

Партнерские роды -инструкция по подготовке.



Когда мы говорим о партнерских родах, то подразумеваем, что партнёром может быть муж, мама, сестра или другой близкий человек.

А нужен ли вам партнер на родах?

Прежде чем обсуждать тему совместных родов с мужем, задайте себе вопрос: для чего вам нужен муж на родах? Помощь и поддержка близкого человека — вот те причины, по которым вы должны желать его присутствия. Но одного вашего желания мало — хотеть присутствия на родах должен также супруг. Потому что когда мужчины слышат: «Давай пойдем вместе на роды», у многих перед глазами проносится вся жизнь. «А что я там буду делать?» — спрашивает он. Да, простого номинального присутствия маловато. Но если он готов взять на себя все возложенные на него обязанности, то становится незаменимым помощником.

Чем может помочь ваш супруг, участвуя в партнерских родах?

В идеале он должен быть готов сделать следующее:

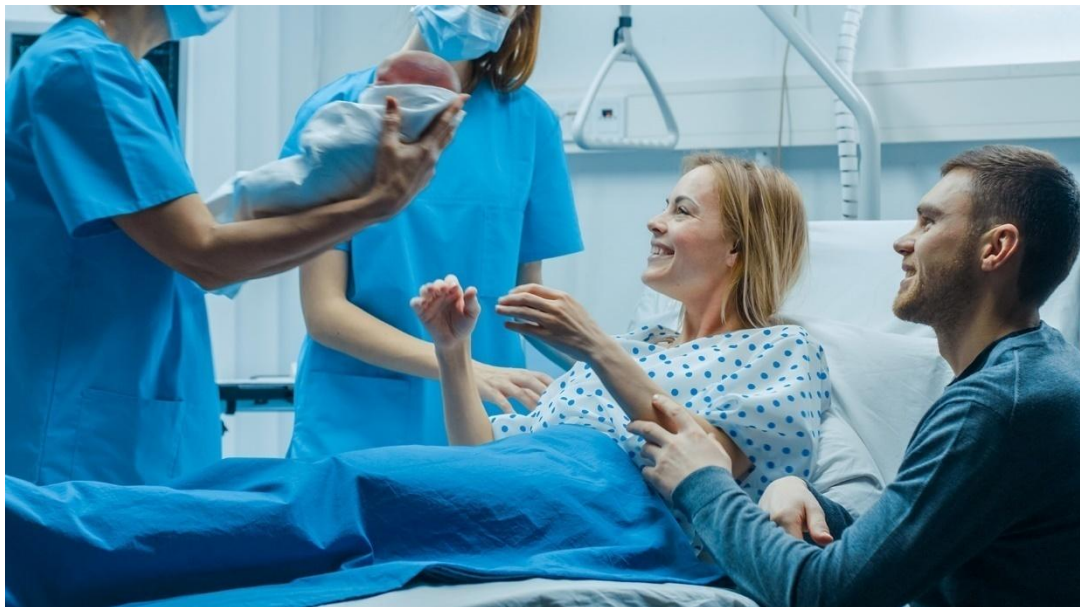
- Быстро и спокойно доставить вас в роддом, проконтролировав, чтобы при вас были сумка для роддома и документы.

Совет: попросите мужа помогать вам собирать сумки в роддом, покажите, где они будут лежать. Так он наверняка привезет вам все необходимое, если схватки начнутся неожиданно.

- Помочь переодеться и переобуться при поступлении в приемное отделение, принести вещи, помочь заполнить документы, если потребуется.
- Дать почувствовать своей женщине, что она в безопасности: контролировать ее состояние и самочувствие (об этом ниже), обращаться к медицинскому персоналу при необходимости.
- Своим присутствием способствовать выработке у женщины окситоцина, а не адреналина, а для этого разговаривать с роженицей, держать её за руку, гладить, делать массаж, если она этого хочет и немедленно прекратить всё это делать по ее просьбе (уважаемые мужчины — без обид). Адреналин вырабатывается, когда человек испытывает страх, а еще адреналин «заразный» и легко «передается» окружающим, поэтому так важна подготовленность и внутреннее спокойствие партнера, ведь если сам супруг будет бояться происходящего, то только навредит роженице ни о какой помощи уже речи быть не может.
- Оказать физическую помощь женщине (надеть тапочки, помочь пройти до туалета, постоять с ней в душе).
- Замерять частоту и время между схватками.
- Знать и уметь применять техники обезболивающего массажа при проживании схваток.
- Дать попить, утереть пот со лба, укрыть пледом, задвинуть шторы по просьбе любимой, помочь встать, лечь, поменять позицию.
- Применить техники дыхания при проживании схваток, дышать «по-собачьи» вместе с женой, чтобы снизить болевые ощущения. Тут важно именно напоминать и показывать женщине, как надо дышать, потому что всё, что она изучала

на курсах до, в этот момент может быть забыто бесследно.

- Быть союзником медицинского персонала. Не затевать пустые споры и говорить: «Я знаю лучше». Задача партнера — следовать указаниям врачей и не мешать им делать свою работу. Может понадобиться дублировать команды акушерки и врача в том случае, если женщина не слышит медицинских работников. Часто женщины воспринимают слова мужа лучше, чем команды медперсонала.
- Держать за руку, говорить какая молодец будущая мама.
- Взять на руки ребенка и ощутить, что он стал Папой.
-



Настройте мужчину, что первый период родов может длиться до 12 часов, и вам понадобится все его терпение, внимание и поддержка. Когда начнутся потуги, за дело возьмутся врачи, а вот во время схваток задача мужчины — поддерживать женщину, облегчать ее состояние, настраивать на позитив. Поговорите с партнером, узнайте, чего он хочет на самом деле. Не забывайте, что помимо вашего желания, есть еще желание супруга, и если вы не раз предложили ему участие в ваших родах, а он все еще категорично настроен против, но вам нужна поддержка в самом процессе, то лучше рассмотреть возможность присутствия других партнеров мамы, сестры, подруги.

Обязательно ли присутствие партнера на консультации по партнерским родам?

Да, присутствие партнера — обязательное условие. Мы хотим заранее познакомиться и убедиться, что ваш партнер готов к совместным родам. Мы

ответим на все вопросы партнера, проведем для него краткую инструкцию о том, что будет происходить на родах и чем он может помочь.

Какие анализы нужно иметь при себе для партнерских родов?

При себе	нужно	иметь:
• Муж -	слизистая +	ФЛГ
• Мама -	Rw, Вич, гепатиты.	

Почему мы рекомендуем пройти совместно обучение в Школе будущих родителей и занятия по подготовке к партнерским родам?

Так партнер-мужчина узнает о своей новой роли. Ему расскажут, как он сможет помочь роженице словом и делом, настроят его самого на позитивный лад, чтобы в дальнейшем он излучал уверенность и спокойствие, так необходимее в стрессовой ситуации для женщины, коей являются роды. Тогда действия партнера будут правильными, а помощь эффективной.

