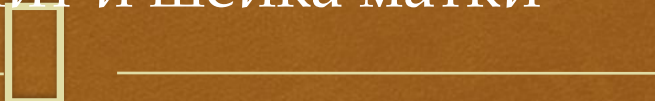


# Периоды родов

## *Первый период родов*

период раскрытия шейки матки. Из 1 мм шейки матки должно получиться 10 см. Почему 10 см?

Это средний диаметр головка малыша. Было бы здорово, если роженица спит и шейка матки раскрывается.



Увы, это нет так.

Первый период родов, является самым долгим (порядка двух третей всего процесса родов) и требует от роженицы наибольшего терпения.



- Как понять, что у Вас регулярные схватки и пора ехать в родильный дом?
- Схватки каждые 5 минут, продолжительностью 1 минуту, на протяжении 1 часа
- На что похожа по ощущениям схватка?
  - \* тянущие боли внизу живота по типу менструальных
  - \* боли в поясничной области
  - \* «живот как камень»



Не ждите, что боли с самого начала будут интенсивными, это будет похоже на паровоз, который набирает ход: болезненность, частота и продолжительность схваток будут усиливаться, начиная с 1 схватки по 5 секунд за 15 минут и заканчивая полным раскрытием шейки матки – схватки через минуту по 40 секунд.

- Если ухудшается самочувствие, излились о/п воды или появились кровянистые выделения – срочно уезжаем в родильный дом

# Обезболивание схваток



- Массажные техники (любые), возьмите массажер к примеру
- Душ, джакузи – за 5 часов в схватках - до 4 приемов душа и джакузи - до 2 часов нахождения в нем.
- Музыкаотерапия (собственный плейлист), суры, релакс – музыка
- Дыхание – интуитивное (по – собачьи, глубокое, дыхание по Кобаса)
- Фитбол
- Постоянное движение – ни в коем случае не лежать

## *Второй период родов*



- Период изгнания плода
- Роженица ложится на кушетку и начинает тужиться – рождают малыша. Движения один в один как при акте дефекации.
- Какие существуют позиции в родах:
  - Полусидячая
  - На боку
  - Вертикальная
  - Поза на корточках

## *Третий период родов*



- Период отделения плаценты/рождения последа
- Этот процесс не требует усилий от роженицы, плацента отделяется и рождается самостоятельно
- Длительность составляет 5-7 минут

## *Ревизия родовых путей*



- Акушером – гинекологом проводится ревизия родовых путей на предмет наличия разрывов
- В случае, если они есть, ушивание производится под местной анестезией – лидокаин (спрей)
- Процесс менее болезненный в сравнении со схватками

## *Ранний послеродовый период*



- родильница находится в горизонтальном положении на кровати
- ребенок находится с ней
- каждые 15 минут осуществляется массаж матки путем надавливания ладонью акушеркой на низ живота

Цель: профилактика раннего послеродового кровотечения



# Причины разрывов




1. Анатомические особенности, так называемая высокая промежность (когда расстояние между задним проходом и входом во влагалище составляет более 7-8 сантиметров)
2. Крупный плод
3. Тазовое предлежание
4. Отек промежности, который возникает при длительных потугах и слабости родовой деятельности
5. Стремительные роды или быстрые роды - 6 и 4 часа соответственно длятся роды.
6. Разрывы промежности от предыдущих родов.
7. Неподобающая защита промежности при выведении плечиков и головки малыша

# Как избежать разрывов



- Внимательно слушать акушерку, именно она принимает роды
- Взять с собой масло абрикосовой косточки для смягчения родовых путей
- Дыхание по Кобаса
- Дышать плавно – не должно быть резких движений
- Однако при наличии высокой или низкой промежности, крупного плода – разрыв вероятен

# Эпидуральная анестезия

- 
- Побочный эффект – боль в спине.
  - Показания для использованию:
    - снятие болевого синдрома
    - слабость родовой деятельности
    - дискоординация родовой деятельности
  - Представим ситуацию. Роженица при осмотре в 15.00 ч, раскрытие шейки матки 3 см. Спустя 4 часа, раскрытие шейки матки - 4 см, а должно быть 6-8 см. О чем это говорит? О слабости родовой деятельности. При этом роженица испытывает нестерпимые боли.



- Если у нас нет ЭА мы напрямую отправляемся в операционную, будет экстренное кесарево сечение. Однако при наличии такой возможности, как ЭА, мы используем ее, наступает мышечная релаксация, роженица наконец может отдохнуть и поспать, так как не чувствует боли, ее тело расслабляется и соответственно шейка матки начинает раскрываться.

Спустя 4 часа - полное раскрытие ш/м и теперь переходим ко второму периоду. То есть мы использовали ЭА по показаниям. В этом случае я "за" метод ЭА.

В других случаях, например, если роженица хочет избавиться от боли, пожалуйста ЭА. Единственное, врач должен ознакомить женщину с самыми распространенными видами осложнениями и их уровнем, и только после получения всех ответов на свои вопросы она может подписать письменное согласие на проведение обезболивания. Не бойтесь задавать вопросы врачам. Это их обязанность предоставлять вам информацию для принятия решения. Ведь это не только ваше здоровье и ваше тело. Это здоровье вашего ребенка.

## Окситоцин



- Это гормон, который отвечает за наличие схваток
- Если схваток нет либо схватки слабые, акушером – гинекологом вводится назначение синтетически произведенного окситоцина. Способ - внутривенно капельно
- Схватки при этом болезненнее, чем при естественном течении процесса
- Вызывающие / мне вызывали роды / стимулировали схватки – название в «народе»

# КЛИЗМЫ



- Я не рекомендую делать клизмы
- Один из предвестников родов – очищение кишечника, примерно за 2-3 дня до начала родов у беременной. Гормон эстроген, отвечающий за роды, ускоряет перистальтику кишечника и поэтому клизма не понадобится.
- Однако если сюрприз случится, помните, что для персонала это не новость.
- Есть такая пословица у акушеров «сначала какашка, потом балашка»