

ČEKÁ MNE POROD...

Kdy během těhotenství co nejrychleji navštívit nejbližší gynekologii?

Kdykoliv se objeví výrazná bolest hlavy, otoky dolních končetin, bolesti břicha, výtok, odtok plodové vody, krvácení, poruchy vědomí, křečové stavy, stahy (kontrakce) dělohy a další náhlé výrazné potíže.

Pokud nemáte svého gynekologa, v nejbližší nemocnici bude pravděpodobně fungovat v nepřetržitém provozu gynekologická ambulance, kde vás při potížích vyšetří a poskytnou pomoc – i bez dokladů a kartičky pojišťovny.

Pokud chcete родit v konkrétní nemocnici, je nutné (hlavně v Praze) se tam zaregistrovat, a to nejpozději ve 14. týdnu těhotenství. Pravidla má každá porodnice nastavená trochu jinak, informace získáte u svého gynekologa nebo přímo v dané nemocnici.

Pokud žena registrovaná není a dostaví se do porodnice s kontrakcemi, je vždy vyšetřena a je jí poskytnuta péče, kterou aktuálně potřebuje. To platí stejně i v případě, kdy registrovaná nejste a začnete náhle родit (nebo mít akutní příznaky) a zavoláte si, nebo někdo z vašeho okolí, záchranku, která vás odveze do nejbližší porodnice, která má volná lůžka.

Porod – rady, informace

Na porodním sále, ani v období po něm, pravděpodobně personálu vaše závislost neunikne.

Pokud jste nenavštěvovala poradnu, nebudete mít ani těhotenskou průkazku a také případné stopy po injekčním užívání se utajit dost dobře nedají.

Mít strach z porodu bývá běžné a zná to každá nastávající maminka. Nesnažte se pomocí jakékoliv drogy zmírnit svůj strach z porodu nebo ovlivnit vnímání bolesti, nebo uspíšit porod jako takový, nechte na lékaři, aby vám pomohl vhodně zvolenou medikací, která bude **bezpečná** pro vás oba. Pokud přijedete родit pod vlivem drog, lékař vám nebude moct podat další léky, protože se bude bát jejich možného vzájemného působení na vás i na dítě.

Lékaři na porodním sále je vhodné říct pravdivě, co a jakou dávku berete, případně, kdy naposledy jste si dala. Bude to důležité i pro lékaře, který po porodu ošetřuje novorozence.

Porod je jedinečným okamžikem i co se týká jeho prožívání, vnímání bolesti i délky.

Porod se skládá ze tří fází, které na sebe navazují:

1. fáze = doba otevírací

- ✿ dochází ke zkracování a otevírání děložního hrdla
- ✿ zde jsou typické kontrakce - jejich interval se postupně zkracuje a délka prodlužuje
- ✿ u prvorodiček může 1. fáze trvat 10–18 hodin, u druhorodiček se doba zkracuje
- ✿ první fáze je také na porodu ta nejbolestivější, rodící ženu trápí bolesti v podbřišku a v zádech, dochází také k odtoku plodové vody

2. fáze = doba vypuzovací

- ✿ v tuto chvíli je děložní hrdlo otevřeno a může jím projít hlavička plodu
- ✿ protlačení hlavičky, nebo zadečku (v případě porodu koncem pánevním) je pro ženu velmi obtížné, nicméně to, že nastal okamžik, kdy rodička může konečně začít tlačit, je hodně úlevné, protože je jisté, že bolest za chvíli skončí a miminko se narodí

3. fáze = porod placenty

- ✿ po porodu miminka se přeruší pupečník, miminko je odneseno k ošetření
- ✿ krátce po porodu dojde k odloučení placenty a jejímu vypuzení z dělohy
- ✿ lékař v této době ženu prohlédne a eventuálně ošetří porodní poranění
- ✿ žena je po porodu cca 2 hodiny na porodním sále kontrolována, než je odvezena na pokoj

K úplnému ustálení krvácení a návratu dělohy do stavu před otěhotněním nedochází obvykle dříve než za 6 týdnů.

Pokud jste v těhotenství neabstinovala, vaše dítě může mít **abstinenční syndrom**. Ten se může u miminka objevit pár hodin až dnů po porodu. Existují postupy, jak abstinenční potíže zmírnit a nakonec miminko návyku zbavit úplně.

Pokud berete, je možné nastoupit na detox celkem brzy po porodu a následně nastoupit na ambulantní, stacionární léčbu, nebo odjet i s miminkem do komunity pro matky s dětmi. Existuje i varianta, že miminko dostane do péče někdo z vašich blízkých, z rodiny, případně pěstounů, a vy budete mít čas zbavit se své závislosti. **Možnosti léčby** je určitě lepší probrat předem v těhotenství a mít plán už před porodem.

Varianta, že vaše závislost přeci jen personálu unikne a dostanete po porodu dítě své do péče, se může stát a při nižších dávkách je to možné, ale opravdu ne moc časté. To, že vaše dítě je nervózní a plačtivé se může nějakou dobu přisuzovat např. silné závislosti na nikotinu, nicméně je to situace, kterou si přejete? Myslíte si, že je reálné dál brát a pečovat po všech stránkách 24 hodin denně o miminko? Je to skutečně to, co jste si pro své dítě představovala?