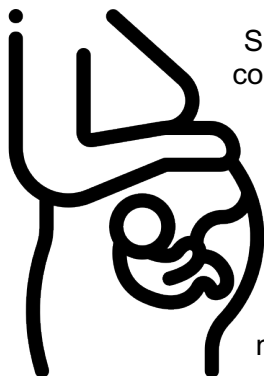


Pla de naixement

L'equip d'obstetrícia de l'Hospital Germans Trias us ofereix una atenció al part basada en el respecte, seguretat i professionalitat, centrada en les necessitats de la persona gestant/parella/nadó.

Per tal de millorar la vostra experiència de part us oferim aquest document que pretén recollir les vostres preferències, desitjos i expectatives en tot el procés d'hospitalització part i post part.



Si teniu dubtes sobre les diferents alternatives del Pla de naixement podeu consultar amb la vostra llevadora. A la web de l'hospital trobareu informació relacionada (www.germanstrias.cat a l'apartat de pacients clicar a "Estic embarassada").

La llevadora serà el vostre professional de referència i us acompanyarà durant tot el procés de part mantenint contacte en tot moment amb la resta de l'equip (obstetres, pediatres, anestesiòlegs, infermeres i auxiliars), que vetllaran per la vostra salut i la del vostre nadó.

Si el vostre part és programat, induït o per cesària, intentarem respectar el màxim possible les vostres preferències; heu de tenir present que qualsevol alteració de la normalitat o imprevist clínic poden fer necessari canviar la manera d'actuar segons s'estableix als protocols del servei depenent de la situació que es doni, s'individualitzarà cada cas.

Vull estar:

- Sense acompanyant
- Amb acompanyant. Nom: _____

Ambient i espai físic

Al nostre hospital tenim 3 sales d'exploració, 4 boxs d'observació, 2 dutxes, 4 boxs de dilatació amb lavabo incorporat, 2 sales de part, 1 quiròfan, 2 sales de reanimació/despertar i 1 sala de part natural.

Sempre que sigui possible, preferiria:

- Fer servir la sala de part natural (dilatació i part en únic espai i aplicació del Protocol d'atenció al part natural sense anestèsia)
- Fer servir el circuit convencional de part (box de dilatació, sala de part i reanimació)

Atenció durant la dilatació

La llevadora/equip assistencial us informará en tot moment sobre l'evolució del treball de part i sobre els procediments que calgui fer.

Quan ingressis es farà una analítica per banc de sang (que es compararà després amb la sang del vostre nadó) i es deixarà canalitzada una via intravenosa per si fos necessària una

Durant la dilatació, sempre que no hi hagi cap contraindicació, podreu beure líquids,

preferentment aigua, infusions o begudes isotòniques per mantenir-vos hidratades.

Per tal de valorar la progressió del part es faran les exploracions vaginals adients a cada cas i s'auscultarà la freqüència cardíaca del vostre nadó amb monitorització externa per tal de controlar el benestar fetal i la dinàmica uterina (contraccions).

Si és necessari l'ús d'oxitocina, altres fàrmacs, analgèsia peridural o es produeix alguna situació de risc us ho farem saber i el control del benestar fetal és farà de manera continua, si no és el cas, preferiria:

- Monitoratge extern continu
- Monitoratge extern intermitent (hi haurà estones en que podreu caminar, variar de posicions...)
- Vull tenir tota la informació i que es consulti la meua opinió si és necessari trencar bossa de manera artificial o administrar medicació durant el part
- No tinc preferències, l'equip assistencial valorarà la conveniència dels controls i accions a efectuar.
- Altres opcions, especificar:

Mètodes per alleugerir el dolor

Podreu decidir si voleu anestèsia peridural durant el part o fer servir altres mètodes, la llevadora us acompanyarà i donarà suport psicològic i emocional i us informarà sobre les alternatives en cada etapa del part, podreu decidir sobre:

- Vull un part natural i poder disposar de les eines de suport al part que proporciona la sala de part natural del vostre hospital: balancí, banyera de dilatació, cordes, cadira de part, llit obstètric articulat, pilotes, dutxa...
- Vull anestèsia peridural el més aviat possible.
- Mentre no porti anestèsia vull tenir possibilitat de moure'm lliurement, escollir si s'escau mètodes alternatius per alleugerir les molèsties i decidir quan necessiti l'anestèsia peridural.
- Poder optar a diferents intensitats de llum.
- Escoltar música (portaré aparell reproductor/mòbil amb auriculars).
- Portar elements de confort propis (coixins, màrfega, altres).
- Fer servir el material de suport que em proporcioni l'hospital per ser utilitzat durant el procés de part: pilota obstètrica, coixins, cinturó tèrmic, cadira de part, mirall, dutxa, massatge amb pressió... segons les meves necessitats.
- Relaxació i tècniques de respiració.
- Dutxa amb aigua calenta.
- Durant la dilatació faré servir altres mesures alternatives que **utilitzo habitualment i portaré el meu material o tractament i l'aplicaré amb ajuda de qui m'acompanya**. Especifiqueu quines seran:
 - Aromateràpia
 - Homeopatia
 - Flors de Bach
 - Acupuntura/Acupressió
 - TENS
 - Altres
- No tinc preferències

Atenció al naixement

El naixement és un moment únic, la llevadora us aconsellarà perquè pugueu participar-hi activament, segons les vostres necessitats i les del nadó, us recomanarà posicions que poden afavorir el naixement del vostre nadó intervenint el mínim necessari.

Evitem l'ús d'episiotomia (tall per permetre que surti el nadó) de forma sistemàtica, per això fem protecció activa del perineu durant el naixement, tot i així hi ha situacions en les que cal fer-la.

- Vull que em consultin en cas que sigui necessari fer episiotomia.

Sempre que sigui possible m'agradaria:

- Que qui m'acompanyi pugui ajudar-me tota l'estona.
- Que el naixement del meu nadó es produeixi amb la màxima intimitat possible, disminuir estímuls auditius i lumínics a sala de parts/quiròfan.
- Poder disposar de música durant el part (pots portar el teus aparells, cas de cesària hi ha opció de música dintre de quiròfan).
- Que em dirigeixin les contraccions.
- Esperar a tenir ganes per començar a fer els espoderaments (no dirigits).
- Tenir un mirall per veure el naixement.
- Escollir la posició més adient per fer els espoderaments, en cas de peridural m'agradaria estar en una posició incorporada.
- No tinc preferències en quant a la posició de part.
- Altres opcions, especificar:

Després del part

El període de deslliurament es produeix entre el naixement del vostre nadó i la sortida de la placenta. Al nostre hospital administrem una dosi única d'oxitocina donat que està demostrat que redueix el risc de hemorràgia en el postpart¹.

- Estic d'acord amb les recomanacions del servei.
- Prefereixo fer un deslliurament espontani i esperar que la placenta surti sola, no vull administració d'oxitocina².
- No tinc preferències.
- M'agradaria endur-me la placenta³
- Altres opcions, especificar:

Quan neixi la vostra criatura afavorirem el contacte immediat pell amb pell mare/nadó i intentarem interferir el mínim possible per fomentar el vincle. Durant les primeres dues hores de vida, el vostre nadó estarà despert i reactiu. Estant en contacte regularà millor el ritme cardíac, la seva temperatura, la glucosa en sang, activarà el sistema immunitari i s'iniciarà la lactància de la manera més fisiològica.

¹ Administració de 10 unitats d'oxitocina intramuscular o endovenosa després del naixement. Aquest procés acostuma a trigar uns 10 minuts. Aquest abordatge pot provocar nàusees i vòmits tot i que és un efecte secundari molt poc freqüent

² Normalment aquest procés dura una hora. Aquest abordatge fisiològic té un risc lleugerament augmentat de sagnat postpart

³ Si et vols endur la placenta has de fer la sol·licitud per escrit. Parla amb la teva llevadora o obstetra.

Després d'aquest primer contacte farem les cures necessàries i valoració del nadó en vuestra presència.

- M'agradaria fer pell amb pell de manera immediata amb el meu fill/a.
- En cas que jo no pogués fer-ho, vull que qui m'acompanya faci contacte pell amb pell.
- Vull fer donació de sang de cordó, porto el consentiment signat. El pinçament es farà al minut de vida.
- M'agradaria que el cordó umbilical no es tallés fins que deixi de bategar.
- Altres opcions, especificar:



Després del part restareu un parell d'hores al box de reanimació/despertar fins que pugueu pujar a la planta d'hospitalització, juntament amb qui us acompanya i el vostre nadó.

Abans de pujar a planta s'haurà administrat al vostre nadó una dosi de vitamina K (redueix el risc d'hemorràgia neonatal). La via d'administració recomanada és la intramuscular, ja que amb una única dosi s'assegura l'eficàcia. També li administrarem una dosi de pomada antibiòtica oftàlmica com a profilaxi de l'oftalmia neonatal, ho farem després del primer contacte per interferir el mínim possible.

- Estic d'acord amb les profilaxis recomanades (vitamina K i pomada oftàlmica) posposades al primer contacte amb el meu nadó.
- Vull que la vitamina K sigui administrada via oral al meu nadó, sé que la seva eficàcia és menor que la dosi única intramuscular i que són necessàries més dosis, però ho accepto i signaré el consentiment informat a on em comprometo a administrar-li la resta de tractament.
- No vull que s'administri vitamina K al meu nadó.
- No vull que s'administri pomada oftàlmica al meu nadó.
- Altres opcions, especificar:

Durant la meva estada a hospitalització

En cas que el vostre part hagi estat per cesària estareu ingressada 48/72h i si el part ha estat via vaginal 24/48 hores.

Oferim el Programa d'Alta Coordinada (24-36 h postpart) a les mares que hàgiu tingut un part i post part sense complicacions i sense factors de risc; en aquests casos es coordina un control en 24h amb la llevadora de l'ASSIR/Hospital.

- Vull ser present durant les cures o procediments que se li facin (exploració, ...)
- Vull que se'm consulti abans d'administrar al meu nadó qualsevol tractament, aliment,...
- No tinc preferències.

Alletament matern

El nostre hospital està compromès en la promoció i educació sobre l'alletament matern. És per això que treballem per tal d'oferir-vos informació i suport durant l'embaràs, part i postpart.

Coneixedors dels beneficis de l'alletament matern, tant per a la mare com per la criatura, els professionals del nostre hospital estem treballant per obtenir l'acreditació IHAN (Iniciativa per a la Humanització del Naixement i la Lactància) adoptant les pràctiques que protegeixin, promoguin i donin suport a l'alletament matern exclusiu des del naixement.

La IHAN te com a objectiu treballar amb els hospitals i centres de salut per aconseguir que l'alletament matern sigui la norma i forma òptima d'alimentar els nadons.

M'han informat de:

- Lactància materna a demanda
- La importància de l'alletament matern per la salut
- La importància de l'alletament matern des del naixement fins els 6 mesos
- El contacte pell amb pell
- Les posicions i agafada al pit
- La cohabitació
- L'evitació de tetines i xumets
- Els signes d'una correcta transferència làctia i què fer si tinc dificultats

I m'agradaria:

- Vull donar pit i iniciar la lactància al més aviat possible.
- Vull fer alletament artificial

Observacions personals a afegir

Quan hagi omplert el teu pla de part, revisa'l amb la teva llevadora i porta'l el dia del part perquè l'equip que t'atengui conegui les teves preferències.

Data, nom, cognoms i signatura de la persona gestant:

En cas de cesària

En cas que el naixement del vostre nadó sigui mitjançant una cesària programada, l'obstetra us haurà informat sobre la intervenció quirúrgica i us haurà facilitat el consentiment informat perquè el signeu. Aquest document pot ser que l'hagueu signat i entregat a la consulta o bé que el porteu signat el dia de l'ingrés juntament amb la resta de documentació (pla de naixement, consentiment d'anestèsia i altres, si és el cas).

El dia escollit ingressareu per Urgències de Maternitat amb un **dejú mínim de 6h**.
En cas de qualsevol dubte, adreceu-vos als professionals de consultes externes.

L'equip obstètric de l'Hospital Germans Trias desitja que la vivència del naixement del vostre fill sigui el més satisfactòria possible, amb aquest objectiu es proporcionen les següents cures en les cesàries programades, amb anestèsia regional i sense risc de complicacions:

- Poder tenir acompanyament en tot moment per una persona de la vostra elecció.
- Possibilitat d'escoltar música de la vostra elecció pel naixement del vostre nadó.
- Possibilitat de veure el moment de naixement del nadó segons evolució de la intervenció quirúrgica.
- El pinçament del cordó umbilical en cesària es realitza al minut de vida del nadó. Durant aquest minut, l'equip que realitza la cesària estimularà i eixugarà el nadó, li posarà el *gorro* i posarà la pinça identificativa de cordó en el camp quirúrgic.
- Un cop pinçat i tallat el cordó s'iniciarà el pell amb pell sobre el teu pit, si així ho desitges i sempre que l'adaptació del nadó a la vida extrauterina sigui la correcta i així ho. En cas que no es pugués iniciar el pell amb pell o no vulguis, s'oferirà a l'acompanyant la possibilitat d'iniciar-lo.
- Les profilaxis neonatals es realitzaran durant el pell amb pell sempre que sigui possible.
- Es procurarà pesar el nadó al final de la intervenció quirúrgica intentant la mínima separació.
- Si tries alletar al pit, es facilitarà l'inici immediat i precoç de la lactància ~~materna~~.
- Independentment del tipus de lactància no s'interromprà el pell amb pell immediat.

Durant la cesària m'agradaria, sempre que sigui possible (excepte si és urgent/emergent):

- Tenir com a acompanyant a: _____
- No vull tenir acompanyant.
- Escoltar música durant el procés quirúrgic:
Tipus de música: _____
- No escoltar música durant el procés quirúrgic
- Veure sortir al meu nadó i mantenir contacte pell amb pell durant tot el procés quirúrgic.
- Si no puc fer-ho m'agradaria que qui m'acompanya fes el primer contacte pell amb pell amb el meu nadó.

La resta d'apartats del pla de naixement, "Després del part" i "Estada a l'hospital", són iguals tant si és part vaginal com cesària, podeu acabar d'emplenar-los segons les vostres preferències.

Si voleu especificar altres opcions no contemplades feu-ho en l'apartat següent:

- Altres: _____