

PLA DE NAIXEMENT

El pla de naixement és un document en el que pots expressar les teves preferències amb la teva parella i/o acompanyant durant el procés de part i postpart immediat, amb l'objectiu de conèixer les vostres necessitats per obtenir una experiència positiva del part.

No és un contracte, les necessitats poden variar segons l'evolució del procés i pot ser modificat per tu mateixa i/o per l'equip que t'atén.

L'equip assistencial que t'acompanyarà cuidarà de la teva salut i la del teu nadó.

Nom: _____

Has fet educació maternal? Sí No

Número de parts anteriors:

Describe breument si vols comentar-nos alguna experiència prèvia:

Preferències en el moment del naixement

Durant el treball de part, podràs estar acompanyada per una persona que tu hauràs escollit, sent respectuós amb la preservació de la teva intimitat i la d'altres gestants.

Si tens alguna petició especial pots concertar una visita d'acollida a la sala de parts per valorar-la.

El meu acompanyant serà: _____

Durant tot el procés de part, tindràs una llevadora de referència fins que aquesta finalitzi el seu torn. Al ser un hospital docent també formen part de l'equip residents.

Preferències relacionades amb l'espai físic

Durant el treball de part és important gaudir d'un ambient tranquil on vetllarem per la teva intimitat en tot moment. Per la teva comoditat, existeix la possibilitat de portar de casa algun objecte de confort (coixí, sac de llavors, mitjons, mp3, pendrive, etc.).

M'agradaria:

Escoltar música

Que la il·luminació fos tènue

Altres: _____

Fase de dilatació

L'equip assistencial t'informarà de la necessitat de realitzar algun procediment i/o administrar algun fàrmac. Com a mesura preventiva una vegada realitzat l'ingrés, tant per a treball de part com per a part provocat, es canalitzarà una via venosa per si es produeix alguna situació que requereixi l'administració de medicació.

En un treball de part de baix risc es permet la ingesta oral de líquids (no làctics). Pots portar de casa alguna beguda isotònica.

Monitorització fetal

La valoració del benestar fetal es realitza mitjançant control cardíac amb la monitorització fetal. Aquesta es pot realitzar de manera intermitent en parts de baix risc que transcorren amb normalitat.

La monitorització fetal continua serà necessària quan s'administri analgèsia epidural, oxitocina o qualsevol altra circumstància que requereixi un major control del benestar fetal.

Alleujament del dolor

Existeixen mètodes per al control del dolor com escalfor local, estoreta lumbar, la mobilització, la pilota i la dutxa. Si disposes de teràpies naturals per al control del dolor (aromateràpia, flors de Bach, etc.), pots portar-les.

També pots optar per analgèsia epidural. L'equip t'assessorarà del moment òptim per a la seva administració.

M'agradaria:

- Realitzar un part natural
- Intentar retardar l'analgèsia epidural el màxim possible
- Posar-me l'analgèsia epidural al més aviat possible

Mesures no farmacològiques:

- Mobilització
- Pilota
- Dutxa
- Calor local, estoreta lumbar
- Teràpies naturals per al control del dolor: _____

Mesures farmacològiques:

- Analgèsia epidural i/o ambulant si estigués indicada
- Anestèsia local només en cas de sutura

Fase d'expulsiu

La fase de l'expulsiu és el moment en què es produeix el naixement del bebè.

Posició durant el naixement

Si el teu part és natural, la postura durant l'expulsió serà la que a tu et resulti més confortable per rebre el teu nadó.

En cas que siguis portadora d'analgèsia epidural i valorant la teva capacitat de mobilització, es poden adoptar diferents postures: asseguda, estirada de costat, etc.

M'agradaria:

- Poder escollir la posició
- Preferències: _____
- No tinc preferències

Episiotomia

Actualment l'episiotomia no és una pràctica sistemàtica. La seva realització sempre s'ha d'individualitzar, essent la seva necessitat valorada per l'especialista en el moment de la sortida del nadó. Es tindran en compte factors com: benestar fetal, elasticitat del perineu i/o necessitat de part instrumentat. En tots els casos se t'informarà de la necessitat de la realització d'aquesta tècnica.

En el moment de sortida del nadó

M'agradaria (pots escollir diverses opcions):

- Veure el naixement del meu nadó amb l'ajuda d'un mirall
- Tocar-lo abans de néixer
- Tallar el cordó quan deixi de bategar
- Que tallés el cordó umbilical el meu acompanyant
- Fer donació de sang de cordó

En el moment de deslliurament

El període de deslliurament culmina amb la sortida de la placenta. En prevenció de l'hemorràgia postpart es realitzarà l'administració d'oxitocina EV segons l'evidència actual.

M'agradaria:

- Emportar-me la placenta
- Realitzar la impressió de la placenta en paper (has de portar tu mateixa el paper d'aquarel·la)

Postpart immediat

El pell amb pell té efectes beneficiosos tant per a la mare com per al nadó: afavoreix la termoregulació, l'establiment del vincle mare-fill, facilita la instauració de la lactància i disminueix la incidència de depressió postpart, entre d'altres.

El nadó no se separa en cap moment del seus progenitors, excepte en aquells casos en què es presentin necessitats específiques que ho justifiquin i se us informarà dels motius.

M'agradaria:

- Agafar-lo al néixer a no ser que el nadó requereixi cures especials
- No realitzar pell amb pell
- Tenir-lo pell amb pell el màxim de temps possible. En cas que jo no pugui fer-ho, que el meu nadó estigui pell amb pell amb el meu acompanyant
- Que el meu acompanyant realitzi pell amb pell des del principi
- Altres: _____

Un cop finalitzat el part, romandreu a la Sala de Parts fins a l'estabilització abans del trasllat a l'habitació. Es recomana que el teu acompanyant estigui al teu costat durant aquest període de temps.

Durant aquesta estona el nadó està molt actiu, essent un moment únic, especial i irrepetible.

Primeres cures al nadó

El dèficit de vitamina K en el nadó es relaciona amb el risc d'hemorràgia neonatal (patologia poc freqüent però molt greu). Per aquest motiu es recomana la seva administració per via intramuscular en una dosi única per la seva major eficàcia en comparació amb l'administració per via oral (administració de 3 dosis a la setmana i a les 3 setmanes del naixement).

M'agradaria:

- Que s'administrés la vitamina K per via intramuscular
- Que l'administració de vitamina K per via intramuscular es realitzés mentre el nadó està al pit
- Administrar la vitamina K via oral
- No tinc preferències

Per a la prevenció de la conjuntivitis neonatal es recomana l'administració d'una pomada oftàlmica antibiòtica (eritromicina 0,5%), en una aplicació única. Per tal de no interferir en el contacte visual amb la mare es recomana retardar la seva aplicació fins el moment previ a pujar a planta.

M'agradaria:

- Retardar l'administració de la pomada oftàlmica el màxim possible per no interferir en el contacte visual
- No tinc preferències

També es realitzaran altres cures de rutina com: identificació, recollida de petjades per filiació materna i pes.

M'agradaria:

- Retardar el màxim possible aquestes cures per afavorir el pell amb pell
- No tinc preferències

Alimentació del nounat

Afavorim l'agafada precoç al pit per iniciar la lactància materna si és aquesta l'opció que desitges. L'equip recomana la lactància materna pels seus alts beneficis, per la qual cosa se t'oferirà el suport necessari.

En cas que decideixis realitzar lactància artificial, aquesta s'iniciarà també a la sala de parts segons les indicacions del pediatra.

M'agradaria:

- Realitzar lactància materna
- Que només es suplementés la lactància materna en cas d'indicació clínica i estar sempre informada
- En cas de tenir que suplementar, m'agradaria fer-ho amb cullera, xeringa i altres mètodes que no interfereixen en la lactància
- Realitzar lactància artificial (biberó)

A la planta de Maternitat

A l'Hospital de Terrassa defensem la importància que el nadó estigui en tot moment acompanyat dels progenitors.

M'agradaria:

- Estar present durant les cures que es realitzin al meu nadó (higiene, control pediàtric, etc.)
- No tinc preferències

És important que a l'habitació es mantingui un ambient tranquil. Es permeten les visites, però recomanem que el volum d'aquestes no interfereixi en el confort de la mare-nadó.

El temps d'estada a planta dependrà de si ha estat un part normal (estada 24-48h) o una cesària (estada 3-4 dies).

Al nostre centre podràs realitzar l'alta precoç a partir de les 24 hores postpart, sempre que el teu estat de salut i el del teu fill sigui òptim i amb el compromís de tornar entre el 3r i 5è dia per a una valoració clínica posterior.

M'agradaria:

- Optar per una alta precoç
- No tinc preferències

Si tens qualsevol altra necessitat especial que no quedi reflectida en aquest document, pots comentar-la amb l'equip assistencial que vetllarà per fer possible que es compleixin les teves expectatives durant el naixement del teu nadó. Comenta aquest document amb la llevadora i entrega'l a l'equip de guàrdia en el moment de l'ingrés a l'hospital.

Altres necessitats:

