

## PLAN PORODU

*Plan ustalany jest od 25 tygodnia ciąży. Jest to dokument, w którym może Pani wyrazić swoje życzenia i preferencje dotyczące porodu i położenia. To wstępny plan, który może ulec modyfikacji (podczas pobytu na Trakcie Porodowym lub w Oddziale Położniczym), zależnie od zaistniałych wskazań medycznych, stanu zdrowia Pani i dziecka.*

Imię i nazwisko ciężarnej .....

### Preferowane miejsce/warunki porodu

- chciałabym rodzić w jednoosobowej sali
- chciałabym rodzić w towarzystwie osoby bliskiej

### PIERWSZY OKRES PORODU

- chcę być na bieżąco informowana o postępie porodu
- wolałabym uniknąć wykonywania lewatywy i golenia krocza
- chciałabym mieć wykonaną lewatywę i golenie krocza
- chciałabym, aby pytano mnie o zgodę przed wykonaniem jakichkolwiek zabiegów w trakcie porodu
- chciałabym uniknąć zakładania wenflonu, chyba że będzie to konieczne z przyczyn medycznych
- chciałabym uniknąć podawania leków naskurczowych, chyba że będzie to uzasadnione medycznie
- chciałabym uniknąć przebijania pęcherza płodowego, chyba że będzie to konieczne
- chciałabym móc spożywać posiłki lub pić płyny podczas porodu, jeśli nie będzie przeciwwskazań
- zgadzam się na osłuchiwanie tętna płodu i wykonywanie zapisów KTG

### Aktywność

- chciałabym mieć możliwość swobodnego poruszania się
- chciałabym przybierać dowolną, najdogodniejszą dla mnie pozycję
- chciałabym móc korzystać z piłki, worka sacco lub materaca

### Metody łagodzenia bólu

- chciałabym mieć możliwość korzystania z wanny lub prysznica
- chciałabym mieć możliwość słuchania ulubionej muzyki (własny sprzęt grający)
- chciałabym uniknąć leków przeciwbólowych i rozkurczowych, chyba że o to poproszę
- chciałabym wdychać „gaz znieczulający” - entonox
- chciałabym, aby udzielano mi wskazówek przy stosowaniu technik oddechowych
- chciałabym mieć masowane plecy podczas skurczu (o ile będzie to możliwe)

### DRUGI OKRES PORODU

- wyrażam zgodę na osłuchiwanie tętna płodu i wykonywanie zapisów KTG
- chciałabym kierować się własną potrzebą parcia
- chciałabym być instruowana podczas parcia
- chciałabym mieć nacięte krocze
- wolałabym, aby zastosowano ochronę krocza (ale uzależniam to od sytuacji medycznej)
- chciałabym (o ile będzie to możliwe) przyjmować najdogodniejszą pozycję

### TRZECI OKRES PORODU

- chciałabym, aby położono mi dziecko bezpośrednio po porodzie na brzuchu
- chciałabym, aby oznakowano dziecko przed jego odpięciem, poinformowano mnie o godzinie porodu i płci dziecka
- chciałabym, aby zaciśnięcie i przecięcie pępowiny nastąpiło po ustaniu jej tętnienia

