

О партнерских родах

Сегодня партнёрские роды – довольно распространённое явление. В России они появились значительно позже, чем в Европе и Америке, но достаточно быстро набрали свою популярность. Попробуем разобраться, почему.

Партнёрские роды по-другому называют семейно-ориентированными родами. Если обычно женщина рождает в одиночку, находясь под присмотром акушеров и гинекологов, то партнёрские роды допускают присутствие близкого человека рядом с роженицей на протяжении всего периода родов. Чаще всего это муж, но в качестве партнёра может быть и любой другой человек: мама, сестра, близкая подруга или же психолог. Главное, чтобы рядом с этим человеком женщина чувствовала себя комфортно.

Именно благодаря тому, что рядом с роженицей находится помощник, который выполняет её просьбы, контролирует состояние и поддерживает настрой, она полностью концентрируется на родовом процессе, что может сделать его комфортным и даже приятным. Поэтому такие роды рекомендуют многие врачи, психологи, а также рожавшие таким образом женщины.

Каковы задачи партнёра на семейно-ориентированных родах?

Стоит отметить, что партнёрские роды – это не своеобразное развлечение. Будучи подготовленным к данному процессу, партнёр оказывает роженице моральную поддержку и помощь в случае необходимости, а не просто наблюдает роды со стороны.

Женщину нужно сопроводить в приёмное отделение родильного дома, когда у неё начались схватки либо же отошли воды со слизистой пробкой. При этом желательно, чтобы она не была вынуждена тащить все собранные сумки самостоятельно, а их достаточно много, и они могут быть тяжёлыми.

Некоторые женщины, особенно если они рожают впервые, могут эмоционально воспринять начало родов и запаниковать. В таком случае роженицу необходимо успокоить, проследить, все ли вещи собраны и оперативно выдвигаться в роддом. Партнёр должен действовать спокойно и без лишней суеты, чтобы лишний раз не нервировать женщину.

На протяжении родов партнёр контролирует состояние и самочувствие роженицы, чтобы позвать медицинский персонал при необходимости.

В процессе родов женщина сильно устаёт и не в состоянии контролировать ситуацию. Поэтому на партнёра возлагается обязанность отмечать время схваток и интервал между ними, а также следить, чтобы роженица ходила в туалет. Иногда женщины испытывают сильные болевые ощущения, но не дифференцируют их, а они могут быть вызваны из-за того, что мочевого пузыря наполнен. Партнёр ежечасно предлагает роженице сходить в туалет. При этом желательно сопровождать её туда, чтобы поддержать, если по пути женщину застанет схватка.

По просьбе роженицы нужно дать ей попить. Не стоит забывать, что многих женщин во время родов одолевает жажда, поэтому в роддом с собой необходимо взять достаточное количество воды.

Чтобы периоды родов быстрее сменяли друг друга, врачи рекомендуют больше ходить и использовать фитбол. В процессе ходьбы или упражнений может начаться схватка,

поэтому женщина может потерять равновесие. Нужно быть рядом с роженицей во время выполнения физических нагрузок, чтобы поддержать её.

Партнёр чётко должен выполнять указания врачей, чтобы не помешать их деятельности. Не нужно высказывать собственное мнение, что-то советовать и мешать медицинскому персоналу выполнять свою работу. Врачи знают, как вести роды и что лучше сделать для рождения здорового малыша, а излишняя суета их только отвлекает.

Ну и, конечно, первоочередная задача – обеспечение спокойствия и комфорта для женщины. Нужно разговаривать с роженицей, держать её за руку, а также можно выполнять дыхательные упражнения во время схваток вместе с ней и делать ей массаж. Со специальными массажными техниками для рожениц можно ознакомиться на подготовительных курсах, а также при помощи различных обучающих материалов.