

Rodzić bez stresu i bezpiecznie

POLANICA ZDRÓJ Szkoła rodzenia czy badania USG noworodków – Narodowy Fundusz Zdrowia nigdy ich nie finansował, a jednak w Specjalistycznym Centrum Medycznym stały się normą. Standardem mają być też znieczulenia przy porodzie, których koszt pokrywać będzie samorząd województwa. A wszystko to po to, aby przyjście na świat dziecka związane było z jak najmniejszym stresem dla jego matki, a tym samym bezpieczne dla obojga z nich.

Szkoła rodzenia w Specjalistycznym Centrum Medycznym w Polanicy Zdroju funkcjonuje prawie od trzech lat i choć nie wszyscy przyszli rodzice doceniają potrzebę uczęszczania na takie zajęcia, to zawsze jest dużo chętnych. W siedmiodobowym cyklu szkolenia (raz w tygodniu) udział w nich biorą przede wszystkim kobiety i ich partnerzy, którzy po raz pierwszy będą rodzicami, ale też ci doświadczeni rodzicielstwem. Tym bardziej, że nie ponoszą oni żadnej odpłatności ani za lekcje teorii, ani praktyki, mimo że NFZ też nie pokrywa kosztów jej działania. To niejako prezent SCM-u dla przyszłych rodziców i ich dzieci. Naprawdę warto skorzystać z tej szkoły.

ŚWIADOMA I AKTYWNA

– Zajęcia przygotowują do porodu, okresu pogoju, ale i przyszłego macierzyństwa. Obejmują zagadnienia dotyczące ciąży, zwłaszcza trzeciego trymestru, porodu, pogoju, karmienia piersią oraz pielęgnacji noworodka. Przyszłe matki odbywają zajęcia w basenie kąpielowym oraz mają spotkanie z pediatrą. Pacjentki są uświadamiane, co może je spotkać, co jest fizjologią, a co patologią tych okresów – informuje **Anna Tuszyńska**, pielęgniarka oddziałowa Oddziału Ginekologiczno-Położniczego.

Sam poród omawiany jest na sali porodowej, gdyż – jak przekonuje A. Tuszyńska – blokada związana z porodem to przede wszystkim strach, brak znajomości miejsca. Tu jest okazja, aby poznać otoczenie, jak również sposoby na najbardziej świadomy, naturalny i aktywny poród, a tym samym mniej bolesny.

– Uświadamiamy, aby przyjmowały pozycje wertykalne, czyli takie, które powodują zmniejszenie bólu – podkreśla oddziałowa. – Uczymy posługiwania się piłkami, workami sako, mówimy o korzyściach korzystania w czasie pierwszego okresu porodu z natrysku, który może być namiastką porodu w wodzie. Uczymy relaksacji i oczywiście prawidłowego oddychania. To pomaga rodzącej kobiecie zmniejszyć napięcie bólu i jednocześnie dotlenia dziecko, które po porodzie donośnym płaczem informuje o swojej doskonałej żywotności.

O pielęgnacji pępka noworodka, podawaniu witaminy K, szczepieniach, karmieniu piersią i wielu innych ważnych sprawach matki informowane są przez personel po porodzie, kiedy przebywają jeszcze na oddziale neonatologicznym. Bo przecież nie wszystkie chodziły do szkoły rodzenia. Te, które uczęszczały, wiedzą dużo więcej.

– W szkole rodzenia omawiamy okres po porodzie: jak wrócić szybko do formy, jakie mogą pojawić się problemy okresu połogowego, a także związane z macierzyństwem. Są zajęcia dotyczące pielęgnacji noworodka, omawiane są jego fizjologiczne stany (np. żółtaczka fizjologiczna), mówimy o technikach karmienia piersią – wymienia zakres szkolenia A. Tuszyńska.

RODZIĆ BEZ BÓLU

Specjalistyczne Centrum Medyczne w Polanicy Zdroju jest na drodze do wprowadzenia znieczuleń do porodów. Program w tym zakresie opracował Urząd Marszałkowski Dol-



nego Śląska i on ma je finansować, podobnie jak szkołę rodzenia. SCM co prawda nie jest placówką, dla której organem założycielskim jest Marszałek, ale też ma być w tzw. dolnośląskiej sieci szpitali, gdzie porody odbywają się przy zastosowaniu znieczulenia zewnątrzoponowego. Drugi taki szpital, najbliższy ziemi kłodzkiej, jest w Wałbrzychu.

Taki program może rozwiązać kilka problemów. Jak mówi **Ryszard Ślisz**, ordynator Oddziału Położniczo-Ginekologicznego – chodzi o poprawę opieki prenatalnej i spadek śmiertelności noworodków. Dzięki niemu zmniejszy się również liczba cięć cesarskich.



Ordynator
Ryszard Ślisz

Niestety, dziś pacjentki bojąc się bólu przy fizjologicznym porodzie, a nie mogąc otrzymać znieczulenia, bo placówka publiczna, jak SCM, nie może udzielać ich odpłatnie, w tej sytuacji pacjentki nalegają na cięcie cesarskie.

– Kiedyś mówiło się, że taki szpital jak nasz, z drugim stopniem referencyjności, cięć cesarskich powinien mieć w granicach 20-25 proc., a my w zeszłym roku dobiegaliśmy do 40 proc., a teraz mamy ich już ponad 40 proc. W skali kraju są to bardzo duże liczby – podkreśla R. Ślisz.

Tym bardziej, że nie są one drogą do rozwiązania problemu, mogą za to rodzić problemy innej natury.

– Chodzi o to, żeby zmniejszyć liczbę cięć cesarskich, bo jest znacznie więcej powikłań niż przy fizjologicznym porodzie. Cięcia nakreślają cięcia, bo np. istnieje niebezpieczeństwo pęknięcia macicy w bliźniętach – zwraca uwagę ordynator. – Po drugie, przy cięciu noworodki źle się adaptują; z bardzo dobrych warunków trafiają do złych i ten okres adaptacji jest dłuższy niż przy fizjologicznym porodzie.

Znieczulenie zewnątrzoponowe ma być w standardzie szpitala, co w praktyce oznacza,

że jeśli pacjentka zażyczy sobie takiego znieczulenia, to je otrzyma. Ale równie dobrze może go nie chcieć bądź z niego zrezygnować. I często tak się dzieje, kiedy przyszła mama jest odpowiednio przygotowana do porodu, potrafi się rozluźnić, a to zdejmuje z niej strach i szybko rodzi. Bez znieczulenia.

Jest szansa, że znieczulenia zewnątrzoponowe na Oddziale Położniczo-Ginekologicznym w Polanicy Zdroju wprowadzone będą w tym roku. To jeszcze bardziej podniesie jego standard, a tym samym jakość usług i bezpieczeństwo kobiet rodzących. W tej chwili Oddział dysponuje wysokiej klasy sprzętem medycznym, m.in. z informatyzowanym czterostanowiskowym systemem monitorowania kardiograficznego. Sale są z pełnym węzłem sanitarnym, istnieje możliwość odbywania porodów rodzinnych, dziecko cały czas przebywa przy matce.

– Staramy się wypełniać wszystkie nowoczesne standardy związane z rodzającymi – podsumowuje ordynator R. Ślisz.

USG ZDROWEGO NOWORODKA

Zaraz po urodzeniu noworodek jest przystawiany do piersi matki. – Jak „załapie”, to prawdopodobnie będzie karmiony piersią – mówi **Maria Malka-Szypuła**, ordynator Oddziału Neonatologicznego w SCM-ie, o pierwszych czynnościach małego człowieka. – Potem jest szybko osuszany, wstępnie oglądnięty przez lekarza i odwołany na salę, gdzie cały czas przebywa z matką.



Szkoła rodzenia

PACJENTKA, KTÓRA UCZĘSZCZAŁA DO SZKOŁY RODZENIA:

- jest bardziej świadoma tego, co się z nią dzieje;
- wie, że sama może pomóc naturze;
- zadaje mniej pytań;
- umie prawidłowo oddychać, dzięki czemu potrafi podczas skurczu zapanaować nad bólem;
- wie, jak może się zrelaksować w przerwie między skurczami, dzięki czemu ma więcej siły do końca porodu;
- zna pozycje wertykalne i jest świadoma, że może sobie ulżyć przebywając pod natryskiem;
- jest pozytywnie nastawiona do porodu;

W CZASIE CIĄŻY KOBIETA POWINNA PAMIĘTAĆ O:

- spacerach,
- diecie lekkostrawnej, zawierającej witaminy i mikroelementy, a nie kalorie,
- jedzeniu dla dwóch, a nie „za dwóch”
- wystrzegania się palenia papierosów i spożywania alkoholu,
- chodzeniu w wygodnym obuwiu i odpowiednich ubraniach dla własnego komfortu.



Ordynator
M. Malka-Szypuła

We wszystkich szpitalach noworodkom wykonywane jest badanie słuchu. To już standard. Ale Specjalistyczne Centrum Medyczne w Polanicy Zdroju oferuje coś więcej – badanie USG.

– USG przeciemięczkowe, czyli układ nerwowy, czy nie ma wylewów, USG serca – wykluczamy duże wady serca, jamy brzusznej – uszczegóławia M. Malka-Szypuła. – Wykonujemy USG stawów biodrowych. Jeśli jest podejrzenie zwichnięcia, to dziecko jest kierowane do ortopedy...

Dzięki temu już w tak wczesnym okresie życia człowieka można wykluczyć pewne wady lub szybko się nimi zająć, co znacznie zwiększa szansę na ich wyleczenie.

Badanie USG wykonywane jest w czasie poporodowego pobytu matki z dzieckiem w szpitalu – średnio trzy doby. Jeśli nie zdąży – badanie robione jest tylko w środy – może przyjechać na nie po zaraz wypisaniu ze szpitala.

Za dobry Omen można uznać fakt, iż w ostatnim półroczu spośród dzieci urodzonych w polanickim Specjalistycznym Centrum Medycznym tylko jedno z uwagi na stan zdrowia zostało odesłane do szpitala we Wrocławiu. A na świat przychodzi tu do 50 dzieci miesięcznie. (mm)