

Ulotka informacyjna dla pacjentki

NAJWAŻNIEJSZE WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE INDUKCJI PORODU

Wstęp

Niniejsze informacje zawierają kilka najważniejszych wskazówek na czas przyjęcia do szpitala na Indukcję Porodu (ang. **IOL**).

Jeśli po przeczytaniu ulotki masz jakiegokolwiek pytania, skontaktuj się z członkiem zespołu położniczego.

Czym jest indukcja porodu (IOL)?

- Poród indukowany to poród rozpoczynany sztucznie, a nie samoistnie.
- Indukcja porodu jest powszechna, gdy dziecko jest po terminie lub gdy istnieje ryzyko dla zdrowia matki lub dziecka. Poproś położną o naszą ulotkę informacyjną dotyczącą indukcji porodu.
- Indukcja jest często procesem długotrwałym. W odpowiednich przypadkach może być korzystniejsze rozpoczęcie urlopu ojcowskiego po narodzinach dziecka lub gdy poród już się rozpocznie.
- Termin indukcji porodu zostanie wyznaczony w zależności od wskazań. Zwykle jest to przedział czasowy, np. od 39. do 40. tygodnia ciąży.

Dzień indukcji

- Otrzymasz telefon z zaproszeniem do przybycia. Jeśli z jakiegoś powodu konieczne będzie opóźnienie indukcji, skontaktujemy się z Tobą telefonicznie.
- Zapytamy też, jak czujesz się Ty i dziecko. W razie potrzeby możesz umówić wizytę kontrolną w oczekiwaniu na przyjęcie do szpitala na indukcję.
- **Jeśli do godziny 17:00 nie otrzymałaś od nas telefonu, zadzwoń do Blossom Suite pod numer 01782 672200.**
- Celem jest przyjęcie przed godziną 10:00, jednak ze względu na bieżący ruch na oddziale może to nastąpić o każdej porze dnia.

Po przyjęciu

Warto pamiętać, że jest to jedynie wskazówka – każda indukcja porodu przebiega inaczej. Przygotuj się na niespodziewane. Każda ciąża, poród i narodziny są inne.

- Po przyjęciu położna przeprowadzi pełne badanie przedporodowe, w tym monitorowanie bicia serca dziecka (około 30 minut).
- Stosowane są różne metody indukcji, w zależności od stopnia rozwarcia (otwarcia) szyjki macicy. Szyjka macicy to dolna, wąska część macicy łącząca macicę z pochwą (kanałem rodnym).
- Szyjka macicy rozwiera się (rozszerza) podczas porodu, umożliwiając narodziny dziecka. Dlatego zostanie zaproponowane badanie ginekologiczne, aby położna mogła określić najlepszy sposób rozpoczęcia indukcji porodu.
- Może być konieczne zastosowanie dopochwowych tabletek hormonalnych, niehormonalnej indukcji porodu lub przebicia pęcherza płodowego. Położna omówi wszystkie kwestie, a pytania możesz zadawać w każdej chwili.
- Tabletki dopochwowe mogą potrzebować od 6 do 24 godzin, aby zmiękczyć i otworzyć szyjkę macicy. Nie jest to szybki proces.
- Jeśli/gdy możliwe będzie przebicie pęcherza płodowego, zostaniesz przeniesiona z Blossom Suite na Oddział Porodowy, gdzie zostanie podana kroplówka hormonalna. Może to być długotrwały proces, jednak często dziecko rodzi się w ciągu 24 godzin od rozpoczęcia kroplówki.



Blossom Suite

Indukcje porodu zazwyczaj rozpoczynają się w Blossom Suite, znajdującym się w Centrum Porodów Naturalnych w Royal Stoke University Hospital.

Gdy będziesz gotowa do przebicia pęcherza płodowego, zostaniesz przeniesiona na Oddział Porodowy w celu kontynuowania indukcji.





Więcej informacji na temat procesu indukcji porodu
można uzyskać, skanując kod QR i oglądając krótki
film.

Najważniejsze wskazówki

Jedzenie i napoje

- Na oddziale Blossom Suite dostępne są jedzenie, napoje i przekąski dla osób przyjętych na indukcję porodu.
- Możesz zabrać ze sobą dodatkowe zapasy ulubionych przekąsek lub jedzenia, i to w dużych ilościach, ponieważ indukcja może być długim procesem.
- Produkty bogate energetycznie pomogą Ci zachować siłę podczas indukcji i porodu; polecamy banany, kanapki z masłem orzechowym, krakersy pełnoziarniste, napoje energetyczne i tabletki glukozy.
- Na oddziale nie ma możliwości podgrzewania jedzenia.

Wentylatory

- Zabierz ze sobą własny wentylator ręczny, do noszenia na szyi lub składany – pomoże poczuć Ci się wygodniej.
- Alternatywnie Blossom Suite dysponuje niewielką liczbą wentylatorów do dyspozycji.

Ładowarki

Pamiętaj o zabraniu ładowarek do telefonu i innych urządzeń elektronicznych.

Aparaty TENS

- Jeśli masz aparat TENS, zabierz go do torby szpitalnej.
- Aparat TENS może stymulować organizm do produkcji większej ilości endorfin (naturalnych środków przeciwbólowych).
- Aparat TENS może zmniejszać liczbę sygnałów bólowych przesyłanych do mózgu przez rdzeń kręgowy.

Ściereczki

Wrzuć kilka ściereczek do torby szpitalnej, aby móc je regularnie moczyć w zimnej wodzie. Pomogą Ci poczuć się wygodniej.

Lód, lód i jeszcze raz lód!

Choć na oddziale położniczym lód nie jest dostępny, możesz przynieść termos z lodem z domu, który możesz dodawać do zimnych napojów lub ssać.

Komfort

Zadbaj o komfort – zabierz ze sobą wszystko, co może w tym pomóc, na przykład:

- Własne poduszki i/lub koc z domu, ponieważ mogą one być wygodniejsze. Oddział zapewni jednak poduszki i koc.
- Najwygodniejsze ubrania.

Przyjmowanie pomocy

Bądź otwarta na sugestie i możliwości. Niektóre indukcje mogą być długim i wyczerpującym procesem – przyjmuj pomoc i środki przeciwbólowe, gdy są oferowane. W razie potrzeby zwróć się do personelu o pomoc – nie ma się czego wstydzić.

Sposoby na spędzanie czasu

Zachęcamy do zabrania ze sobą: książek, magazynów, kart do gry, krzyżówek, sudoku, puzzli, filmów, środków relaksacyjnych, muzyki, słuchawek dla siebie i osoby towarzyszącej.

Spokój ducha

- Łatwiej powiedzieć niż zrobić! Stwórz playlistę muzyczną lub posłuchaj ulubionego podcastu.
- Spakuj olejki do masażu i ćwicz techniki uważności, hipnoterapię lub karty afirmacyjne.

Przenośne głośniki i/lub słuchawki

Połącz się z platformą streamingową i oglądaj ulubiony serial lub film albo słuchaj muzyki lub podcastu.

Poczucie humoru

- Też łatwiej powiedzieć niż zrobić, ale naprawdę może pomóc!
- Weź kąpiel – może ona przynieść ulgę w bólu; zabierz ze sobą ulubioną relaksującą pianę do kąpieli.

Ruch to zdrowie

- Będziesz aktywnie zachęcana do ruchu podczas indukcji. Może to być spacer po oddziale/piętrze/szpitalu lub korzystanie z pomocy, takich jak piłki porodowe.
- Jeśli sytuacja na to pozwala, możesz opuścić oddział, aby pospacerować na zewnątrz lub udać się do stołówki lub punktów gastronomicznych.
- Udowodniono, że poruszanie się pomaga dziecku przyjąć optymalną pozycję do porodu i wspomaga otwieranie się szyjki macicy.

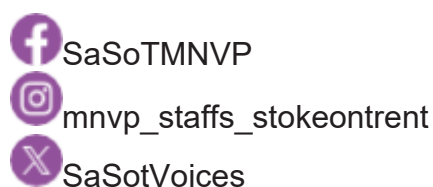
Obejrzyj nasze wideo z najczęściej zadawanymi pytaniami, skanując kod QR.



Informacje kontaktowe

Blossom Suite / Centrum Porodów Naturalnych 01782 672200

Ulotka współtworzona przez University Hospitals of North Midlands oraz Staffordshire and Stoke-on-Trent Maternity and Neonatal Voices. Wskazówki opracowane na podstawie opinii lokalnych kobiet / osób rodzących i ich rodzin na temat doświadczeń z indukcją porodu.





Jeśli potrzebujesz tej ulotki w dużym druku, w alfabecie
Braille'a, na kasecie audio lub w innym języku,
porozmawiaj z pracownikiem.