



Алианс на българските акушерки

Да родиш с акушерка

Емилия Казълова

акушерка

Правото на избор



- Избирате наблюдаващият ви лекар
- Лекар по препоръка
- Лекар ,който работи в болницата
- Болница, която отговаря на вашите изисквания

Но имате още възможности...



Познавате ли акушерката?



- Тя е медицински специалист с висше образование
- Нейната професионална подготовка-акушерство
- Наблюдение на нормална неусложнена бременност
- Подкрепа по време на раждането
- Грижа за бебето и майката

Акушерката може да помогне...

- Предварителна пренатална подготовка
- Осигурява спокойна среда
- Търпение-раждането е дълъг процес
- Познава езикът на тялото на жената, жестовете, изражението на лицето, звуците ...
- Осигурява подкрепа, грижа, емоционален комфорт, индивидуален подход...

Раждане с акушерка

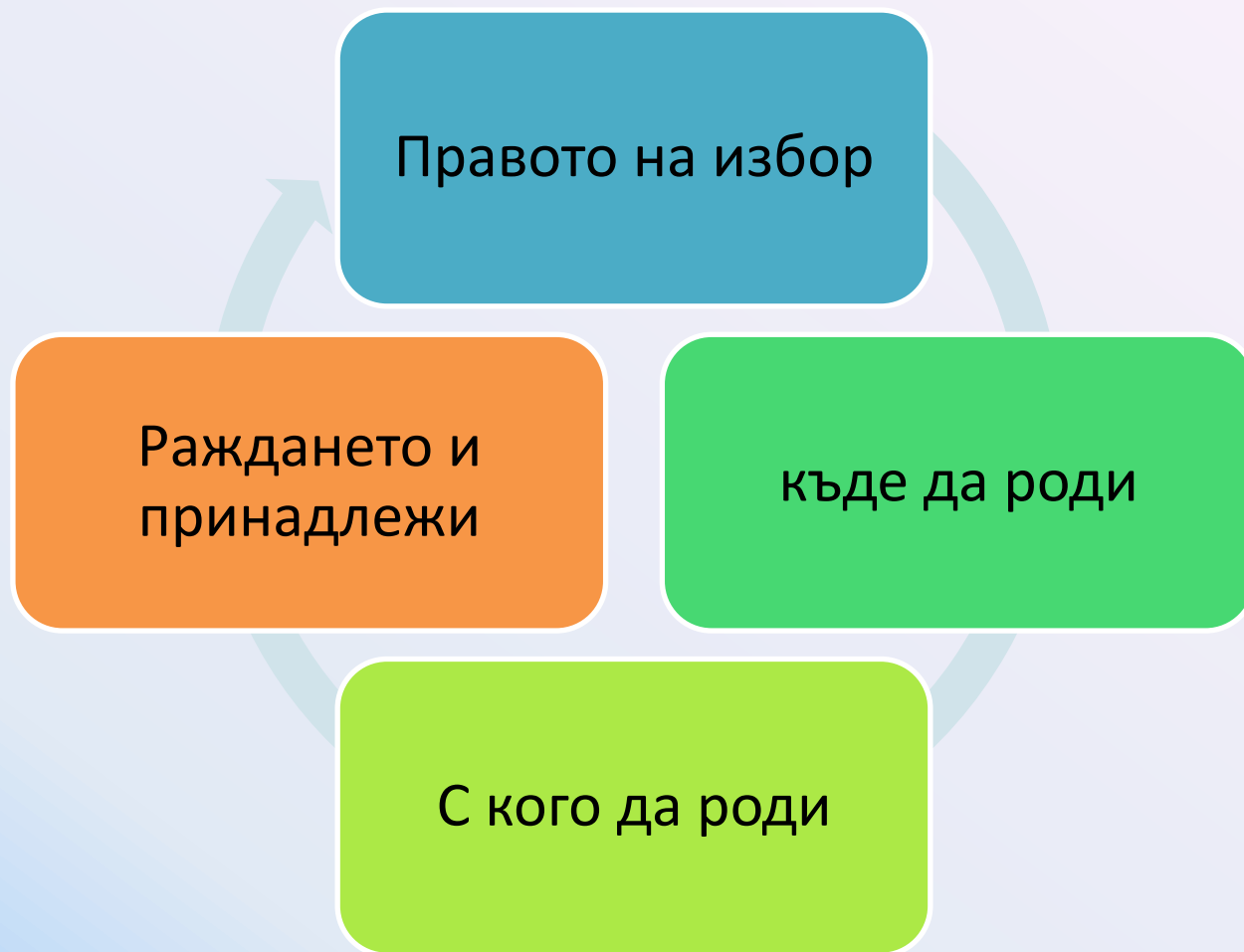
Нормално раждане

- *Родовият процес се контролира*
- *Често се прилагат медикаменти*
- *Обезболяване с епидурална аналгезия*

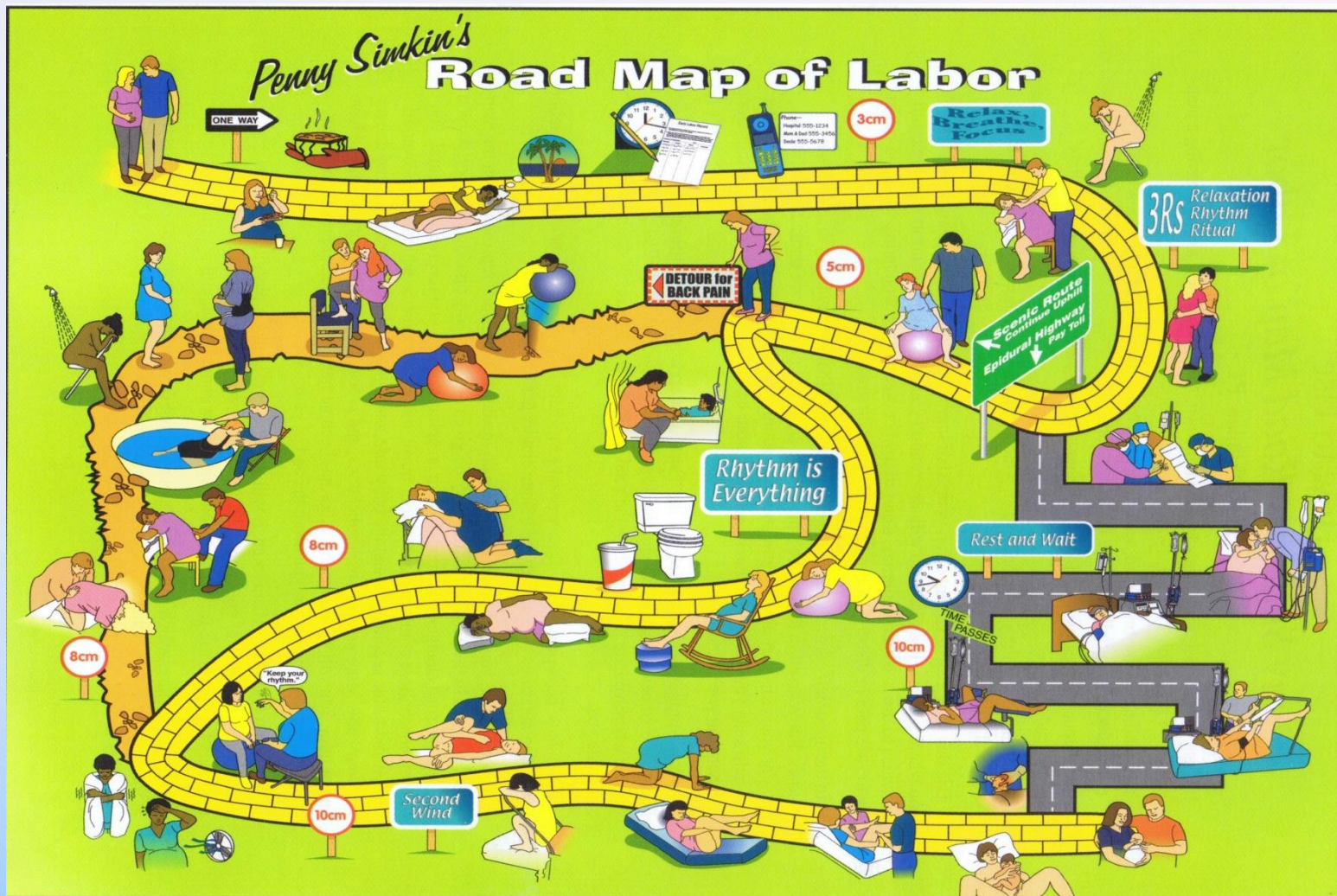
Естествено раждане

- *Раждащата е водеща в този процес*
- *Медикаменти-само по индикации*
- *Използване на алтернативни методи*

Раждащата жената е в центъра

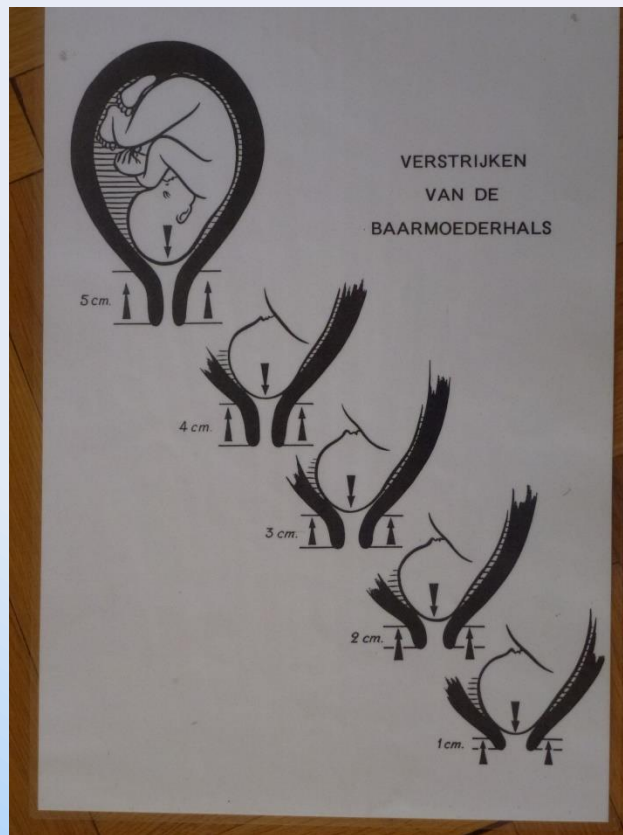


Пътят на едно раждане



Началото на раждането

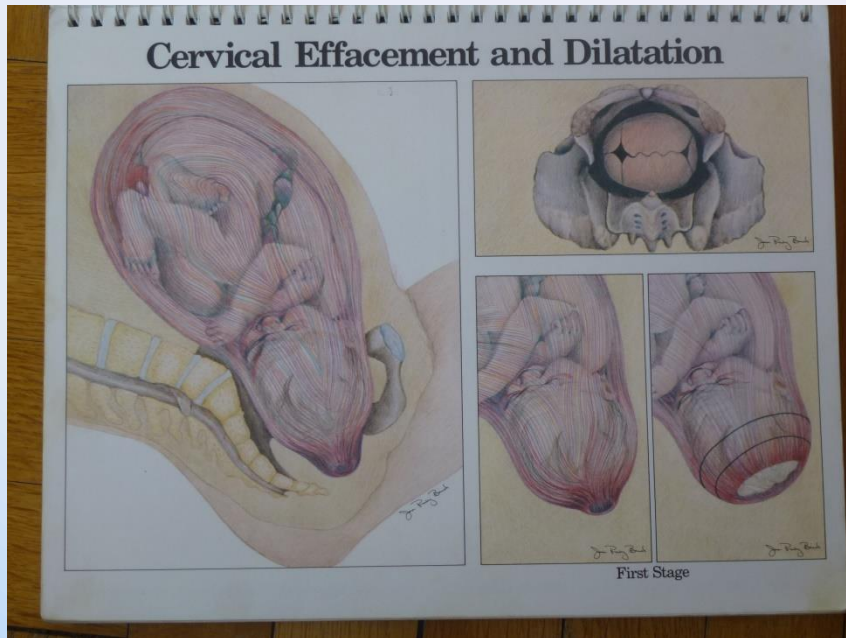
Латентна фаза



Защо е продължителна

- Продължителност между 3-6 часа
- Контракциите на са чести и продължителни
- Не бързайте да тръгвате
- Запазете спокойствие
- Слушайте музика
- Разходете се навън
- Изгледайте хубав филм

Активна фаза



- Контракциите са по-чести и продължителни
- Може да продължи повече от 4-6 часа
- Усещането за дискомфорт се увеличава
- Всички средства за обезболяване
- Доверете се на тялото си

Финална фаза, раждане



- Разкритие 8-10 см
- Контракции на 4-5 мин -продължителни
- Може да продължи между 30-90 мин
- Може да загубите контрол
- Завършва с раждане

Раждане на новия живот



От какво зависи болката

- От интензивността на контракциите
- От позицията на бебето
- От големината на плода
- От предварителната нагласа за раждането
- От страха от неизвестното
- От недостатъчната подготовка да приемем болката ,а не да я отхвърлим

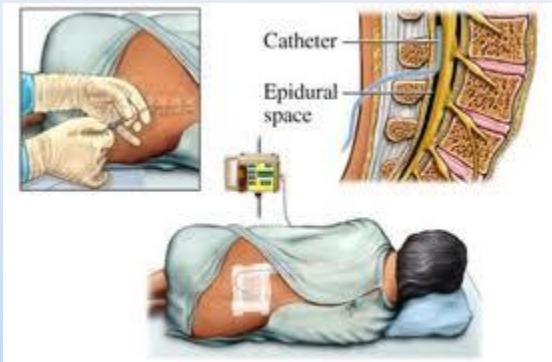
Може ли да помогнем?

- Облекчаването на болката осигурява повече комфорт на раждащата
- Медикаментозни методи
- Немедикаментозни методи

Медикаментозно обезболяване



- Аналгезия
- Спазмолиза
- Епидурална
- Спинална



Немедикаментозно обезболяване



© Mayo Foundation for Medical Education and Research. All rights reserved.

- Дишане
- Акупресура
- Масаж
- Промяна на позите
- Транскутанно елестростимулиране
- Водно раждане
- Аромотерапия
- Хипнораждане

Техники на дишане по Ламаз



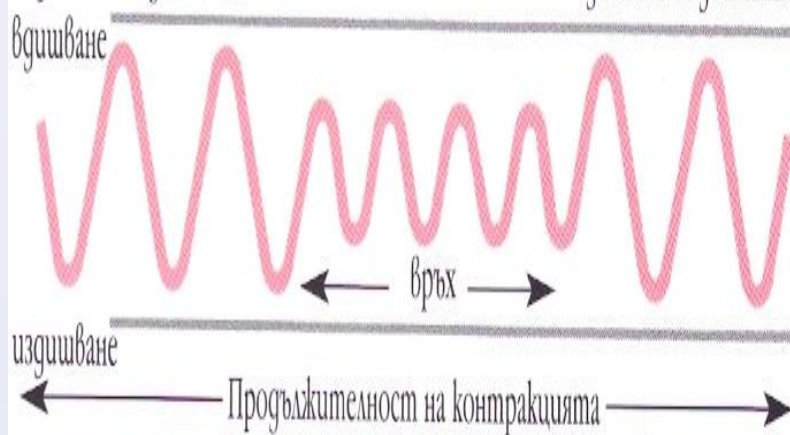
ДИШАНЕ ПРЕЗ ПЪРВИЯ ПЕРИОД

Дълбоки равномерни
дихателни движения

По-леко дишане

Дълбоки равномерни
дихателни движения

вдишване



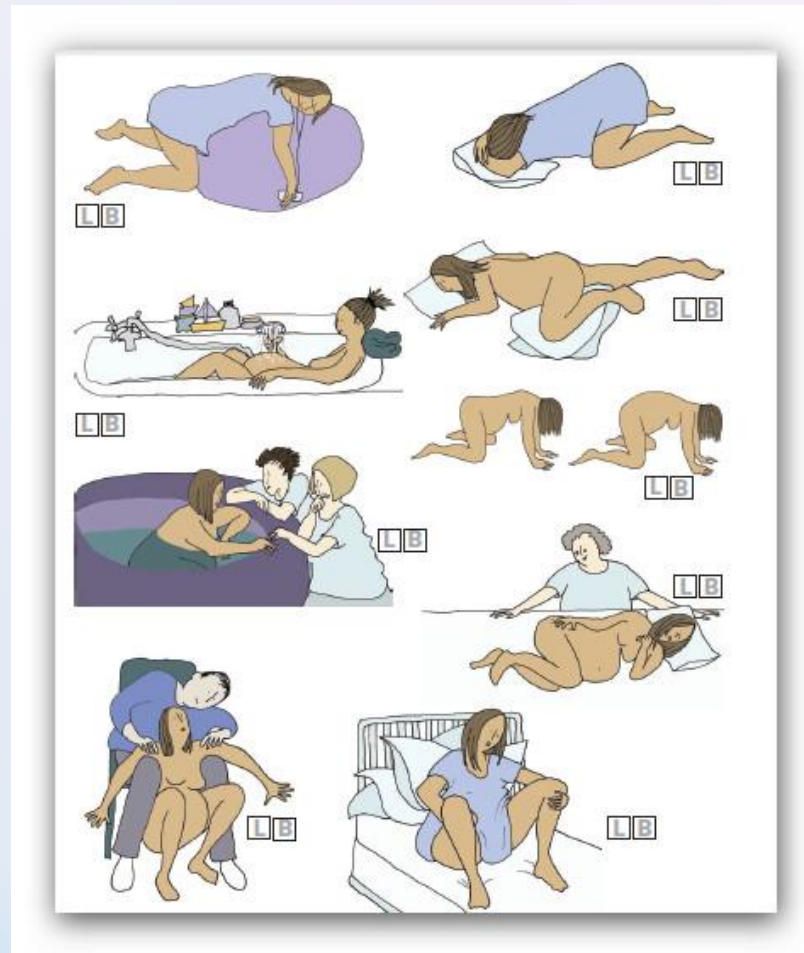
издишване

Продължителност на контракцията

Как да си помогнем сами



Няма универсална поза



Всяка поза помага

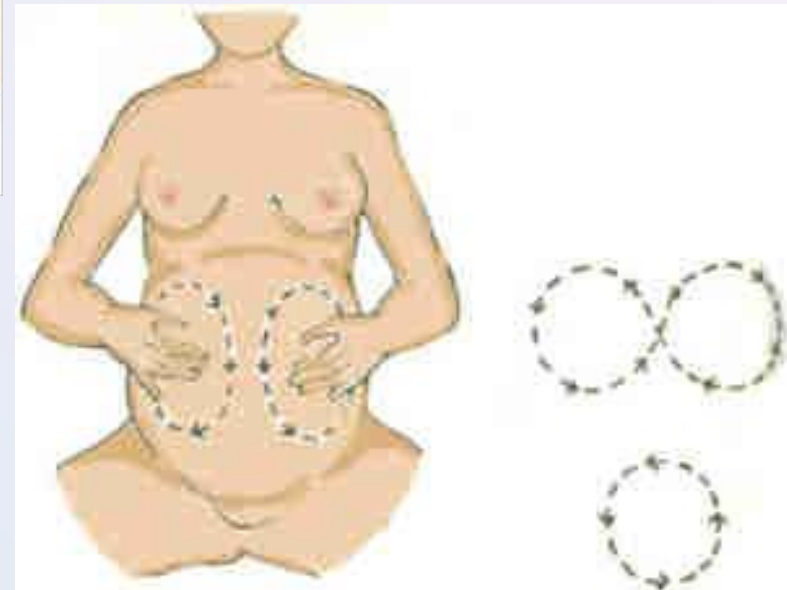
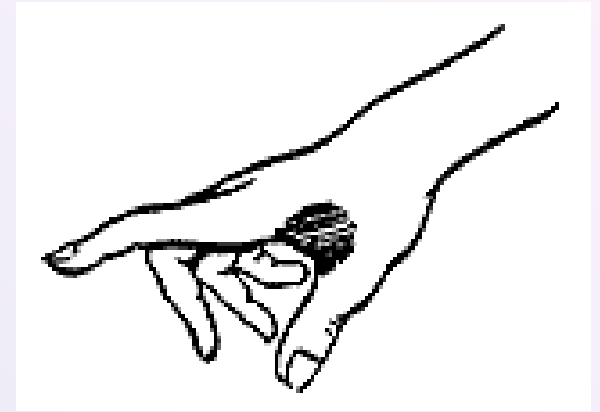
Дава възможност за масаж



Малко почивка не е излишна



Масаж и акупресура



Да те обгърне топлата водата



За първи път в България



- Уютна обстановка
- Мека светлина
- Тиха музика
- Самостоятелна родилна зала
- Постояно присъствие на акушерка и придружител
- Спокойствие ,сигурност, увереност, съпричастност
- Ненамеса в родовия процес

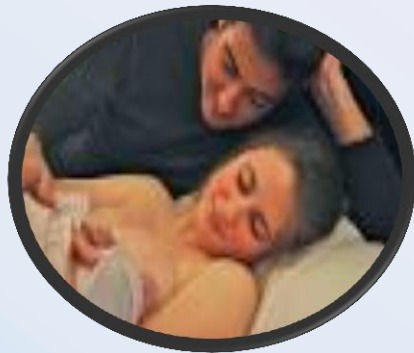
Акушерско звено



Доверете се на себе си и на акушерката

- Раждането ще остави незаличим спомен
- Раждането ще ви даде увереност
- Раждането е край на едно тайнство
- Раждането на дете е сбъдната мечта
- Раждането е началото на приказка без край
- Раждането е овластяване
- Раждането е сила, която те извисява до небето

Раждането е крайна духовна
практика, изискваща чистота,
сила, гъвкавост, концентрация,
здраве и вяра



Всяка жена се нуждае от
акушерка, а някои жени и от
лекар!



Благодаря за
вниманието!

Да се довериш на акушерка



- Подготовка за раждането
- Психопрофилактика
- Справяне с болката без медикаменти
- Спокойствие и увереност в силата на жената
- Грижите за бебето – лесно е когато знаеш

Механизъм на действие

