

Komunitní porodní asistentka v prevenci nákazy Covid

Výjimečný stav a zpřísňující se opatření

Od poloviny října hlásí sdělovací prostředky denně zprávy o prudce se zvyšujícím počtu lidí, kteří onemocněli chorobou nazývanou **Covid 19**. Jako prevenci onemocnění doporučují odborníci nošení roušky, přísnou hygienu a neshlukovat se. Mezi další podpůrné kroky patří dobrá nálada, klidná mysl, zdravý životní styl (dostatečný pobyt na čerstvém vzduchu, zdravá strava bohatá na vitamíny, zdravý pitný režim).

I přes zahlcování zdravotnického systému problémy spojenými s Covid, chodí těhotné ženy na předporodní kontroly, které probíhají povětšinou u lékaře gynekologa. Ten mívá svou ordinaci ve zdravotních střediscích či nemocnicích. Zdravotními středisky i nemocnicemi prochází denně mnoho desítek osob, které, aniž by to věděly, mohou být šířiteli Covid. Stejnými prostory jako veřejnost musí projít i těhotné ženy. Nadto často čekají poměrně dlouho, zvláště ve velkých porodnicích ve velkých městech, než na ně přijde řada.

Zdravé těhotné ženy mohou snížit riziko nákazy Covid, kromě dodržování výše zmíněných zásad, také tím, že zvolí **individuální péči komunitní porodní asistentky, a to přinejmenším v posledních čtyřech týdnech těhotenství.**

Komunitní porodní asistentka

Porodní asistentka je zdravotnická odbornice, v dnešní době s vysokoškolským vzděláním, jejímž posláním je pečovat o ženy v době těhotenství, porodu a době poporodní. Pokud se jedná o zdravou ženu a zdravé těhotenství, může tak činit **samostatně**, bez přímé účasti lékaře.

V České republice, stejně tak jako ve všech státech světa, se některé porodní asistentky specializují na poskytování péče v komunitním prostředí, to znamená **mimo porodnici**. Pracují buď ve vlastní ordinaci mimo nemocnici, nebo ve velkém zdravotním středisku, mohou ale nabídnout poradenství přímo v domácím prostředí těhotné ženy.

Porodní asistentka je odbornou poradkyní a průvodkyní ženy. Svou činností by měla snížit míru strachu a zvýšit míru sebedůvěry a přesvědčení těhotné ženy, že je schopna zdravě porodit a postarat se o novorozené miminko. Porodní asistentky mohou ženám poradit i s kojením.

Jak můžete služeb porodní asistentky využít zvláště v době Covid?

Těhotenství

Systém zdravotní péče ve většině států Evropy, a také v České republice, doporučuje těhotným ženám, aby navštěvovaly těhotenskou poradnu 1x měsíčně, a to až do 36. týdne těhotenství, pak 1x týdně do 40. týdne těhotenství a následně každé 3 dny až do porodu.

V České republice jsou během těchto návštěv některé úkony přímo vázány na profesi lékaře buď svou podstatou nebo díky finančnímu krytí zdravotních pojišťoven. Jsou to ultrazvuková a laboratorní vyšetření. Ta se však nedělají při každé návštěvě v poradně.

Těhotná žena může zvolit individuální péči porodní asistentky nebo kombinovat péči komunitní porodní asistentky a péči lékaře, a tím omezit návštěvy nemocnic a zdravotních středisek na minimum.

Návštěvy komunitní porodní asistentky mohou být pro ženy výhodné zvláště v posledních 4 týdnech před porodem, kdy se organismus matky i dítěte chystají k porodu a mysl těhotné ženy je na tuto veledůležitou událost v jejich životech soustředěna.

Komunitní porodní asistentka v rámci těhotenské poradny může:

- změřit krevní tlak, puls, tělesnou teplotu ženy
- zkontrolovat váhový přírůstek (pro zhodnocení případného zadržování vody v těle)
- provést orientační test moči
- zevně ženu palpačně vyšetřit, později také zjistit polohu dětátka
- zhodnotit růst těhotenství pomocí měření (krejčovským metrem)
- pohovořit se ženou o tom, jak se cítí, jak vnímá dětátko, probrat její dotazy související s postupujícím těhotenstvím a směřující k porodu
- poslechnout srdeční ozvy plodu

Porod

Téměř všechny porody se rozbíhají někde mimo porodnici. Výjimkou jsou vyvolávané porody a plánované císařské řezy.

Porodní proces bývá, zvláště u prvorodících žen, mnohahodinová událost, která v nich často vzbuzuje nejistotu i strach. Díky tomu, zvláště prvorodící ženy, odjíždějí do porodnice příliš brzy. Následkem toho pak může docházet k zásahům s cílem urychlit porod. To však zvyšuje jednak bolestivost porodního procesu, jednak se zvyšuje riziko pro matku i dítě, protože jejich organismus se nemusí s uměle zvýšenou intenzitou a rychlostí porodu vyrovnat.

Komunitní porodní asistentka může:

- přijít zkontrolovat matku a dítě v počátečních hodinách porodu
- kontrolovat zdravotní stav ženy a dítěte v průběhu porodu
- doporučit různé přirozené prostředky tlumení bolesti
- doporučit úlevové pozice
- uklidnit mysl rodící ženy = snížit míru strachu
- doporučit správný čas pro odjezd do porodnice tak, aby tam žena strávila co nejkratší dobu

Ve zvláštních případech, pokud je žena zcela zdravá, porod probíhá fyziologicky a žena si to přeje, může porodní asistentka pomoci ženě i při porodu v domácím prostředí.

Doba poporodní

Běžná doba, po kterou ženy zůstávají v České republice v porodnici, jsou 3 dny. Stále více žen dává přednost časnějšímu odchodu z porodnice. V době pandemie covid, kdy jsou zakázány návštěvy v nemocnicích a členové rodiny jsou separováni, je časný odchod z porodnice aktuální a jedinou možností, jak se separaci vyhnout a zároveň snížit riziko nákazy.

Komunitní porodní asistentka může:

- přijít zkontrolovat (i opakovaně) matku a dítě po příchodu z porodnice
- kontrolovat zdravotní stav matky a dítěte
- pomoci ženě s kojením

- sledovat váhový přírůstek dítěte
- provést odběr krve z patičky novorozence pro screeningové vyšetření vrozených metabolických vad

Kontakty na porodní asistentky

Zuzana Štomerová 602 958 396

Milena Dvořáková 736 504 915

nebo na www.rodimvklidu.cz