



Laerdal

helping save lives

Pozycje porodowe

LISTA KONTROLNA UMIEJĘTNOŚCI POŁOŻNICZYCH Z MAMABIRTHIE

Informacje ogólne:

Przedstawienie różnych pozycji porodowych jest praktycznym sposobem, w jaki pielęgniarki mogą wspierać kobiety i ich partnerów w planowaniu pozytywnych doświadczeń porodowych.

Istnieje wiele pozycji, które kobiety mogą przyjmować podczas porodu. Badania wskazują jednoznacznie na korzyści płynące z ruchu ciała w trakcie porodu oraz stosowania pozycji pionowych.

Cele szkoleniowe:

- Skuteczne przekazanie kobiecie informacji o tym, że według badań warto podczas porodu przyjmować pozycję pionową
- Praktyczne zaprezentowanie kobiecie pozycji porodowych

Sprzęt:

- Trener MamaBirthie zamocowany na studencie/studentce
- Łóżko
- Taboret porodowy lub piłka do jogi
- Poduszki
- Osoba udzielająca wsparcia
- Krzesło

Scenariusz:

Doradzasz kobiecie w ciąży, czego może się spodziewać podczas porodu. Zdajesz sobie sprawę z mocnych dowodów, zalecających przyjmowanie pozycji pionowej i ruchu ciała podczas porodu. Chcesz podzielić się tymi informacjami, aby zachęcić kobietę do zrozumienia znaczenia anatomicznych cech kobiecych podczas porodu oraz tego, jak te pozycje mogą wspierać naturalny proces rodzenia.

Lista kontrolna:

	Wykonano	Nie wykonano	Nd.
a. Wyjaśnij cel dzisiejszej dyskusji związanej z pozycjami porodowymi			
b. Zachęć do dyskusji, aby dowiedzieć się, co kobieta wie lub myśli w kwestii przyjmowania konkretnych pozycji podczas porodu			
c. Pomóż kobiecie w wypróbowaniu następujących pozycji:			
d. Pozycje pionowe: a. Stanie i pochylanie się do przodu opierając się na stabilnej powierzchni (np. łóżku, krześle lub partnerze) b. Oparcie się o piłkę do porodu lub inny element wspierający c. Kucanie d. Chodzenie lub kołysanie się z boku na bok			
e. Pozycje siedzące lub kłęczące: a. Siedzenie na stołku porodowym lub toalecie b. Na czworakach c. Siedzenie z rozłożonymi na bok nogami d. Leżenie na łóżku porodowym z poduszkami podtrzymującymi			
f. Pozycje leżące: a. Leżenie na jednym boku z poduszką między kolanami b. Leżenie na plecach z uniesionymi biodrami			
g. Zachęć kobiety do podzielenia się tym, jak według niej każda z tych pozycji może ułatwić poród			
h. Podziękuj kobiecie za udział i zachęć do ćwiczeń w domu z partnerem			

Pytania do przemyślenia:

Omów różne sposoby, na jakie kobiety odczuwają ból i radzą sobie z nim podczas porodu, znaczenie oceny bólu podczas aktywnego porodu oraz sposób, w jaki jako pielęgniarka radzisz sobie z kobietami doświadczającymi bólu porodowego.

Pytania prowadzącego:

- 1) W jaki sposób poprowadziłaby Pani i wsparła podczas porodu kobietę, która nie ma wiedzy ani doświadczenia w zakresie rodzenia w różnych pozycjach?
- 2) W jaki sposób kobiety odczuwają ból podczas porodu?
- 3) Jak możemy zarządzać własnymi potencjalnymi negatywnymi/stresowymi reakcjami i zyskać pewność, że nasze własne trudności nie wpłyną na kobietę podczas porodu?