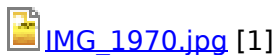


Výhody a nevýhody jednotlivých metód na uľahčenie pôrodu



Pôrod je najkrajším a najšťastnejším okamihom v živote každej ženy - matky. Môžeme jej pomôcť cieľovou psychoprofylaktickou prípravou, ktorej cieľom je odbúrať strach z pôrodu, pripraviť sa naň.

Dôležité je vysvetliť priebeh pôrodu, previesť tehotnú a partnera danou pôrodnicou, nacvičiť spôsob dýchania, ukázať potrebné špeciálne cvičenia, oboznámiť partnera s jeho úlohou pri pôrode. Ak práprava prebehla správne, tehotná mamička prichádza na pôrodnú sálu relatívne v pokoji a teší sa na bábätko. A to je veľké plus pre pokojný priebeh pôrodu.

Z medicínskeho hľadiska sú možné tieto uľahčenia pôrodu: epidurálna analgézia, (cisársky rez), pôrod do vody, rôzne polohy pri pôrode, pôrody doma a navnovšia novinka v slovenských pôrodniciach - pôrodnický gél.

Aké sú pre a proti jednotlivých spôsobov vedenia pôrodu?

	PRE	PROTI
Poloha pri pôrode v polosedě	<ul style="list-style-type: none"> - dá sa v nej zotrvať počas celého pôrodu, - umožní využitie gravitácie, - zvažuje rozmery panvového vchodu, - zlepšuje okysličenie bábätko. 	<ul style="list-style-type: none"> - nie je vhodná, ak bábätko vykazuje známky stresu (znížená frekvencia srdca), ak má žena vysoký krvný tlak alebo pociťuje zvýšenú bolesť v krížoch a kostrči, ktoré sú pri tejto polohe viac zaťažené a stlačené.
Bočné polohy pri pôrode	<ul style="list-style-type: none"> - sú vhodné pri oboch dobách pôrodných, - môžu vyčerpanej žene ušetriť energiu, - môžu napomôcť správne vstupu hlavy do panvy, - kolmé polohy vďaka gravitácii umožňujú využiť tlak hlavy (alebo zadku) bábätko na spodnú časť maternice, ktorá sa úľahšie otvára. 	
Poloha pri pôrode na chrbte	<ul style="list-style-type: none"> - výhodná pre kontrolu priebehu pôrodu a monitorovanie stavu novorodenca. 	<ul style="list-style-type: none"> - dochádza k stlačeniu veľkých ciev tehotnou maternicou, čo vedie k zhoršeniu zásobovania plodu kyslíkom,

		<ul style="list-style-type: none"> - telo nepracuje v súlade s gravitáciou, - kontrakcie sú vnímané ako ťastejšie, bolestivejšie.
Rovný sed pri pôrode	<ul style="list-style-type: none"> - je to odpočinková poloha. 	<ul style="list-style-type: none"> - nie je vhodná, ak bábätko vykazuje známky stresu.
Drep pri pôrode	<ul style="list-style-type: none"> - využíva sa predovšetkým počas druhej doby pôrodnej, - rozširuje panvový východ, - vyžaduje menej námahy a sily, - pomáha uvoľniť panvové dno, - umožňuje lepšie zapojenie brušného lisu pri tlačení, a bábätko je tak efektívnejšie tlačené do pôrodných ciest. 	<ul style="list-style-type: none"> - pri dlhšom zotrvaní v tejto polohe môže dôjsť k stlačeniu ciev a nervov pod kolenami, - po nejakom čase je táto pozícia namáhavá, preto by žena mala po 1-2 sekundách polohu zmeniť, napríklad na stoj alebo koleno, - žena sa pri tejto polohe opiera chrbtom o partnera, čo môže byť pre neho namáhavé, - ak žena nemá dostatočnú stabilitu (kvôli únave, epidurálnej analgézií, problémom s kŕmím), nie je táto poloha pre ňu vhodná, alebo by ju mala využiť len na krátky čas.
Pôrodná stolička	<ul style="list-style-type: none"> - využíva sa pri druhej dobe pôrodnej, - vzhľadom na zvislú polohu rodičky možno 100%-ne využiť kontrakcie a tlačiť produktívnejšie, - v tejto polohe je výrazne väčší vnútorný panvový otvor pre dieťa, takže má viac priestoru, - riziko natrhnutia je menšie, dieťaťo lepšie rotuje, - rodičke sa dýcha lepšie ako v ľahu. 	<ul style="list-style-type: none"> - nie je vhodné dlhé sedenie na pôrodnej stoličke, pretože môže dôjsť k opuchu vonkajších rodidiel a k zvýšeniu rizika poranenia.
Polohy v predklone s oporou	<ul style="list-style-type: none"> - tieto polohy výrazne znižujú bolestivosť chrbta a vedú k lepšej rotácii bábätka pri jeho prechode panvou, 	

	<ul style="list-style-type: none"> - zväčšujú panvový vchod, - využívajú výhody gravitácie, - poskytujú jednoduchší prístup na masáž chrbta, - dajú sa praktizovať postojami, v sede na stoličke, na lopte aj v pokoji. 	
Poloha na všetkých štyroch	<ul style="list-style-type: none"> - dá sa používať počas celého pôrodu, - znižuje opuch bránky, čo je otvor, ktorý sa postupne zväčšuje a ktorým sa dostáva bábätko von z maternice do pôrodného kanála. 	<ul style="list-style-type: none"> - žena cíti únavu v pažiach.
Pôrod do vody	<ul style="list-style-type: none"> - teplá voda okrem spomínaných relaxačných a uvoľňujúcich účinkov urýchľuje postup pôrodu, zmierňuje jeho bolestivosť, keďok maternice sa otvára ľahšie a rýchlejšie, svalstvo a väzivá sú uvoľnené, pôrodné cesty sa stávajú mäkké a elastické, - pôrod do vody je pre dieťa šetrnejší, pretože po narodení prichádza do príjemného teplého vodného prostredia, ktoré je mu dôverne známe z pobytu v maternici. 	<ul style="list-style-type: none"> - zvýšené riziko infekcie, keďže sa voda môže znečistiť stolicou alebo močom, - prístup lekára k rodičke je obmedzený.
Cisársky rez	<ul style="list-style-type: none"> - je to detailne prepracovaný postup v medicínsky indikovaných prípadoch. 	<ul style="list-style-type: none"> - je to operácia s možnými komplikáciami s väšou záťažou na organizmus ženy, - bábätká vybraté cisárskym rezom môžu mať horšiu adaptáciu na nové prostredie.
Epidurálna analgéza	<ul style="list-style-type: none"> - vhodná pre rodičky, ktoré majú kardiovaskulárne ochorenie, astmu, cukrovku, epilepsiu, u rodičiek závislých od nikotínu, alkoholu alebo drog a pri preeklampsii, - alej je vhodná pri predčasnom pôrode, pôrode zadozkom a pôrode dvojčiek, 	<ul style="list-style-type: none"> - metóda je organizačne náročná (je potrebná prítomnosť skúseného anesteziológa a matka sa v dôsledku veľkého prírastku hmotnosti a veľkého brucha niekedy nedokáže dostatočne vyhrbiť do matacieho chrbta a zostať v pokoji),

	<ul style="list-style-type: none"> - u 90 % prípadov je to úľahčenie bolesti pri pôrode, pri ktorej sa do krvi matky a dieťa dostane minimálne množstvo liekov, - neovplyvňuje voľný pohyb rodičky, - pozitívne pôsobí na jej psychiku (žena vníma pôrod, nebojí sa bolesti, spolupracuje s pôrodníkom), - priaznivo ovplyvňuje prekrvenie maternice a placenty, čím sa zlepšuje zásobovanie dieťa kyslíkom i ďalšími potrebnými látkami, - uvoľňuje svalstvo pôrodných ciest. 	<ul style="list-style-type: none"> - strach z pichnutia do chrbta, - po pôrode niektoré matky môžu cítiť bolesť v mieste zavedenia plastikovej hadičky, ale nemalo by to trvať viac ako 2-3 dni, - bolesti hlavy, ktoré sa niekedy vyskytnú po pôrode, môžu byť následkom mechanickej manipulácie pri zavádzaní ihly do chrbta, - niekedy sa môže vyskytnúť jednostranné alebo mapovité znecitlivenie, ktoré sa dá odstrániť ďalším podaním anestetikovej látky a polohovaním, - spomaľuje priebeh pôrodu, čo má za následok častejšie používanie prostriedkov na povzbudenie činnosti maternice.
<p>Pôrodnický gél</p>	<ul style="list-style-type: none"> - je vyvinutý špeciálne na uľahčenie vaginálneho pôrodu, - zabezpečuje kratší a menej bolestivý pôrod, pretože skracuje vypudzovaciu fázu pôrodu o 30 % (26 minút) a tiež celkovú dĺžku pôrodu o 30 % (106 minút) - šetrí sily matke a dieťaťu pri pôrode, - vytvára jemnú priľnavú vrstvu, ktorá znižuje trenie vytvárané kontrakciami a prechodom dieťa pôrodným kanálom, - chráni panvové dno, pošvu a výrazne znižuje počet prípadov natrhnutia hrádze, - uľahčuje pôrod ženám, ktoré po prvýkrát otehotneli až pred štyridsiatkou, ktoré chcú rodiť spontánne, - neobsahuje žiadne farmaceuticky aktívne zložky 	

	a neprechádza do tela, - je sterilný, neobsahuje žiadne konzervačné látky, ani latex a je hypoalergénny, - do dnešného dňa klinické testy nepreukázali žiadne vedľajšie účinky, ani interakcie v súvislosti s jeho používaním.	
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

prehľad vypracoval prof. MUDr. Miroslav Borovský, PhD.
hlavný odborník Ministerstva zdravotníctva SR pre odbor gynekológia a pôrodníctvo a viceprezident Slovenskej gynekologicko-pôrodnickej spoločnosti

Porozrávajte sa o možnostiach Vášho pôrodu priamo s Vaším pôrodníkom. Máte na to právo!

FOTO © Ľudovít Mazan

hot_news_lavy

Pi, 05/06/2011 - 02:41 — Mamata.sk

[Naše dieťa](#)
[Mamička](#)
[Otecko](#)
[Starí rodičia](#)
[Rodina](#)

[Reklama](#)

[Kto sme](#)
[Kontakt](#)
[Mapa stránok](#)

- [FaceBook](#)
- [Twitter](#)
- [Rss](#)

© 2001 - 2011 Spoločnosť Impresa Art, s.r.o.
Všetky práva vyhradené.

[Chceme dieťa](#)

[Privátna politika](#) | [Autorské práva](#)



ISSN 1336-2755

Informácie uvedené na www.mamatata.sk sú všeobecnej povahy. Otázky súvisiace so zdravím Vás a Vašich detí je preto potrebné konzultovať s lekárom.

created by [Bekosoft, s.r.o.](#)

Zdrojová URL: <http://mamata.sk/node/202630>

Linky:

[1] http://mamata.sk/sites/default/files/IMG_1970.jpg