Приложение № 1

к Порядку проведения партнерских родов

в КГБУЗ КККЦОМД

от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019г.

**Инструкция.**

1. Партнерская пара поступает в стационар через приемный покой КГБУЗ КККЦОМД.

2. В приемном покое партнер переодевается в принесенную с собой сменную чистую хлопчатобумажную одежду и сменную обувь.

3. Медицинский персонал приемного отделения сопровождает партнера в индивидуальную предродовую палату.

4. Партнер, при желании, может находиться в родовом зале с роженицей в течение родов и в последующие 2 часа послеродового периода, после физиологических родов или после оперативного родоразрешения, вместе с новорожденным при отсутствии противопоказаний.

5. Основная задача помощника в партнерских родах - это моральная и физическая поддержка, создание комфортного психологического состояния роженицы.

5.1. Физическая поддержка: помочь переодеться или подняться по лестнице, сходить в туалет, постелить пеленку, предложить влажную салфетку, предложить воды и т.д. Партнер должен уметь сделать массаж будущей маме, напомнить ей о необходимости правильно дышать.

5.2. Психологическая поддержка является не менее важной и заключается, прежде всего, в том, чтобы слушать женщину, ее потребности в определенный момент времени, обеспечить тактильный контакт (погладить по голове, подержать за руку, обнять, если необходимо), сказать приятные и подбадривающие слова. Задачей партнера также является максимально помочь роженице унять тревогу, что крайне важно для физиологического протекания процесса.

6. Партнеру разрешается пользоваться фото-, аудио-, видеоаппаратурой в личных целях, по предварительному согласованию с администрацией учреждения, не мешая другим пациентам и медицинскому персоналу.

6.1. Партнер должен оповестить сотрудников родового отделения о проведении фото-, видео- съемки и аудио записи.

7. Партнеру запрещается передвигаться по отделению без разрешения медицинского персонала отделения.

8. Действия партнера во время схваток и родов

8.1. **Первый период родов (схватки)**

8.1.1. Напоминать женщине о важности расслабления: «расслабьте живот, лицо, руки».

8.1.2. Дышать вместе с роженицей. Стремиться сначала, подстраиваться под ритм родов, и если она вдруг сбивается, начинает задерживать вдох-выдох или дышать хаотично, задавать ей ее же правильный ритм дыхания. Частоту и глубину дыхания роженица выбирает, ориентируясь на свои ощущения. Важно, чтобы она дышала ритмично и без задержек дыхания во время схваток.

8.1.3. Делать обезболивающий и точечный массаж. Если роженица чувствует дискомфорт в области животика, надо его поглаживать, нажимая на ости подвздошной костей. Следует уточнить, помогают ваши действия, или лучше делать что-то другое. Независимо от того, беспокоит ли роженицу спина или нет, можно ее массажировать. Благодаря отвлечению внимания достигается общий обезболивающий эффект.

8.1.4. Если во время схваток напряжение в спине чувствуется, надо поглаживать, растирать, применять статическое нажатие. После окончания схваток можно слегка похлопать по уставшим мышцам.

8.1.5. Помогать в выборе удобной позы. Женщина может опираться на партнера, возможно, ей захочется сесть к нему на колени и положить голову на плечо. В это время партнер сможет массажировать или поглаживать ее спину. Вариантов множество.

8.1.6. Оказывать моральную поддержку маме и ребенку. Хвалить, если у мамочки что-то хорошо получается.

8.1.7. Поддерживать, если не получается: «Ну, на следующих схватках еще попробуем. Ты молодец, умница». Надо стремиться отвлечь внимание роженицы от дискомфортного ощущения: можно рассказать нечто интересное, помечтать о будущем, поговорить о том, как старательно сейчас работает малыш, и что надо постараться помочь ему, поддержать в такое важное время. Можно поговорить с ним: «Еще немножко. Мама рядом, папа рядом. Мы скоро встретимся. Мы очень тебя любим и ждем». Возможно, это звучит непривычно, но в атмосфере поддержки и любви крошка обычно рождается быстрее, легче, с меньшими затратами сил для роженицы.

8.1.8. Водить роженицу в туалет не реже, чем 1 раз в час, напоминать ей об этом, потому что она может не испытывать позывов к мочевыделению даже при полном мочевом пузыре. К тому же, после того, как она помочится, дискомфорт во время схваток несколько уменьшится.

8.1.9. Можно взять часы с секундной стрелкой или таймером и с началом каждых схваток отсчитывать время: «10, 20, 30, 40, 50 секунд, отдыхай». Некоторым женщинам легче проживать схватки в пределах четко определенного времени. Хотя других это может только раздражать.

8.1.10. Экономьте свои силы. В перерывах между схватками, когда женщина отдыхает, стоит тоже отдохнуть, можно принести с собой бутерброд и перекусить. Роды - это процесс, требующий колоссальных затрат энергии, как у мамы и малыша, так и у помощника.

**8.2.** **Второй период родов (рождение ребенка).** Партнеру присутствовать в этот период родов необязательно (на его усмотрение).

8.2.1. При решении присутствовать партнер может руководить [дыханием роженицы и потугами](http://mymom.ru/stati/beremennost/gotovimsja-k-rodam/tehnika-dyhanija-pri-rodah.html), ориентируясь на врачебные указания, поддерживать спину во время потуг, помогать роженице отдыхать между потугами, держать за руку, помогать оставаться в выбранной позиции, подбадривать, когда нужны усилия.

8.2.3. Когда малыш родится, партнер может перерезать пуповину под руководством акушерки и подержать ребеночка на руках первым.

**8.3.** **Третий период родов (рождение последа - плодных оболочек и плаценты).**

8.3.1. Партнер в это время может держать малыша, получить информацию от врача неонатолога о его состоянии, принести ребенка маме на кормление.