



Imię Nazwisko.....  
Pesel .....

## PLAN PORODU

Stworzyłam ten plan porodu, by przekazać moje oczekiwania dotyczące przebiegu porodu. Jednocześnie rozumiem, że podczas porodu może okazać się, że niektórych punktów nie można zrealizować.

- Chcę by w trakcie porodu zwracano się do mnie po imieniu
- Proszę, by używano jasnych, prostych i zrozumiałych dla mnie sformułowań
- Zależy mi na tym, by personel szpitala uzgadniał ze mną wszystkie zabiegi zanim zostaną one wykonane
- Chcę, by przy moim porodzie był obecny tylko niezbędny personel
- Wyrażam zgodę na obecność studentów

### Mój stan zdrowia

- Mam dodatni wynik wymazu z pochwy w kierunku Streptococcus agalactiae (GBS)
- Mam krew Rh (-)
- Mam cukrzyce
- Mam cukrzyce ciążową
- Mam kłopoty ze wzrokiem
- Opinia okulisty

### Osoba towarzysząca

W porodzie będzie towarzyszył/a mi .....

- chce, by był/a przy mnie przez cały poród/ tylko w 1 okresie porodu/ tylko w 2 okresie porodu/ tylko 2h po porodzie
- chce, by informowano osobę towarzyszącą o przebiegu porodu
- chce, by osoba towarzysząca była obecna przy badaniu wewnętrznym/porodzie zabiegowym

### Przygotowanie do porodu

- Proszę o wykonanie lewatywy
- Proszę o ogolenie krocza

### Wywołanie porodu

- Chciałabym uniknąć wywołania porodu, chyba że ze względów medycznych będzie to konieczne
- Proszę o nieprzebijanie pęcherza płodowego, chyba że będzie to konieczne
- Wyrażam zgodę na zastosowanie preindukcji porodu: cewnik Foleya/prostaglandyny
- Wyrażam zgodę na podanie oksytocyny w celu indukcji porodu



## Łagodzenie bólu porodowego

- Chciałabym w pierwszej kolejności skorzystać z naturalnych metod łagodzenia bólu (aromaterapia/masaż/immersja wodna/ciepłe okłady/immersja wodna/szal rebozo)
- Chcę skorzystać z elektrostymulacji (TENS)
- Chętnie skorzystam z gazu Entonox
- Chciałabym mieć znieczulenie zewnątrzoponowe, jak tylko będzie to możliwe
- Chciałabym skorzystać z leków opioidowych

## Poród

- Chciałabym mieć możliwość swobodnego poruszania się, zmieniania pozycji zarówno w trakcie pierwszego okresu porodu, jak i w trakcie drugiego okresu
- Chcę rodzić w takiej pozycji, jaką podpowie mi moje ciało
- Chciałabym móc jeść i pić, jeżeli nie ma przeciwwskazań
- Proszę ograniczyć do minimum ilość badań dopochwowych
- Chciałabym w pierwszym okresie porodu korzystać z pryszniców
- Wolałabym, aby słuchano tętna dziecka co 15 minut, a nie stale
- Chciałabym, aby pozwolono mi przeć w takim rytmie, jak będzie mi nakazywał instynkt
- Proszę o instrukcje w trakcie parcia
- Chciałabym mieć swobodę wyboru pozycji porodowej
- Chciałabym mieć możliwość dotknięcia główki dziecka w trakcie jej rodzenia się
- Chciałabym prosić o przygaszenie światła i wyciszenie w chwili, gdy dziecko będzie przychodzić na świat
- Zależy mi na ochronie krocza
- Wolałabym mieć nacięte krocze
- Prosiłabym, by położna tuż po porodzie położyła mi dziecko na brzuch
- Chcę przeciąć pępowinę
- Chcę, aby osoba towarzysząca przecięła pępowinę

## Cięcie cesarskie

- Jestem przekonana, że wolałabym uniknąć cesarskiego cięcia, chyba, że jest to konieczne
- Jeśli cesarskie cięcie będzie konieczne, chciałabym zostać w pełni poinformowana o powodach takiej decyzji
- Chciałabym, aby moja osoba towarzysząca kangurowała dziecko po jego wydobyciu
- Zależy mi, aby w trakcie cięcia cesarskiego zachować świadomość – proszę o znieczulenie regionalne
- Po powrocie z sali cięć chcę kangurować dziecko

## 2H PO PORODZIE

- Nie chce, aby przerywano kontakt skóra do skóry, gdy stan dziecka tego nie wymaga
- Chcę karmić piersią i zależy mi, aby pierwsze przystawienie dziecka miało miejsce na sali porodowej
- Nie chce karmić piersią

.....  
**podpis rodzącej**

.....  
**podpis położnej**