

# PLAN PORODU

.....  
imię i nazwisko rodzącej

.....  
imię osoby towarzyszącej

.....  
imię dziecka



## ŁAGODZENIE BÓLU – METODY NATURALNE



pozycje siedzące



pozycje pionowe



piłka



prysznic



drabinki



masaż/pozycje czworaczne



wanna



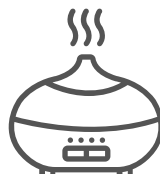
worek sako



oddech



wydawanie dźwięków



aromaterapia



muzyka

## ŁAGODZENIE BÓLU – METODY FARMAKOLOGICZNE



czopki



tabletki



zastrzyk



kroplówka



gaz  
rozweselający



znieczulenie  
zwnątrzoaponowe

## POZYCJE I MIEJSCE DO WYPIERANIA DZIECKA



na łóżku, na siedząco



na czworakach



w wannie



w kucki



na boku



w pozycji ginekologicznej

## KROCZE I PARCIE



ochrona krocza



nacięcie



parcie spontaniczne



parcie na komendę

## INNE



jedzenie w trakcie porodu



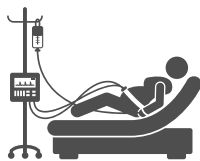
picie



golenie krocza



lewatywa



indukcja porodu/poród zmedykalizowany

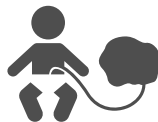


cięcie cesarskie

## NOWORODEK



nieprzerwany kontakt  
skóra do skóry przez  
2h



przecięcie pępowiny  
po ..... minutach



ocena w skali Apgar  
na brzuchu matki



długość i masa ciała  
po 2h kontaktu  
z matką



zabieg Credego



witamina K



badania przesiewowe



szczepienia



karmienie piersią



karmienie butelką



podawanie smoczka



pierwsza kąpiel