

Wybór miejsca narodzin twojego dziecka

Informacje i porady dla kobiet

Położnictwo

Miło nam, że wybrałaś nasze usługi na asystę przy twojej ciąży, narodzinach dziecka i początkach rodzicielstwa. Przez następne kilka miesięcy będziesz miała do przemyślenia mnóstwo informacji na temat jak sobie radzić w ciąży, a my jesteśmy tu po to żeby ci pomóc. Rzeczą o której wiemy że jest bardzo ważna dla oczekujących dziecka rodziców jest miejsce gdzie wydasz dziecko na świat. My oferujemy ci szeroką gamę możliwości do rozważenia, a ta ulotka ci je wyjaśni.

Gdzie mogę urodzić?

Jeśli twoja ciąża i poród są niskiego ryzyka, możesz urodzić w:

- Własnym domu
- Centrum Narodzin Halcyon na Oldbury Road w Smethwick
- Centrum Narodzin Serenity w City Hospital
- Oddziale Porodowym w City Hospital

Jeśli twoja ciąża i poród są wysokiego ryzyka, możesz urodzić na:

- Oddziale Porodowym w City Hospital

Gdy pierwszy raz spotkasz się z położną, oceni ona twoją historię zdrowia i uwarunkowania społeczne; to pomoże ci w dokonaniu wyborów co do miejsca narodzin.

Czym są ciąża i poród niskiego ryzyka?

Ciąża niskiego ryzyka ma miejsce gdy nie cierpisz na przewlekłe lub poważne problemy ze zdrowiem lub infekcje i nie miałaś żadnych problemów podczas poprzedniej ciąży lub porodu. Twoja położna oceni to na początku ciąży. Jeśli twoja ciąża jest niskiego ryzyka, nie ma potrzeby wizyty u konsultanta (lekarza specjalizującego się w położnictwie) podczas twojej ciąży będą się tobą zajmowały położne. Twoja położna przeprowadzi kolejną ocenę w 36 tygodniu ciąży. Jeśli nie miałaś żadnych problemów podczas ciąży, ryzyko dalej będzie określane jako niskie.

Gdy zaczniesz się poród, położna przeprowadzi kolejną ocenę. Porody są niskiego ryzyka gdy:

- Nie miałaś żadnych problemów w ciąży.
- Jesteś w 37 – 42 tygodniu ciąży.
- Twój współczynnik BMI jest mniejszy niż 35 na początku ciąży.
- Masz 16 – 40 lat.
- Nie masz anemii (poziom żelaza w twojej krwi nie jest niski).
- Twoje dziecko rozwinęło się normalnie i leży główką w dół.
- Wody ci odchodzą i są bezbarwne.
- Masz skurcze które są regularne i silne gdy zaczyna się poród.

Wybór miejsca narodzin twojego dziecka

Informacje i porady dla kobiet

Położnictwo

Czym są ciąża i poród wysokiego ryzyka?

Ciąża i porody przedstawiają wysokie ryzyko gdy w ciąży lub podczas porodu występuje problem który wymaga leczenia. Jeśli twoja położna uważa że ponosisz wysokie ryzyko przedyskutuje to z tobą i może poprosić cię o odwiedzenie konsultanta w celu zasięgnięcia opinii. Konsultant może wtedy zdecydować, że ryzyko jest niskie i opiekę nad tobą może w dalszym ciągu sprawować położna, lub może zdecydować że ryzyko jest wysokie i potrzebujesz być pod specjalistyczną opieką konsultanta.

Poród w domu

Są dowody na to że dla zdrowej kobiety bez komplikacji w ciąży poród w domu jest równie bezpieczny jak w szpitalu; oraz że są mniejsze szanse nacięcia krocza i cesarskiego cięcia. Dla większości kobiet i ich partnerów główną wątpliwością co do porodu w domu jest to że może dojść do sytuacji wymagającej doraźnej pomocy medycznej. Możesz przedyskutować ze swoimi położnymi jakie środki mają zastosowanie gdy pojawia się problem.

Położna jest przeszkolona i wyposażona żeby zająć się większością problemów; dla przykładu, będzie miała leki żeby zatrzymać silne krwawienie po porodzie i może resuscytować dziecko które wolno oddycha. Najpowszechniejszym problemem jest długi poród, gdy matka lub dziecko męczą się i postępowalnia. Przewiezienie do szpitala może być konieczne. Ale kobiety które zaczęły rodzić w domu i potrzebowały przewiezienia mówią że dużą wartość miało spędzenie nawet części porodu w domu.

Z pierwszym dzieckiem matka ma 70% szans powodzenia urodzenia w domu (jednakże waha się to znacznie w zależności od obszaru). U kobiet które już miały dziecko, szanse są dużo większe – między 88 a 99% kobiet. Jest mała szansa (około 1 na 30) że może zajść potrzeba przetransportowania do szpitala po urodzeniu dziecka, zazwyczaj z powodu problemów z wydalaniem łóżyska, lub czasem z powodu obaw o oddychanie dziecka.

Gdy decydujesz się rodzić w domu, położna odwiedzi cię w domu gdy będziesz w 36 tygodniu ciąży żeby upewnić się że jesteś dobrze przygotowana i masz wszelkie informacje których potrzebujesz. Da ci numery kontaktowe do położnej i wyjaśni czego możesz oczekiwać podczas porodu. Wyjaśni również czego możesz używać w celu uśmierzenia bólu i jak to otrzymać.

Gdy będzie ci się wydawać, że poród się zaczyna, zadzwonisz do położnej a ona oceni i potwierdzi który to etap porodu. Twoja położna zostanie z tobą, gdy będzie pewna że jesteś w aktywnej fazie porodu, monitorując ciebie i dziecko. Wezwie jeszcze jedną osobę do asysty przy porodzie i obie zostaną z tobą aż i ty i ona uznacie że wszystko jest tak jak być powinno.

Po urodzeniu będziesz miała kolejne wizyty położnej i doradzi ci ona w jakim ty i dziecko jesteście stanie. Inni ludzie mogą zapewniać usługi jak badanie słuchu, porada na temat karmienia piersią i ogólna opieka poporodowa.

Wybór miejsca narodzin twojego dziecka

Informacje i porady dla kobiet

Położnictwo

Jeśli wystąpi problem z tobą lub twoim dzieckiem w trakcie porodu lub po urodzeniu, położna wezwie karetkę i pojedzie z tobą do City Hospital.

Jakie są korzyści z rodzenia w domu?

- Będziesz miała poczucie większej kontroli nad porodem i doświadczenie narodzin będzie bardziej pozytywne. Prędzej będą z powodzeniem karmiły piersią kobiety, które miały pozytywne doświadczenia podczas porodu.
- W znajomym otoczeniu będziesz czuła się bardziej odprężona.
- Osoba/osoby wspierające cię przy porodzie, mogą być z tobą przy i po narodzinach.
- Może cię wspierać tyle osób ile zechcesz, zakładając że jest wystarczająco miejsca dla położnej żeby mogła odpowiednio się tobą zająć.
- Będziesz potrzebować nie tak silnych środków uśmierzających ból przy porodzie, gdyż będziesz bardziej rozluźniona i miała większą kontrolę.
- Jest mniej prawdopodobne żebyś potrzebowała pomocy przy urodzeniu dziecka, jak nacięcie obszaru między pochwą a odbytem, lub pomocy z użyciem kleszczy.

Jakie ryzyko wiąże się z rodzeniem w domu?

- Niektóre kobiety rodzące w domu muszą być przetransportowane na Oddział Porodowy w City Hospital z powodu problemu z porodem lub dzieckiem, lub z potrzeby zastosowania dodatkowych środków przeciwbólowych. To dzieje się u 4 – 5 z 10 kobiet rodzących pierwsze dziecko i 1 – 2 z 10 kobiet które już rodziły.
- Jeśli pierwsze dziecko rodzisz w domu, jest większe ryzyko, że u twojego dziecka dojdzie do poważnego problemu w trakcie porodu lub narodzin. To przytrafia się 9 – 10 z 1000 takich dzieci, porównując z 3 – 5 z 1000 dzieci urodzonych w szpitalu. Jeśli to nie jest twoje pierwsze dziecko, ryzyko że u tego dziecka rozwinię się poważny problem jest takie samo czy rodzisz w centrum narodzin, w szpitalu czy w domu (4 z 1000).

Jeśli martwisz się jak będziesz znosić ból, lub że dojdzie do komplikacji, porozmawiaj z położną. Możesz również zechcieć przejrzeć broszurę 'Poród: co się dzieje i jak sobie z tym radzić' z informacjami o środkach przeciwbólowych.

Wybór miejsca narodzin twojego dziecka

Informacje i porady dla kobiet

Położnictwo

Rodzenie w centrum narodzin

Nasze centra narodzin Halcyon i Serenity to małe placówki które oferują komfortowe otoczenie gdzie narodziny traktuje się jako normalny proces i w mniej kliniczny sposób. Centrum narodzin to odpowiednie miejsce dla kobiet u których ryzyko związane z narodzinami jest niskie.

Nasze centra narodzin są obsługiwane przez doświadczonych położnych i asystentki opieki położniczej, które są najlepszymi ludźmi do opieki nad tobą gdy twoja ciąża i poród przedstawiają niskie ryzyko. W centrach narodzin nie ma lekarzy.

Centrum Narodzin Serenity

Centrum Narodzin Serenity jest 'Przyszpitalnym Centrum Narodzin'. Znaczy to że jest prowadzone przez położnych i w placówce nie ma lekarzy, ale jest w tym samym budynku co Oddział Porodowy w City Hospital gdzie są lekarze i zaplecze do narodzin o wysokim ryzyku.

Jeśli pojawi się problem z tobą lub twoim dzieckiem w trakcie porodu, po oględzinach zostaniesz przetransportowana na Blok Porodowy który jest na końcu korytarza.

Zaplecze w Centrum Narodzin Serenity

Centrum Narodzin Serenity posiada 5 pomieszczeń do rodzenia, wszystkie udekorowane żeby stwarzać nowoczesne, domowe i odprężające wrażenie. Każdy pokój ma:

- Basen porodowy który jest zamontowany na stałe lub pompowany
- Opuszczane łóżko podwójne
- Drewniane łóżeczko dla twojego dziecka
- Drewniany przewijak dla twojego dziecka
- Nastrojowe światło które możesz regulować
- Płaski telewizor z darmowymi kanałami
- Własną łazienkę

Centrum Narodzin ma również:

- Stołki, piłki i maty do rodzenia
- Pokój terapeutyczny, gdzie nasze położne mogą zaproponować ci aromaterapię
- Wspólną kuchnię gdzie możesz przygotować sobie własne co nieco
- Wyłożony drewnem ogród
- Poczekalnię i toaletę dla odwiedzających

Wybór miejsca narodzin twojego dziecka

Informacje i porady dla kobiet

Położnictwo

Centrum Narodzin Halcyon

Centrum narodzin Halcyon jest 'Wolnostojącym Centrum Narodzin'. To znaczy, że jest prowadzone przez położne i nie znajduje się na tym samym obiekcie co jakakolwiek inna przyszpitalna opieka położnicza. Nie ma lekarzy pracujących w tym centrum lub przebywających na tym samym obiekcie. Centrum Narodzin Halcyon znajduje się przy Oldbury Road, Smethwick, B66 1JE i jest na tym samym obiekcie co Centrum Pomocy Bezpośredniej Leasowes.

Jeśli pojawi się problem z tobą lub twoim dzieckiem w trakcie porodu po oględzinach położna zaaranżuje transport karetką na Oddział Porodowy w City Hospital i pojedzie z tobą.

Zaplecze w Centrum Narodzin Halcyon

Centrum narodzin Halcyon ma 3 pomieszczenia do rodzenia, wszystkie udekorowane żeby stwarzać nowoczesne, domowe i odprężające wrażenie. Każdy pokój ma:

- Podświetlany basen do rodzenia
- Opuszczane łóżko podwójne
- Drewniane łóżeczko dla twojego dziecka
- Drewniany przewijak dla twojego dziecka
- Nastrojowe światło które możesz regulować
- Płaski telewizor z darmowymi kanałami
- Stacje dokująca do iPoda
- Własną łazienkę
- Dostęp do wspólnego ogrodu sensorycznego

Centrum Narodzin ma również:

- Stołki, piłki i maty do rodzenia
- Pokój terapeutyczny, gdzie nasze położne mogą zaproponować ci aromaterapię
- Wspólną kuchnię gdzie możesz przygotować sobie własne co nieco
- Poczekalnię i toaletę dla odwiedzających

Jakie środki przeciwbólowe są dostępne w centrach narodzin?

Twoja położna będzie przy tobie przez cały czas w trakcie porodu w centrum narodzin, wspierając cię i pomagając ci. Mogą również zaproponować ci następujące metody kojenia bólu:

- Gaz rozweselający (entonox)
- Baseny do rodzenia
- Aromaterapia i inne uzupełniające techniki jak hipnoporód
- Zastryk Petydyny

Wybór miejsca narodzin twojego dziecka

Informacje i porady dla kobiet

Położnictwo

- wyposażenie takie jak stołki, maty i piłki do rodzenia żeby pomóc ci znaleźć wygodną pozycję

Możesz również używać własnego urządzenia TENS we wczesnym etapie porodu.

Nie jesteśmy w stanie zapewnić znieczulenia zewnątrzoponowego w centrach narodzin. Jeśli planujesz mieć znieczulenie zewnątrzoponowe zostaniesz umówiona na poród na Bloku Porodowym w City Hospital. Jeśli uznasz że potrzebujesz znieczulenia zewnątrzoponowego jak już zaczniesz rodzić w jednym z centrów narodzin, zostaniesz zabrana na Blok Porodowy w City Hospital.

Więcej informacji na temat metod uśmierzania bólu dostępnych dla ciebie odnieś się do naszej ulotki 'Poród: Co się dzieje i jak sobie z tym radzić'

Po urodzeniu dziecka

Jak już dziecko się urodzi zostaniesz w centrum narodzin przez kilka godzin. Większość kobiet wraca do domu w ciągu 8 godzin od urodzenia jeśli jest to ich pierwsze dziecko, a szybciej jeśli rodziły już wcześniej. Twoja położna sprawdzi, czy ty i twoje dziecko dobrze się czujecie i upewni się że rozumiesz jak karmić dziecko i jak ono na ciebie reaguje. Jak już obie z położną będziecie zadowolone, zostanieecie z dzieckiem wypisani do domu, a położna odwiedzi was tam w ciągu kilku następnych dni.

Gdybyście musieli zostać dłużej w szpitalu, ty i twoje dziecko zostanieecie przeniesieni na salę poporodową w City Hospital.

Jakie sa zalety rodzenia w centrum narodzin?

- Atmosfera w centrum narodzin przysparza kobiecie bardziej pozytywnych doznań ponieważ jest odprężająca i domowa. Prędzej będą z powodzeniem karmiły piersią kobiety, które miały pozytywne doświadczenia podczas porodu.
- Będziesz potrzebować słabszych środków uśmierzających ból przy porodzie dzięki otoczeniu w którym przebywasz, dostępnemu zapleczu oraz wsparciu twojej położnej.
- Jest mniej prawdopodobne żebyś potrzebowała pomocy przy urodzeniu dziecka, jak nacięcie obszaru między pochwą a odbytem, lub pomocy z użyciem kleszczy ponieważ będziesz zachęcaną żeby chodzić i pozostać w ruchu w trakcie porodu. Bycie na nogach i w ruchu może pomóc ci czuć się bardziej komfortowo i wykorzystuje grawitację ile się da żeby pomóc w porodzie.
- Osoba/osoby wspierające cię przy porodzie, mogą być z tobą przez cały poród a jedna z nich może zostać z tobą po urodzeniu aż będziesz gotowa wrócić do domu.
- Jeśli chcesz możesz mieć kilka osób wspierających cię podczas porodu, ale najpierw sprawdź ile może być w pokoju z położną, jako że ilość miejsca jest ograniczona.

Wybór miejsca narodzin twojego dziecka

Informacje i porady dla kobiet

Położnictwo

Jakie jest ryzyko związane z rodzeniem w Centrum Narodzin?

Niektóre kobiety rodzące w Centrum Narodzin muszą zostać przetransportowane na Blok Porodowy w City Hospital, ponieważ potrzebują dodatkowych środków przeciwbólowych. To przytrafia się 3 – 4 z 10 kobiet rodzących pierwsze dziecko i mniej niż 2 na 10 kobietom które rodziły już wcześniej.

Jeśli martwisz się jak będziesz znosić ból, lub że dojdzie do komplikacji, porozmawiaj z położną. Możesz również zechcieć przejrzeć broszurę 'Poród: co się dzieje i jak sobie z tym radzić' z informacjami o środkach przeciwbólowych. Możesz też chcieć przyjść i zwiedzić któreś z Centrów Narodzin.

Rodzenie na Bloku Porodowym (Delivery Suite)

Większość kobiet jest zaznajomiona z porodówkami lub blokami porodowymi; są to obszary gdzie pakiet opieki zapewnia zespół wykwalifikowanego personelu położniczego. Położne, położnicy (lekarze), anestezjolodzy i personel sali zabiegowej pracują razem, żeby zapewnić opiekę kobietom które potrzebują podejścia zespołowego. Jest to czasem nazywane opieką kompleksową. Ten typ opieki jest korzystny dla kobiet, które mają problemy bądź z własnym zdrowiem bądź z bieżącą ciążą. Jest wiele powodów dla których blok porodowy byłby sugerowany jako najlepsze miejsce dla ciebie żeby rodzić; będziesz mogła przedyskutować te powody indywidualnie ze swoim konsultantem i położną.

Przy wejściu na blok porodowy znajduje się obszar izby przyjęć (Triage). Jest to pierwsze miejsce które przyjmie cię u wejścia na Blok Porodowy. Triage jest jak pogotowie gdzie kobiety z problemami w ciąży, ocenione jako 'wysokiego ryzyka' i z podejrzeniem rozpoczęcia porodu przychodzą na kontrolę ich stanu. Triage zazwyczaj pracuje bardzo intensywnie więc zostaniesz przyjęta i zbadana w zależności od powodu przybycia.

W City Hospital jest 10 pomieszczeń do rodzenia, każde z podobnym zapleczem. Ogólnie składają się na nie sprzęt monitorujący dla ciebie i dziecka w trakcie porodu, mnóstwo przestrzeni do poruszania się jeśli jesteś w stanie i położna która będzie ci towarzyszyć podczas porodu. Pomieszczenia są samowystarczalne, ale nie każde ma własną łazienkę, jak już zajmiesz pokój położna wyjaśni ci co jest w nim dostępne.

Bardziej prawdopodobne, że skorzystasz z bloku porodowego jeśli masz:

- Cukrzycę, wysokie ciśnienie krwi lub inne choroby które wpływają na ciążę
- Twoje dziecko nie urosło dobrze w czasie ciąży
- Miałaś poprzednio skomplikowany poród taki jak cesarka
- Twoja ciąża jest 12 – 14 dni przenoszona

Wybór miejsca narodzin twojego dziecka

Informacje i porady dla kobiet

Położnictwo

Jest tam małe pomieszczenie wywoływania porodu gdzie kobiety przebywają w trakcie procedury wywołania porodu. Znajduje się tam jednostka wysokiej zależności z 2 łózkami, gdzie (pracują) położne które są przeszkolone w opiece nad kobietami które źle się czują w trakcie porodu i bezpośrednio po nim; jest ona wspomagana również przez innych członków zespołu. Są 2 sale zabiegowe gdzie można wykonywać cesarskie cięcia i 2 pomieszczenia gdzie pacjenci dochodzą do siebie po jakichkolwiek operacjach.

Jeśli doszło do wewnątrzmacicznego obumarcia płodu lub nie oczekuje się że twoje dziecko przeżyje poród, zajmiemy się tobą w pokoju żałobnym przy korytarzu na Bloku Porodowym. To jest wyjątkowo przygotowana przestrzeń która pozwala rodzinom być razem z ich dziećmi tak długo jak mają potrzebę. Nasze usługi żałobne i personel będą przy tobie w tym smutnym czasie.

Minusy z rodzenia na bloku porodowym wiążą się ogólnie z wykonaniem zabiegów takich jak nacięcie krocza, użycie leków, znieczulenie zewnątrzoponowe oraz cesarskie cięcie. Jeśli twój poród jest wspomagany wtedy często trudniej jest naturze przejąć kontrolę, nie tak jak gdybyś była w domu lub centrum narodzin. Jeśli martwisz się lub nie jesteś pewna co do opieki którą otrzymasz, chętnie pomożemy w jakikolwiek możliwy sposób żeby twoje doświadczenie z porodu było takie jakbyś sobie życzyła.

Co się dzieje gdy już wybrałam gdzie będę rodzić?

Twoja położna porozmawia z tobą o dostępnych opcjach gdzie możesz rodzić i umówi cię tam gdzie wybierzesz. Potwierdzi to później z tobą w 36 tygodniu ciąży. Gdybyś myślała że zaczyna się poród lub jeśli masz jakieś problemy i się martwisz, prosimy zadzwoń do Położniczej Izby Przyjęć po poradę.

Dane kontaktowe

Położnicza Izba Przyjęć (Triage)

0121 507 4181

Więcej informacji

Jeśli masz jakieś pytania o którekolwiek z miejsc w których oferujemy możliwość porodu lub chciałybyś je zwiedzić, prosimy porozmawiaj ze swoją położną

Po więcej informacji o ciąży, porodzie i usługach położniczych zapraszamy na nasze położnicze strony internetowa www.swbh.nhs.uk lub obserwuj nas na Twitter

@SWBHnhs i polub na Facebook www.facebook.com/SWBHnhs

Wybór miejsca narodzin twojego dziecka

Informacje i porady dla kobiet

Położnictwo

Materiały źródłowe użyte w tej ulotce

The Royal College of Midwives, 'Evidence Based Guidelines for Midwifery-Led Care in Labour: Birth environment', November 2012

NHS National Institute for Health Research, 'The birthplace national prospective cohort study: perinatal and maternal outcomes by planned place of birth', November 2011

National Institute for Health and Clinical Excellence, CG55 'Intrapartum care: management and delivery of care to women in labour', September 2007

Royal College of Obstetricians and Gynaecologists & Royal College of Midwives, Joint statement No.2 'Home births', April 2007

Gdybyś chciał/a zasugerować jakieś poprawki lub ulepszenia tej ulotki, prosimy o kontakt z działem komunikacji pod numerem 0121 507 5303 lub mailowo: swb-tr.swbh-gm-patient-information@nhs.net



A Teaching Trust of The University of Birmingham

Incorporating City, Sandwell and Rowley Regis Hospitals

© Sandwell and West Birmingham Hospitals NHS Trust

ML4860

Data Wydania: Luty 2015

Data Rewizji: Luty 2018