



INFORMACE

PRO NASTÁVAJÍCÍ MAMINKY



BABY FRIENDLY
HOSPITAL

OBSAH

Úvod	4-5
Informace o porodnickém oddělení a ambulanci	6-7
Předporodní příprava	8
Porod	9
Epidural, doprovod blízké osoby	10
Odběr pupečnickové krve	11
Kojení	12
Baby Friendly Hospital	13
Péče po porodu – systém rooming-in	14-15
Nadstandardní pokoje	16
Dětské oddělení	17
Co s sebou do porodnice	18
Nejčastější otázky	19



Milá budoucí maminko,

na porodnickém oddělení Nemocnice Šumperk a.s. dobře víme, že pro úspěšné završení těhotenství je nutná kvalitní péče a příjemný přístup. Porod u nás je tou správnou volbou. V této brožurce Vás seznámíme s porodnickým oddělením a no-

vozeneckým úsekem, možnostmi předporodní přípravy, průběhem porodu i poporodní péči. K zodpovězení dotazů Vám je plně k dispozici ošetřující personál.

Jsme pro Vás správnou volbou

- Zajistíme pro Vás a Vaše dítě komplexní spektrum odborné péče.
- Samostatné pokoje Vám při porodu zaručí maximální soukromí.
- Nabízíme nadstandardně vybavené pokoje.
- Samozřejmostí jsou moderní koupelny a sociální zázemí.
- Internetové (Wi-Fi) připojení zdarma.
- Pobyt maminek s dětmi umožňujeme 24 hodin denně.
- Rádi umožníme účast otce či jiné osoby u porodu.
- Na požádání provádíme porody v epidurální analgezií.
- Zajišťujeme odběry pupečnickové krve.
- **Nepřetržitě pro Vás zajišťujeme horkou linku kojení a laktální poradnu na tel.: 724 140 330 v pracovní dny od 8:00 do 20:00 hod.**
- Podporujeme poporodní bonding (kontakt matky s dítětem po porodu).
- Nabízíme Vám sestavení porodního plánu.
- Na webových stránkách nemocnice si můžete prohlédnout prostory našeho oddělení.
- Nabízíme cvičení, plavání a přednášky pro nastávající rodiče.
- Po porodu maminkám zajišťujeme léčebnou rehabilitaci.
- Novorozenecký úsek má statut centra intermedie péče o novorozence.
- Jsme nositelem prestižního titulu Baby Friendly Hospital.
- Před porodem Vás rádi seznámíme s prostředím a personálem.
- Nabízíme Vám citlivý klientský přístup - jsme tu pro Vás.

Informace o porodnickém oddělení a ambulanci

Diagnostickou, léčebnou a ošetrovatelskou péči poskytují erudovaní lékaři, porodní asistentky a dětské sestry Nemocnice Šumperk.

Porodnickou ambulanci navštěvují ženy:

- s rizikovou graviditou odeslané ošetřujícím gynekologem k dovyšetření,
- předané ošetřujícím gynekologem do péče před porodem,
- k monitoraci srdečních ozev plodu tzv. CTG,
- k ultrazvukovému vyšetření,
- přijímané k porodu.

V porodnické ambulanci můžete v klidu sepsat veškerou dokumentaci ještě před přijetím k porodu. K předběžnému vyplnění porodopisu je nutné se objednat na telefonním čísle 583 332 302. Na tomto čísle Vám také rádi poskytneme bližší informace o provozu ambulance a spektru poskytované péče. Aktuální informace naleznete také na www.nemocniceumperk.cz



Přednášky, kurzy cvičení a plavání

- Kurzy cvičení probíhají v tělocvičně rehabilitačního oddělení Nemocnice Šumperk.
- Kurzy plavání probíhají v prostorách bazénu rehabilitačního oddělení Nemocnice Šumperk. Na kurz je nutné se předem objednat na tel.: 583 332 302. Oba kurzy jsou vedeny pod odborným dohledem lektorky – porodní asistentky. Termíny a další informace naleznete na www.nemocnicešumperk.cz.
- Přednášky pro nastávající rodiče připravují lékaři a porodní asistentky Nemocnice Šumperk ve spolupráci s odborníky z terénu.
- Součástí předporodní přípravy jsou i prohlídky porodnického oddělení, nadstandardních pokojů a porodních pokojů, seznámení s prostředím.

Předporodní příprava

Abychom Vám co nejvíce usnadnili porod, připravili jsme pro Vás kurzy předporodní přípravy.

Bližší informace:
T: 583 332 302



Porod

Během porodu Vám nabízíme:

relaxační vanu LoveStory II, aromaterapii - voňavý porod, relaxační hudbu, masáže, balón, žebřiny, masážní sprchu, epidurální analgezii, bylinné obklady hráže (vaginální napářka).

V samostatném porodním pokoji je rodička v péči porodní asistentky v první době porodní, během samotného porodu i bezprostředně po něm, a to současně s narozeným dítětem. Samozřejmostí je možnost přítomnosti partnera nebo blízké osoby. Součástí každého porodního pokoje je vlastní sociální zázemí.



Součástí vybavení porodního sálu jsou pomůcky pro relaxaci, např. míče, ribstoly, žíněnka nebo porodnická „hruška“, které slouží k uvolnění v I. době porodní. Míče používáme k uvolnění pánevního dna, ribstoly slouží k relaxaci opíráním, žíněnka a porodnická hruška může pomoci zaujmout úlevovou polohu. Rodička může využít k omezení bolesti sprchování zad a podbřišku teplou vodou.

Při porodu si může rodička vybrat polohu pro ni nejpřirozenější, např. vertikální polohu, při níž je využívána gravitace, která napomáhá lepšímu průběhu. Porod lze zpříjemnit poslechem relaxační hudby a aromaterapií za pomoci vonných esencí. Aromaterapii poskytujeme prostřednictvím aromalampy nebo voňavé masáže. Podrobné informace Vám kdykoli poskytne porodní asistentka.

Epidurální analgezie

Tato metoda zlepšuje zásobení miminka kyslíkem a částečně urychluje průběh porodu. Je dokonale bezpečná.

Porod je pro každou maminku jeden z nejkrásnějších okamžiků v životě. Cílem Nemocnice Šumperk je pomoci Vám prožít tyto chvíle radostně, v psychické i fyzické pohodě a bez bolesti. Proto Vám nabízíme porod v epidurální analgezii, nazývaný též bezbolestným porodem.

V čem tato metoda spočívá? V určité fázi porodu, když se stahy dělohy stávají pro matku velmi bolestivé, je do bederní části zad injektováno anestetikum, které znecitliví krajinu břicha a pánve. Při tom je zachována pohyblivost rodičky a vnímání děložní činnosti

(rodička vnímá stahy jako mírné tlaky v podbřišku). Není tak narušena spolupráce matky a porodníka při tlačení ve II. době porodní.

Doprovod blízké osoby při porodu

V naší nemocnici umožňujeme maminkám přítomnost partnera nebo jiné blízké osoby u klasického i operačního porodu. O této službě

Vás informují porodní asistentky při přednáškách pro nastávající maminky nebo při příjmu v porodnické ambulanci.

Odběr pupečnickové a placentární krve

Pupečnicková krev je krev, která se nachází v placentě a pupeční šňůře miminka. Je bohatým a cenným zdrojem tzv. kmenových buněk, které jsou velmi mladé a mají oproti jiným kmenovým buňkám v těle mimořádně vysokou schopnost množit se a obnovovat nemocí poškozenou tkáň. Tyto kmenové buňky mohou zachránit život nebo zmírnit průběh onemocnění.

Pod dohledem Státního ústavu pro kontrolu léčiv zajišťuje gynekologicko-porodnické oddělení Nemocnice Šumperk odběry pupečnickové krve ve spolupráci s rodinnou bankou pupečnickové krve Cord Blood Center CZ. Porodnice rozšířila nabídku odběrů o možnost odběru placentární krve (tzv. odběr Premium), který navýší počet odebraných kmenových

buněk z pupeční šňůry. Odběr se provádí ve třetí době porodní po přestřížení pupeční šňůry. Odběr je naprosto bezbolestný a nepředstavuje žádné riziko pro dítě, ani maminku.

Pupečnicková krev, dar na celý život.

Společnost Cord Blood Center zprostředkovává na území České republiky zpracování, vyšetření, zamrazení a uskladnění pupečnickové a placentární krve a tkáně pupečnicku, zajišťuje také koordinaci odběrů pupečnickové a placentární krve mezi maminkou a porodnicí.



Cord Blood Center

Rodinná banka na uchování kmenových buněk z pupečnickové krve Vašeho dítěte.

Registrace a informace:

800 900 138
www.cordbloodcenter.cz

Kojení

O významu kojení a prvním přiložení dítěte k prsu Vás bude informovat porodní asistentka na porodním sále. Dítětko je poprvé přiloženo k prsu do půl hodiny po porodu. Pokud to jeho stav umožňuje, může s Vámi setrvat po celou dobu v porodním pokoji. Dle zdravotního stavu jste společně předáni na porodnické oddělení.

Dětské sestry a porodní asistentky Vás seznámí se správnou technikou kojení a budou připraveny Vám kdykoliv poradit v rámci laktční poradny

nebo telefonické horké linky kojení.

- Podporujeme přikládání k prsu bez omezování délky a frekvence kojení.
- Nepodáváme dětem čaj ani jiné náhražky mateřského mléka.
- Pokud Vaše dítětko bude potřebovat dokrmování, rozhodne o tom dětský lékař a strava bude podávána alternativním způsobem - stříkačkou po prstu.
- Při propuštění Vás bude lékař informovat o významu vylučného kojení do šestého měsíce věku dítěte.

Mateřské mléko je pro zdravý vývoj jedince nenahraditelné z hlediska nutričního, imunologického a psychologického.

Jako pracoviště s titulem Baby Friendly Hospital odchází z naší nemocnice téměř 90 % plně kojených dětí.



BABY FRIENDLY HOSPITAL

BABY FRIENDLY HOSPITAL

V roce 2004 získala nemocnice významné ocenění - titul Baby Friendly Hospital, což znamená „nemocnice přátelsky nakloněná dětem“. Jedná se o jednu z nejznámějších aktivit vyhlášenou organizací UNICEF. Ta titul celosvětově uděluje nemocnicím, jejichž dětská a novorozenecká oddělení splní náročná kritéria stanovená Světovou zdravotnickou organizací na podporu kojení jako jedné z hlavních podmínek zdravého vývoje dítěte.

Nabízíme Vám možnost celodenní telefonické konzultace s dětskými sestrami a porodními asistentkami Nemocnice Šumperk či s národní linkou kojení k problémům s kojením a péčí o novorozence.

Horká linka kojení je tu pro Vás 24 hodin denně:

Novorozenecké oddělení: **583 332 322**

Národní linka kojení: **261 082 424**

Laktční poradna: **724 140 330** (pro objednání volejte v čase od 8:00 do 20:00 hod.)

Péče po porodu

SYSTÉM ROOMING-IN

Na porodnickém oddělení Nemocnice Šumperk je zavedený rooming-in, což je systém zajišťující po porodu nepřerušovaný kontakt matky s novorozencem. Umožňuje mamince, aby mohla kojit tak, jak dítě potřebuje a naučila se co nejdříve o miminko pečovat. Pro dítě tento systém představuje nesporné výhody. Je-li novorozenec s matkou 24 hodin denně, může být kojen kdykoliv podle potřeby a dochází tak k rozvoji laktace. S péčí o novorozence mamince pomáhá dětská sestra a porodní asistentka.

Snahou všech pracovníků oddělení je, aby maminka během pobytu v naší porodnici porozuměla potřebám dítěte a miminko plně kojila. Budete proto informována o důležitosti kojení, o mateřském mléce potřebném pro správný tělesný a citový vývoj novorozence. Naučíme Vás pečovat o prsy a nabídneme pomoc v laktální poradně i po propuštění domů.

Respektujte prosím hygienické požadavky na ošetřování děťátka a pokyny pro zajištění jeho bezpečnosti.

- 1 Před každým kontaktem s dítětem si pečlivě umyjte ruce.
- 2 Dítě zásadně ošetřujte na přebalovacím stole nebo v postýlce. Nepokládejte dítě na svá lůžka, zvláště ne na jednorázovou podložku určenou pro Vás. Očistky jsou infekční materiál.
- 3 Nenechávejte dítě samotné na přebalovacím stole nebo na Vašem lůžku.

- 4 První dny po porodu přikládejte dítě k prsu tak často, jak samo vyžaduje. Při každém kojení přikládejte dítě k oběma prsům, tvorba mléka se tak urychlí. Pokud máte mléka dostatek, začněte prsy při kojení střídat. Nezapomeňte, že po kojení si dítě musí odříhnout.
- 5 Je-li dítě po napití neklidné, podívejte se, zda nepotřebuje přebalit, na chvíli ho pochovejte. Ke spaní dítě ukládejte střídavě na záda a na oba boky. Polohu na břišku pro spaní nedoporučujeme.
- 6 Při používání jednorázových plen není nutné dítě přebalovat při každém pomočení. Zadeček znečištěný stolici neutírejte suchou plenou, umyjte jej vodou a mýdlem, ošetřete mastí proti opruzením.
- 7 Použité jednorázové pleny odkládejte do určených nádob s nápisem „infekční odpad“, které jsou umístěny na WC.
- 8 Doporučujeme Vám, abyste z pokojů odcházely postupně tak, aby jedna maminka vždy zůstala na pokoji.
- 9 Nenoste jídlo z jídelny na pokoj. Potraviny přinesené z domu si ukládejte v jídelně porodnického oddělení, kde je pro Vás k dispozici lednice. Potraviny si do ní ukládejte označené.
- 10 Pro návštěvy je určena jídelna. Respektujte prosím soukromí ostatních maminek na pokoji.
- 11 Jste-li unavená a chcete odpočívat nebo spát, uložte děťátko do jeho postýlky. V žádném případě jej nenechávejte u sebe v lůžku!

Nadstandardní pokoje

Vybavení:

- obývací nábytek
- sprchový kout, WC
- televize
- lednice, varná konvice

Porodnické oddělení Vám nabízí čtyři nadstandardní pokoje, které jsou vybaveny lůžkem pro doprovod.

Při příjmu do porodnice nahláste porodní asistentce, že máte zájem o nadstandardní pokoj. Aktuální informace o cenách Vám poskytne personál gynekologicko-porodnického oddělení nebo je získáte na telefonním čísle 583 332 321 a na www.nemocnicešumperk.cz.



Milan Jeřábek, sumpersko.net

LÉKÁRNA

Nemocnice Šumperk a.s. - pavilon R

- Pro maminky a děti nabízíme péči v oblasti dětské a léčebné kosmetiky, výživy či ovocných a bylinných čajů.
- Kojící maminky si mohou vybrat potřebné doplňky pro podporu kojení.

Otevírací doba:

Po - Pá: 07:30 - 16:00 hod.

T: 583 334 542

E: lekarna@nemocnicešumperk.cz

Dětské oddělení Jednotka intenzivní péče

Součástí dětského oddělení je jednotka intenzivní péče, která je vybavená moderní přístrojovou technikou. Získala statut intermediárního neonatologického centra.

Zajišťuje tak péči o děti narozené od 34. týdne těhotenství. Komplexní péči o nezralé novorozence a novorozence s poruchou životních funkcí zajišťují erudovaní pediatři a dětské sestry.

Víte, co vzít s sebou do porodnice?

Potřeby pro maminku:

- těhotenská průkazka
- občanský průkaz
- průkaz pojištěnce
- mobilní telefon
- pohodlná domácí obuv
- 2 podprsenky pro kojící matky
- absorpční vložky do podprsenky
- jednorázové kalhotky
- toaletní potřeby (hřeben, tekuté mýdlo, tělové mléko, šampon, kartáček na zuby, zubní pasta, ústní voda, pomáda na rty)
- balení porodnických vložek
- župan, ručníky a vhodné noční košile (s rozepínáním vpředu)

Doporučujeme

panthenolovou mast na bradavky.

Potřeby pro miminko:

- jednorázové pleny na dobu pobytu
- oblečení na cestu domů dle ročního období

Co mít doma pro miminko?

- vanička, lehátko do vaničky, koupelový teploměr
- dětské mýdlo, dětský olej nebo pleťové mléko, nejlépe jedné kosmetické řady
- mast na opruzeniny
- bezbarvá dezinfekce na ošetření pupku
- vlhčené ubrousky pro občasné používání (na cestování)
- jednorázové pleny
- vatové štětičky
- kartáček na vlásy
- žínky, osušky
- lékařský teploměr
- kulaté nůžky na nehty

Nejčastější otázky

Provádí se u rodiček paušálně nástřih hráze a nálev (klyzma)?

„ Nástřih hráze ani klyzma paušálně neprovádíme. Hráz porodník nástřihuje podle průběhu porodu a podle individuálního stavu tkáně, ze které je hráz složena.

„ Klyzma je podáváno po dohodě s rodičkou. Pokud má žena zájem o šetrnější vyprázdnění střev, lze použít přípravky YAL, který si žena sama přinese.

Kdy dochází k prvnímu přiložení dítěte k prsu?

„ Pokud porod proběhl fyziologicky a dítě je v pořádku, přikládá porodní asistentka dítě k prsu ihned po jeho vybavení, a nebo provádíme poporodní BONDING.

Kde je umístěno dítě po porodu?

„ Na porodnici je praktikován systém rooming-in, což znamená, že pokud je dítě v pořádku, je umístěno na pokoji s matkou nepřetržitě.

Lze si předem prohlédnout porodní sál a porodnické oddělení?

„ Rádi Vám budeme k dispozici, prohlídky porodního sálu umožňujeme dle aktuální situace na sále.

Mgr. Anna Holinková
vedoucí porodní asistentka

T: 724 249 616

E: anna.holinkova@nemocnicesumperk.cz

Mgr. Vladislava Dajčová
vrchní sestra

T: 724 161 051

E: vladislava.dajcova@nemocnicesumperk.cz

**DĚLÁME VŠE PRO TO,
ABY BYL POROD ZÁŽITKEM,
NA KTERÝ BUDETE RÁDI
VZPOMÍNAT.**



**BABY FRIENDLY
HOSPITAL**

Nemocnice Šumperk a.s.
Nerudova 640/41, 787 01 Šumperk
www.nemocnicesumperk.cz

Porodnické oddělení: **583 332 321**
Porodní sál: **583 332 333**
Novorozenecký úsek: **583 332 322**
Ambulance porodnická - příjmová: **583 332 302**
Horká linka kojení: **583 332 322**
Laktační poradna: **724 140 330**
Národní linka kojení: **261 082 424**