjach absolutnie uzasadnionych wyrażam zgodę na ukończenie porodu w sposób zabiegowy lub operacyjny (próżnościąg położniczy, kleszcze)

## OCHRONA KROCZA

- Wolałabym nie mieć nacinanego krocza, chyba że będzie to konieczne
- Wolałabym mieć nacięte krocze
- Proszę o podanie środka znieczulającego w sytuacji szycia krocza po porodzie

## PO PORODZIE

- Prosiłabym, aby położna tuż po porodzie, jeżeli stan dziecka na to pozwoli, położyła mi dziecko na brzuchu
- Chciałabym przystawić dziecko do piersi po porodzie najszybciej, jak to będzie możliwe
- Chciałabym pozostać z dzieckiem w „skóra do skóry” nieprzerwanie od momentu porodu, przez cały okres pobytu w Sali Porodowej (2h), jeżeli stan dziecka będzie dobry
- Proszę o pełną informację na temat zdrowia dziecka
- Planuję karmić piersią i chciałabym zacząć zaraz po porodzie
- Proszę nie dokarmiać dziecka bez uzgodnienia tego ze mną wcześniej
- Proszę nie podawać dziecku smoczka
- Pragnę mieć możliwość kontaktowania się z najbliższymi w czasie pobytu w Oddziale Położniczo - Ginekologicznym zgodnie z regulaminem tego oddziału

.....  
Podpis Pacjentki