

Поведение в родах

Ожидание ребенка для каждой женщины – это радостный и светлый период, но вместе с тем предстояние родов вызывают определенное беспокойство, поэтому необходимо подготовиться к родам психологически и информационно.

В связи с этим необходимо знать этапы, которые происходят в родовом процессе и поведение, которое не навредит маме и ребенку.

1 этап – раскрытие шейки матки (схватки)

2 этап – изгнание ребенка(рождение малыша) потуги

3 этап – рождение плаценты.

1 этап – раскрытие шейки

На этом этапе начинаются схватки.

Схватка – это активное, регулярное, повторяющееся через определенное количество времени сокращение мышц матки.

Во время хваток ощущается тяжесть внизу живота, живот твердый, потягивание в области поясницы. Начинаем засекают время. На начальном этапе схватки болезненные. Схватки есть всегда и у всех. Главное сохранять спокойствие и себя не изнурять. У первородящих женщин роды длятся от 5 до 12 часов – это нормально, поэтому никакой паники, спокойно доделываем свои дела, обмываемся, можно отдохнуть.

Едем в роддом, когда схватки повторяются через каждые 10 минут.

- Если вас что-то беспокоит, то лучше перестраховаться и сразу поехать в роддом.

- Если отошли плодные воды, то сразу едем в роддом, не дожидаясь схваток. Таким образом, необходимо помнить, что воды могут отойти либо вначале схваток, либо после них.

- Если кровянистые выделения, то сразу едем в роддом.

1 период – самый длительный, поэтому очень важно правильно распределить свои силы. Силы вам нужны будут в потужном периоде. На данном этапе необходимо расслабиться и не мешать.

В родах не все зависит от вас – главное подготовиться информационно и вести себя естественно.

- Если женщина находится в сильном напряжении, то боль усиливается и доступ кислорода к ребенку сокращается.

- Если женщина находится в состоянии паники и истерики, то она не услышит и вовремя не среагирует на то, что говорит акушер или доктор, который контролирует родовой процесс, и тогда сама женщина может навредить себе и своему малышу.

!Поэтому самое главное понять и принять, что роды – это естественный физиологический процесс, в котором женщина ведет себя спокойно, что она, её сопровождают доктор и акушерка.

Когда женщина собралась ехать в роддом то она вызывает скорую помощь, берет приготовленные заранее, документы, пакет с вещами и едет. Её могут сопровождать муж или родители.

Когда женщина приехала в приемное отделение, то она переодевается и переобувается, отдает верхнюю одежду и ценные вещи сопровождающим и проходит во внутрь. Дежурный врач осматривает роженицу, измеряет давление, взвешивает, ей делают клизму, заполняют карту и сопровождают в родзал.

Родзал индивидуальный – это просторное помещение, где находятся кровать, родильное кресло, детский пеленальный столик. Женщина находится в родзале до окончания родов.

Врач и акушерка периодически приходят, наблюдают спрашивают о состоянии. Им можно задать любые вопросы, попросить о помощи.

1 период длится до состояние полного раскрытия, когда шейка объединяется с маткой в единую трубу до 10 см.

Обычно схватки постепенно увеличиваются по времени, а промежутки отдыха сокращаются. На протяжении всего этого периода роженица ориентируется на себя: что хочется сделать, какую позицию принять.

2 период – потуги, изгнание ребенка из матки.

Ребенок продвигается к выходу и его голова сильно давит на прямую кишку, хочется в туалет, есть желание опорожниться по большому. На этом этапе очень важно слушать акушерку. Если шейка не готова, то акушерка вас попросит продышать потугу, т.е сдерживать потугу при помощи поверхностного дыхания – дыхание собачкой, дышим неглубоко ртом.

На этом этапе вы можете издавать разные звуки: гудеть, мычать, рычать. Не надо этого стесняться, думать как вы выглядите, контролировать, т.к это естественный процесс.

Как только ребенок родился, он закричал, пуповина пульсирует несколько минут, после этого её обрезают и зажимают медицинской прищепкой.

Ребенка обрабатывают: вытирают, взвешивают, вешают бирочки.

3 этап.

А в это время у мамы заканчиваются роды, рождаются плодные плаценты. Матка сокращается в течение 15 – 30 минут после рождения ребенка. Женщине необходимо немного потужиться и вытолкнуть плаценту. Доктор осматривает целостность плаценты, женские органы и кладет на живот грелку со льдом. Женщина лежит 1 час.

Желательно, чтобы ребенка приложили к груди и запустили процесс лактации.

Ребенок после сосания молочива, успокаивается и может уснуть. Если роды прошли без осложнений, то ребенка могут оставить рядом с мамой или унести в детскую комнату.

После того, как врач убедится, что мама в порядке, её тут же переводят в палату совместного пребывания. Ребенка приносят следом. Теперь мама встает и ухаживает за своим малышом. Если есть какие-либо вопросы, то женщина спрашивает у доктора, акушерки, педиатра и Вам ответят на все интересующие вас вопросы.