

Pomoc komunitních porodních asistentek v nouzovém období

Vše v jedné osobě!

Těhotenská poradna, péče při porodu, poporodní návštěvy, péče při kojení

Porodní asistentky, které pracují v komunitním prostředí a mají dobré zkušenosti s poskytováním individuální péče zdravým těhotným a rodičím ženám v jejich vlastním sociálním prostředí, mohou v době stavu nouze, který vláda před několika dny vyhlásila, významně pomoci s podporou a ochranou zdraví těhotných a rodičích žen, jejich dětí a jejich rodin!

K využití tohoto pracovního potenciálu porodních asistentek stačí jen:

1. Najít svou porodní asistentku

Porodní asistentka Vás na porod individuálně připraví. Od 36. týdne těhotenství Vám poskytne těhotenskou poradnu (měření tlaku, orientační test moči, kontrola zadržování vody v těle vážením, zevní vyšetření, poslech ozev) a odpoví na vaše možné otázky vztahující se k závěru těhotenství, porodu a době poporodní. Péči může poskytnout ve Vašem sociálním (domácím) prostředí. Vyhnete se tak dlouhému čekání v poradnách a v souladu s doporučením vlády tak **omezíte kontakt s mnoha dalšími lidmi.**

2. V nemocnici pobývat co nejkratší dobu

Můžete zavolat svou porodní asistentku v době, kdy se bude porod rozbíhat. Může Vás doma vyšetřit, zkontrolovat ozvy plodu, zjistit, jak porod postupuje, a poradit, kdy odjet do porodnice tak, aby byla branka otevřená alespoň na 5-7 cm, a Vy jste nemusela pobývat v porodnici příliš dlouho. Pokud proběhl porod bez komplikací, můžete po několika hodinách odejít zpět do svého sociálního prostředí (většinou domů). Doma Vám pomůže partner, případně jiní rodinní příslušníci. Váš zdravotní stav zkontroluje porodní asistentka a zdravotní stav dítěte nadto dětský lékař. S dětským lékařem je také vhodné domluvit se předem. **Tímto způsobem minimalizujete dobu strávenou v porodnici, kde se střídá velký počet zdravotníků a dalších pracovníků ve zdravotnictví, (sanitárky, uklízečky apod.)**

3. Zajistit si, aby se doma měl o Vás kdo starat – uvařit, vyprat, provést alespoň běžný úklid

Žena by měla být po porodu v klidu. Pomoc blízkých rozhodně neodmítejte. Upozorněte je jen, že by měli být skutečně zdraví. Obzvláště v dnešní době. Návštěvy, které by chtěly jen vidět miminko a slyšet Váš porodní příběh, raději odmítněte.

Porodní asistentka se o zdravou těhotnou a rodičí ženu dokáže individuálně postarat v těhotenství, během porodu i v době poporodní jak v porodnici, tak ve vlastním sociálním prostředí dané ženy.

Současné dodržování vládou doporučených opatření může snížit pravděpodobnost přenosu jakékoli nákazy, včetně COVID 19.

Po porodu porodní asistentka:

- Ošetří porodní poranění (pokud žena porodila doma) nebo kontroluje jeho hojení, pokud žena porodila v porodnici. Poradí, jak ošetřovat porodní poranění, aby se dobře hojilo.
- Kontroluje zavinování dělohy.
- Může kontrolovat váhu miminka a jeho prospívání.
- Poradí Vám s kojením.

Oslovte Vaší zdravotní pojišťovnu a požádejte o mimořádný příspěvek ve vyhlášeném stavu nouze. Jste-li pojištěna u OZP, můžete využít Vitakarty a bonusových bodů jako příspěvek na péči porodní asistentky.

Zdravý, přirozený porod s omezením počtu cizích osob a individuálním přístupem přináší ženě a jejímu dítěti nejnižší možnou míru rizika spojenou s porodem!

20.3.2020

Zuzana Štromerová, BSc. a Milena Dvořáková, BSc.

porodní asistentky

Porodní dům U čápa, o.p.s., Praha