

Informace pro nastávající maminky

Milá maminko,

pomocí této informační brožurky bychom Vás chtěli seznámit s porodnicí Orlickoústecké nemocnice.

Pro většinu nastávajících maminek je velice důležité, ve které porodnici přivedou své děťátko na svět a jaká tam bude péče, jak o miminko, tak o ně samotné.

Chceme Vám podat přehledné informace o všem, co Vás čeká od první chvíle, kdy se rozhodnete pro naši porodnici.

Pokud ještě nejste rozhodnuta, ve které porodnici své dítě přivedete na svět, doufáme, že Vám tato brožurka pomůže v rozhodování.



Podrobnější
informace o našem
oddělení naleznete
na našich
internetových
stránkách:

usti.nempk.cz

PŘEDPORODNÍ KURZY

Na celý cyklus kurzů nebo na jednotlivé části, na plavání a cvičení pro těhotné se objednávejte zde <http://usti.nempk.cz/predporodni-kurzy-cviceni-plavani-pro-tehotne>.

Platba předem na účet nemocnice 280123725/0300, v. s. 538101, do zprávy pro příjemce uveďte jméno matky.

Přípravné kurzy pro nastávající rodiče:

1 Základní kurz – úterý

- prohlídka porodnice (porodní sál, pokoje pro maminky)
- seznámení s obvyklým průběhem porodu, možnostmi porodních poloh a pomůcek
- provází porodní asistentka a lékař porodník
- určeno rodičovským párům, místo konání budova B, 2. patro, od 13.00 do 15.00 hodin

2 Kardiopulmonální resuscitace – středa

- povídání s fyzioterapeutkou o cvičení před a po porodu, péče o pánevní dno
- zácvik v křížení dítěte s dětským lékařem – teorie i praxe, nácvik na modelech
- určeno rodičovským párům, místo konání budova E, 3. patro, od 13.00 do 15.00 hodin

3 Kojení – čtvrtek

- pod vedením laktační specialistky získáte informace o významu mateřského mléka pro maminku a dítě, o fyziologii laktace, technice kojení s praktickými ukázkami, prevenci a řešení problémů při kojení, péči o miminko, místo konání budova B, 2. patro, od 13.00 do 15.00 hodin

PORODNÍ PLÁN

- Máte-li vypracovaný porodní plán, přijďte jej předem konzultovat s námi.
- Dle našich zkušeností obsahují některé porodní plány takové požadavky, které je nutné detailně probrat a navzájem si vysvětlit podmínky, za kterých je možné je dodržet.
- Výsledkem konzultace by měl být rozumný kompromis, který budeme schopni dodržet a rodička s ním bude spokojená.
- Výhodou je, pokud se na konzultaci dostaví i partner a další osoby, které budou u porodu.

Doporučujeme nejdříve navštívit naše předporodní kurzy, kde se s oddělením a standardními postupy seznámíte.

Ke konzultaci je třeba se předem objednat na tel. 465 710 243 (každou středu od 13.00 do 14.00 hod.).

HOMEOPATIE A AROMATERAPIE

- Nabízíme možnost využití homeopatie v rámci předporodní přípravy od 36. týdne těhotenství.
- Možné je po domluvě také využití aromaterapie a homeopatie u porodu.
- Konzultaci k homeopati a případné dotazy zasílejte na e-mail: veronika.hainisova@nempk.cz

CVIČENÍ PRO TĚHOTNÉ

- Cílem cvičení je udržet nastávající maminku v dobré duševní a tělesné kondici a zároveň zmírnit změny, které těhotenství způsobuje. Pomáhá připravit se na porod, naučit se dýchat.
- Setkání je před příjmem rodiček v budově A, 2. patro ve čtvrtek vždy v 15.45 hodin.
- S sebou si vezměte volné oblečení a souhlas svého gynekologa v průkazce. Je třeba se předem objednat (viz výše).

PLAVÁNÍ PRO TĚHOTNÉ

- Plavání stejně jako cvičení pomáhá udržet organismus těhotné ženy v dobré fyzické a psychické kondici.
- Zaměřuje se na posílení břišních a prsních svalů, posílení svalů pánevního dna a jejich uvolnění, správné držení těla.
- Cvičení ve vodě se snaží zabránit vzniku křečových žil, napomáhá zvýšit a udržet vitální kapacitu plic a podpořit peristaltiku střev.
- Kurzy jsou pod vedením vyškolených porodních asistentek ve středu **od 13.30 hodin**.
- **Bazén je v této době vyhrazen pouze pro těhotné.**
- Je třeba se předem objednat (viz výše).

PORODNICKÁ AMBULANCE



- Pokud se rozhodnete родit v naší porodnici, nemusíte se k porodu registrovat.
- **Obvodní gynekolog Vás během posledního týdne těhotenství předá do péče naší porodnické ambulance.**
- Ambulance se nachází v budově B přízemí.

Telefon: 465 710 387

CO ZAŘÍDIT PŘED PORODEM

- Zvolit si pediatra (dětského lékaře), ke kterému se s Vaším dítětem po porodu zaregistrujete.
- Nesezdaní rodiče musí na matrice v místě bydliště sepsat Prohlášení o určení otcovství.
- Vyplnit prohlášení o jménu dítěte (obdržíte u svého obvodního gynekologa).
- V den propuštění si nechte přinést předem připravené oblečení pro miminko a autosedačku.

CO S SEBOU DO PORODNICE

Doklady:

- těhotenská průkazka, všechna vyšetření a ultrazvuky,
- občanský průkaz, u cizinců pas,
- kartička pojištěnce,
- oddací list (u manželů),
- zápis o určení otcovství z matriky, (u nesezdaných párů),
- rodný list (svobodná matka bez udání otce dítěte),
- prohlášení o jménu dítěte,
- doporučujeme mít sepsanou osobní a rodinnou anamnézu rodičky a partnera,
- telefonní čísla (rodičky i partnera).



Léky a věci osobní potřeby:

- léky (v původním balení), které pravidelně užíváte
- přezůvky, noční košile, župan, kojenecká podprsenka, jednorázové kalhotky, ručníky, toaletní potřeby, vložky, absorpční vložky do podprsenek, hrneček na čaj, popř. nafukovací kruh, psací potřeby

Seznam věcí pro miminko:

- 25–30 jednorázových plen, vlhčené ubrousky a kosmetiku na zadeček

Doporučené věci k porodu:

- balzám na rty
- hroznový cukr
- oblíbená hudba na CD či flash disku

pro partnera:

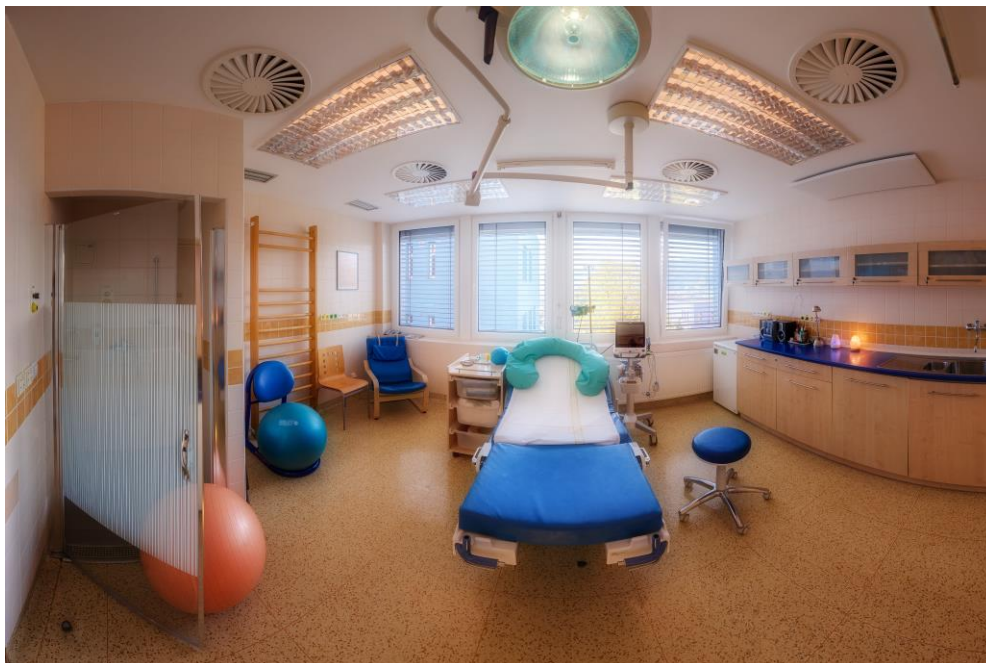
- přezůvky
- jídlo, pití
- fotoaparát, kamera, mobilní telefon

PORODNÍ SÁLY A OTEC U PORODU

- Každá rodička má k dispozici samostatný porodní box, který jí zaručí maximální intimitu a možnost strávit celý porod s partnerem.
- K příjemnějšímu průběhu porodu lze využít žebřiny, míče na uvolnění svalů pánevního dna, porodnickou stoličku, míč a polohovací porodnická lůžka, která jsou hydraulicky ovládaná.
- Nabízíme možnost vybrat si alternativní vedení nekomplikovaného porodu. Porodní sály jsou vybaveny nejmodernějšími diagnostickými přístroji (ultrazvuk s kompletní škálou vyšetřovacích možností, monitory pro sledování stavu plodu i matky během porodu).
- Možnosti využití Entonoxu (inhalační lék tlumící bolest), epidurální analgezie (po domluvě u příjmu a vyšetření odběrů krve).



Naše porodnice umožňuje odběr pupečnickové krve a tkáně viz www.cordbloodcenter.cz.



K dispozici jsou dva porodní sály se sprchou a jeden porodní sál s vířivou vanou.

Pro tatínky:

Spolu s jedinečným zážitkem z porodu nabízíme samostatně situovaný prostor vybavený šatnou, odpočinkovou místností s rychlovarnou konvicí a WC.

ODDĚLENÍ ŠESTINEDĚLÍ

- Pokoje na oddělení pro maminky po porodu jsou dvoulůžkové.
- Jsou vybaveny nábytkem na míru a přebalovacím pultem s vaničkou.
- Sociální zařízení (sprchový kout, WC) je společné vždy pro 2 pokoje.
- Je zajištěna telefonická komunikace se sestrami z porodnického a novorozeneckého oddělení.
- **Návštěvní hodiny jsou každý den od 10.00 do 19.00 hodin v návštěvní místnosti.**

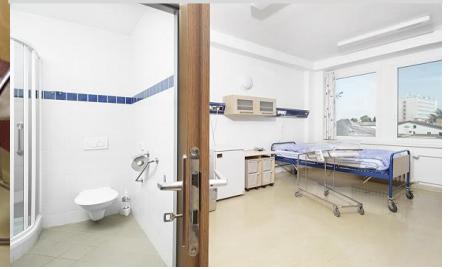




Nadstandardní pokoj:

Máme **jeden** nadstandardní pokoj (nelze zamluvit dopředu), který umožňuje pobyt partnera po celou dobu hospitalizace.

Najdete zde vlastní sociální zařízení, televizi, lednici, rychlovarnou konvici, mikrovlnou troubu a rozkládací lůžko pro tatínka. Cena je dle ceníku nemocnice.



BONDING A SYSTÉM ROOMING-IN

Bonding tvoří a podporuje vazby mezi matkou a dítětem bezprostředně po porodu.

Miminko po fyziologickém porodu je uloženo na břicho maminky, přikryté nahřátou dečkou. Podporujeme samopřisátí děťátka k prsu. Veškerá vyšetření a vážení miminka probíhají po uplynutí dvou hodin. První koupel odkládáme do druhého dne a délku měříme před propuštěním.



V naší porodnici rooming-in funguje od roku 1990.

Systém rooming-in

znamená, že maminka s dítětem jsou po celou dobu pobytu neustále spolu.

Tento systém je spojen s mnoha přínosy. Největším z nich je nepochybně rozvíjení kladného vztahu matky s dítětem. Mnohonásobně se také zvyšuje schopnost maminek kojit, protože neustálá přítomnost dítěte u matky má pozitivní vliv na mléčnou sekreci.

Díky systému rooming-in se maminky naučí porozumět něžným projevům dětí a získají jistotu v péči, což nepochybně ocení po návratu do domácího prostředí.

NOVOROZENECKÉ ODDĚLENÍ

Během pobytu v naší porodnici se postupně naučíte o své miminko pečovat pod dohledem novorozeneckých sester – laktačních specialistek. Velkou pozornost věnujeme především podpoře kojení, nabízíme individuální pomoc při každém kojení pro osvojení si správné techniky, která je základem úspěšného kojení. Doporučujeme kojení bez omezování délky a frekvence.

Miminka ukládáme do postýlek vybavených monitorem dechu.

V průběhu celé hospitalizace Vám bude k dispozici oblečení.

Každý den prohlíží miminko dětský lékař.

Součástí prohlídky je:

- kontrola hmotnosti miminka
- sledování novorozenecké žloutenky
- posouzení celkového stavu dítěte



Dále se v průběhu pobytu v porodnici provádí:

- screeningové vyšetření sluchu
- vyšetření očí k vyloučení šedého zákalu
- odběr krve na vyšetření vrozených metabolických vad
- ortopedické vyšetření kyčlí
- v případě nálezu srdečního šelestu je dítě vyšetřeno dětským kardiologem

Každé miminko zůstává v naší porodnici dle zákona 72 hodin. Poté může být propuštěno domů v případě, že:

- děťátko prospívá,
- neprojevuje se patologická novorozenecká žloutenka.

Po propuštění:

- obdržíte zprávu o novorozenci určenou do rukou dětského lékaře a očkovací průkaz s vloženou kopií zprávy pro Vás,

- Dětské oddělení nabízí k zapůjčení monitory dechu Babysense (měsíční poplatek 150 Kč). Monitory dechu sledují dechovou aktivitu dětí a v případě zástavy dechu pak na tuto skutečnost upozorní hlasitým alarmem. Tím výrazně snižují riziko výskytu syndromu náhlého úmrtí dítěte.

Více informací na telefonu 465 710 313.

BABY FRIENDLY HOSPITAL

Titul **Baby friendly hospital** (česky „Nemocnice přívětivá k dětem“), vyhlášený WHO a Dětským fondem OSN UNICEF, je udělován všem nemocnicím na světě, jejichž novorozenecká oddělení dodržují **10 kroků k úspěšnému kojení**. Cílem je **podpora, ochrana a prosazování kojení jako nejoptimálnější výživy pro dítě**. Prosazujeme výlučné kojení do 6 měsíců věku a pokračování v kojení 2 roky i déle. Cílem je poskytnout všem dětem dobrý start do života. Mateřské mléko plně odpovídá potřebám dítěte, je ideální pro jeho zdravý růst i vývoj a obsahuje velké množství protilátek, které jej chrání před infekcemi. Kojení prohlubuje citovou vazbu mezi maminkou a miminkem.

Nabízíme odbornou pomoc i po propuštění do domácí péče při problémech s neprospíváním, bolestivostí prsů, snížením tvorby mateřského mléka.

Horká linka kojení: 465 710 340

Laktační poradenství po předchozím telefonickém objednání.



Baby Friendly Hospital

PO NÁVRATU DOMŮ

Vyzvednutí rodného listu dítěte

- K porodu přineste oddací list (stačí kopie) nebo prohlášení o určení otcovství a prohlášení o jménu dítěte. Tyto dokumenty porodnice po porodu posílá na matriku v Ústí nad Orlicí, vystavený rodný list bude zaslán poštou na Vámi uvedenou adresu.

Registrace dítěte u zdravotní pojišťovny

- Dítě je dnem narození automaticky pojištěno u stejné zdravotní pojišťovny jako matka.
- Do 8 dnů je však nutno na pobočce této pojišťovny provést registraci dítěte, k tomu je nutno přinést i jeho rodný list.

Návštěva dětského lékaře

- Osobně nebo telefonicky hned po návratu z porodnice informujte dětského lékaře, kterého jste si zvolili již před porodem, s ním se domluvíte na návštěvě v ordinaci, popř. na jeho osobní návštěvě u Vás doma.