**Vzor porodního plánu**

**Úvodní informace:**

* Tento plán je vzorový a měl by být přizpůsoben vašim osobním potřebám a přáním
* Je dobré ho projednat s vaším lékařem nebo porodní asistentkou
* Před tiskem v textu smažte nevyhovující možnosti
* Zcela nevyhovující možnosti smažte

**Základní informace**

* Jméno rodičky:
* Místo porodu:
* Termín porodu:

**Kontaktní informace důležitých osob**

* Partner / partnerka:
* Dula / PA:
* Gynekolog:

**V případě fyziologicky probíhajícího porodu vyjadřuji následující přání:**

1. **Před porodem**

* Informujte mě průběžně o postupu porodu a o tom, co bude následovat
* Pokud se vyskytnou komplikace, přeji si být ihned informována a podílet se na rozhodnutí
* Ráda bych měla přirozený porod bez vnějších zásahů, pokud nedojde k vážnějším komplikacím
* V případě nutnosti chci být obeznámena s veškerými medicínskými postupy
* Po celou dobu porodu bych u sebe měla ráda svého partnera
* Preferuji nefarmakologické metody tišení bolesti
* Ráda bych využila možnosti jít do sprchy či vany
* Nepřeji si aplikaci epidurální analgezie či rajského plynu, pokud se situace změní, sama si o ně zažádám
* Přeji si, aby v místnosti bylo tlumené osvětlení
* Přeji si možnost volného pohybu a zaujímání úlevových poloh
* V průběhu porodu bych ráda poslouchala svou oblíbenou hudbu
* Souhlasím / nesouhlasím s vnitřním vyšetřením
* Souhlasím / nesouhlasím s klystýrem
* Přeji / nepřeji si holení intimních partií
* Omezení CTG monitorování dítěte na dobu nezbytně nutnou a s co nejvyšší mírou zachování možnosti pohybu
* Pokud to bude možné, ráda bych zvolila při CTG monitoraci polohu na boku nebo v polosedě
* Nepřeji si rutinní zavedení kanyly
* Nepřeji si urychlování porodu dirupcí vaku blan, dirupce vaku při korunovaci hlavičky

1. **Během porodu**

* Přeji si sama zvolit polohu pro konečné tlačení
* Přeji si tlačit podle svých pocitů / doporučení lékařů
* Přeji si, aby mi miminko bylo položeno okamžitě na tělo
* Přeji si /nepřeji si preventivní nástřih hráze
* S nástřihem souhlasím pouze pokud to bude nezbytně nutné

1. **Po porodu**

* Přeji si vyšetření miminka pediatrem na mém těle
* Nepřeji si, aby miminku nebyly natahovány končetiny pro měření, a to bylo provedeno až další den po porodu
* Přeji si odstřižení pupeční šňůry ihned po narození / až když dopulzuje
* Přeji si / nepřeji si, aby byl miminku podán vitamín K
* Přeji si / nepřeji si vykapání očí miminka
* Přeji si / nepřeji si, aby bylo miminko po porodu umyto
* Mám / nemámv plánu kojit miminko
* Přeji si vyčkání přirozeného porodu placenty bez tahání za pupeční šňůru

1. **Oddělení šestinedělí**

* Přeji si trvalý pobyt společně s dítětem, pokud to stav dovolí
* Nepřeji si dokrmování dítěte, v případě nutnosti až po konzultaci se mnou
* Pahýl po pupeční šňůře nechat samostatně odpadnout

1. **V případě císařského řezu**

* Pokud to bude možné, preferuji úplnou / spinální anestezii
* Přeji si, aby byl můj doprovod přítomen během celého zákroku
* Přeji si, aby bylo miminko přiloženo k prsu ihned po narození
* Přeji si trvalý pobyt společně s dítětem, pokud to stav dovolí

1. **Další přání**

* Souhlasím / nesouhlasím s přítomností studentů u porodu
* Pokud bude možnost, přeji si nadstandardní pokoj