

PROGRAM OPIEKI PRZEDPORODOWEJ:

CELE DO OSIĄGNIĘCIA:

- świadomość troski o swoje zdrowie,
- dążenie do utrzymania dobrego samopoczucia,
- pozytywne myślenie o bezpieczeństwie swoim i dziecka w czasie ciąży, porodu i porożu;
- kształtowanie właściwej postawy ciężarnej wobec dziecka;
- obniżenie zachorowalności lub utraty ciąży.

TERMIN EDUKACJI:

Prowadzenie edukacji zgodnie z kalendarzem tygodni każdej ciężarnej;

- 1 x w tygodniu od 21-31 tygodnia ciąży;
- 2 x w tygodniu od 32 ciąży do terminu porodu.

EDUKOWANI PACJENCI:

- kobiety ciężarne od 21 tygodnia ciąży do porodu;

MATERIAŁ EDUKACYJNY

Kobieta od momentu stwierdzenia ciąży znajduje się pod opieką wybranego lekarza ginekologa, który prowadzi jej ciążę. Lekarz ma obowiązek poinformować ciężarną w 20 tygodniu o istniejącej możliwości skorzystania z programu edukacji przedporodowej – czyli profilaktyczno-edukacyjnych spotkań z położną rodzinną.

Spotkania z położną mają na celu przygotowanie do rodzicielstwa, porodu oraz do porodu rodzinnego. Spotkania prowadzone są na terenie Przychodni indywidualnie oraz grupowo.

Częstotliwość spotkań zgodna jest z harmonogramem edukacji przedporodowej. Składają się one z części teoretycznej i praktycznej. Część teoretyczna to pogadanka, wykład i dyskusja. Podczas spotkań kobieta zdobywa nie tylko wiedzę, ale również pozwala to nawiązać lepszy kontakt z położną.

GŁÓWNE ZADANIA PROGRAMU TO:

CZĘŚĆ EDUKACYJNO-TEORETYCZNA

- edukację w zakresie prozdrowotnego stylu życia kobiety;
- przygotowania do porodu z uwzględnieniem porodu rodzinnego;
- poradnictwo w zakresie higieny odżywiania w okresie połogu;
- poradnictwo w zakresie pielęgnacji i prawidłowego żywienia noworodka i niemowlęcia od drugiego miesiąca życia;
- poradnictwo laktacyjne i promowanie karmienia piersią;
- kształtowanie postaw rodzicielskich;
- edukację i udzielanie porad w zakresie powrotu płodności po porodzie i metod regulacji płodności.

CZĘŚĆ EDUKACYJNO-PRAKTYCZNA:

- pozyskanie umiejętności współpracy z personelem medycznym podczas porodu;
- opieka i pielęgnacja noworodka;
- promocja karmienia piersią i fizjologia laktacji.

Ciężarne uczestniczące w edukacji przedporodowej mają złożoną dokumentację: karta opieki zawierająca dane pacjentki, informacje o kobiecie ciężarnej – wywiad ogólny przebiegu ciąży i prognozowania porodu.

Następną częścią dokumentacji jest plan edukacji z jej tematami, rubryki, daty edukacji z podpisem kobiety edukowanej.

Opracowany jest również plan porodu, który obejmuje:

- elementy postępowania medycznego podczas porodu;
- wskazanie przez ciężarną miejsca porodu;
- ewentualna obecność osoby towarzyszącej;
- wyrażenie pisemnej zgody na zabiegi medyczne zgodne z prawem wyboru ciężarnej;
- plan porodu w nagłych i nieprzewidzianych sytuacjach ulega zmianie.

Tworzenie planu przez ciężarną pozwala kobiecie w jakimś stopniu decydować o porodzie.

W ramach opieki okołoporodowej staram się wspierać psychicznie pacjentkę i jej rodzinę.

Staram się, aby rodzice poprzez pozytywne nastawienie zrozumieli siebie, rozbudzili w sobie odpowiedzialność za mające narodzić się dziecko.

Integracja podczas spotkań umacnia partnerów o wspólnocie macierzyńskiej i wyzwała dyskusję na temat ciąży, porodu i porodu

PLAN OPIEKI OKOŁOPORODOWEJ

OD 21 DO 31 TYGODNIA CIĄŻY	– 1 X W TYGODNIU
OD 32 TYGODNIA CIĄŻY DO PORODU	– 2 X W TYGODNIU
OD PORODU DO 8 TYGODNIA PO PORODZIE	– 4-6 SPOTKAŃ

I CIAŻA

- Dieta kobiety ciężarnej (użytki, zdrowy tryb życia);
- Higiena ciała;
- Badania konieczne w ciąży (z uwzględnieniem przebytych chorób);
- Dolegliwości w ciąży;
- Symptomy zbliżającego się porodu;
- Pytania dowolne pacjentki.

II PORÓD

- Dokumenty potrzebne do porodu;
- Walizka rodzącej (wyprawka dla noworodka);
- Omówienie okresów porodu;
- Leki stosowane na sali porodowej;
- Naturalne sposoby łagodzenia bólu porodowego;
- Pomoc położnej przy porodzie;
- Omówienie porodu zabiegowego;
- Znieczulenie zewnątrzoponowe;
- Poród zakończony cięciem cesarskim.

III NOWORODEK

- Pielęgnacja skóry;
- Toaleta pępka;
- Kąpiel noworodka;
- Karmienie naturalne, sztuczne (nawał pokarmowy, techniki karmienia, korzyści z karmienia naturalnego);
- Noworodek w szpitalu;
- Pielęgnacja wcześniaka.

IV POŁÓG

- Pielęgnacja rany krocza;
- Dolegliwości w połogu;
- Dieta kobiety karmiącej;
- Niepłodność laktacyjna;
- Przygnębienie po porodzie „baby blues”

HARMONOGRAM KONTROLI KOBIET CIĘŻARNYCH

DO 10 TYGODNIA CIĄŻY lub w chwili pierwszego zgłoszenia

- dokumentacja – założenie karty ciąży;
- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- określenie wzrostu i wag ciała;
- przekazanie informacji o możliwości wykonania badań w kierunku wad genetycznych;
- propagowanie zdrowego stylu życia i nawyków żywieniowych w tym spożywania alkoholu i innych używek.

OD 11 DO 14 TYGODNIA CIĄŻY

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- ocena ryzyka depresji;
- propagowanie zdrowego stylu życia.

OD 15 DO 20 TYGODNIA CIĄŻY

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- propagowanie zdrowego stylu życia.

OD 21 DO 26 TYGODNIA CIĄŻY

- rozpoczęcie edukacji przedporodowej.
- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- propagowanie zdrowego stylu życia;
- ocena czynności serca płodu.

OD 27 DO 32 TYGODNIA CIĄŻY

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- propagowanie zdrowego stylu życia;
- ocena czynności serca płodu.

OD 33 DO 37 TYGODNIA CIĄŻY

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ryzyka ciążowego;
- ocena ruchów płodu;
- propagowanie zdrowego stylu życia;
- ocena czynności serca płodu;
- ocena ryzyka i nasilenia depresji.

OD 38 DO 39 TYGODNIA CIĄŻY

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena czynności serca płodu;
- ocena ryzyka ciążowego;
- ocena ruchów płodu;

PO 40 TYGODNIU CIĄŻY

- pomiar ciśnienia tętniczego krwi;
- pomiar masy ciała;
- ocena ruchów płodu;
- ocena ryzyka ciążowego;
- przy prawidłowym KTG i przy prawidłowym odczuwaniu ruchów płodu
- ustalenie terminu następnej wizyty i daty hospitalizacji