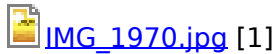


## Výhody a nevýhody jednotlivých metód na uľahčenie pôrodu



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 mama 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
<b>Poloha pri pôrode v polosedě</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dá sa v nej zotrvať počas celého pôrodu,</li> <li>- umožní využitie gravitácie,</li> <li>- zvažuje rozmery panvového vchodu,</li> <li>- zlepšuje okysličenie bábätka.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> </ul>
<b>Bočné polohy pri pôrode</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sú vhodné pri oboch dobách pôrodných,</li> <li>- môžu vyčerpanej žene ušetriť energiu,</li> <li>- môžu napomôcť správne nastupu hlavy do panvy,</li> <li>- kolmé polohy vďaka gravitácii umožňujú využiť tlak hlavy (alebo zadku) bábätko na spodnú časť maternice, ktorá sa úľahšie otvára.</li> </ul>	
<b>Poloha pri pôrode na chrbte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- výhodná pre kontrolu priebehu pôrodu a monitorovanie stavu novorodenca.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dochádza k stlačeniu veľkých ciev tehotnou maternicou, čo vedie k zhoršeniu zásobovania plodu kyslíkom,</li> </ul>

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

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zväčšujú panvový vchod,</li> <li>- využívajú výhody gravitácie,</li> <li>- poskytujú jednoduchší prístup na masáž chrbta,</li> <li>- dajú sa praktizovať postojami, v sede na stoličke, na lopte aj v pokoji.</li> </ul>	
<b>Poloha na všetkých štyroch</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dá sa používať počas celého pôrodu,</li> <li>- znižuje opuch bránky, čo je otvor, ktorý sa postupne zväčšuje a ktorým sa dostáva bábätko von z maternice do pôrodného kanála.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- žena cíti únavu v pažiach.</li> </ul>
<b>Pôrod do vody</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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,</li> <li>- 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.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zvýšené riziko infekcie, keďže sa voda môže znečistiť stolicou alebo močom,</li> <li>- prístup lekára k rodičke je obmedzený.</li> </ul>
<b>Cisársky rez</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- je to detailne prepracovaný postup v medicínsky indikovaných prípadoch.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- je to operácia s možnými komplikáciami s väšou záťažou na organizmus ženy,</li> <li>- bábätká vybraté cisárskym rezom môžu mať horšiu adaptáciu na nové prostredie.</li> </ul>
<b>Epidurálna analgéza</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vhodná pre rodičky, ktoré majú kardiovaskulárne ochorenie, astmu, cukrovku, epilepsiu, u rodičiek závislých od nikotínu, alkoholu alebo drog a pri preeklampsii,</li> <li>- alej je vhodná pri predčasnom pôrode, pôrode zadožkom a pôrode dvojčiat,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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),</li> </ul>

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

	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 - 01:41 — 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

<http://1canadianantibiotics.com/buy-amoxil-online/>

Informácie uvedené na [www.mamatata.sk](http://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](http://mamata.sk/sites/default/files/IMG_1970.jpg)