

תוכנית לידה – נקודות למחשבה

אנו, צוות המיילדות של שיבא, מאמינות כי תוכנית לידה היא כלי חשוב להכיר אותך כיוולדת ייחודית עם ציפיות והעדפות אישיות לך ולמלווין. אנו מאחלות לך לידה מעצימה.

תוכנית הלידה של _____

מלווים שאני רוצה איתי _____

פרטים מיוחדים שברצוני ליידיע את צוות חדר הלידה לגביהם :

דברים שחשובים לי מאוד או עזרו לי בלידות קודמות :

בקשות, רצונות ופנטזיות לגבי הלידה: _____

סמני את הסעיפים החשובים לך והתואמים להעדפות שלך:

חדר לידה

- () חשוב לי שאנשי הצוות יזדהו בשמם ובתפקידם.
- () אני מעדיפה שהמלווים שלי יהיו עמי בכל שלב, ככל שניתן.
- () חשוב לי לדעת מי המיילדת שלי, ואשמח אם במידת האפשר אבדק ואטופל רק על ידיה.
- () חשוב לי לקבל הסבר לפני כל בדיקה או התערבות רפואית, ולהיות מעורבת בקבלת ההחלטות.
- () אני מעוניינת בביצוע חוקן (מיקרולט - "מיקרו חוקן") לקראת הלידה.
- () אני מעדיפה ביצוע מוניטור רציף רק במידת הצורך.
- () אני מבקשת לאפשר לי שינויי תנוחה ותנועתיות, ככל האפשר, גם בזמן ניטור.
- () אני מעדיפה לקבל עירוי רק במידת הצורך. אם יהיה צורך בפתיחת וריד, אעדיף פתיחת וריד ופקיקתו, ללא עירוי פעיל.
- () אני מעוניינת לנסות ללדת ללא שינוך כאבים תרופתי - אשמח אם תסייעו לי באמצעים שונים, כמו כדור פיזיו, שימוש במים והסבר על שיטות מקלות נוספות.
- () אני מבקשת לא להציע לי תרופות לשינוך כאבים. אם אהיה מעוניינת בכך – אבקש.
- () אני מבקשת לעמעם אורות בחדר, כדי לסייע בידי ביצירת אווירה מרגיעה.
- () אני מבקשת להשמיע מוסיקה שהבאתי, כדי לסייע בידי ביצירת אווירה מרגיעה.

- () אני מעוניינת בשיכור כאבים תרופתי. אנא הסבירו לי על האפשרויות העומדות בפניי.
 - () אני מבקשת להימנע במידת האפשר מלחיצות לפני הופעת צורך ללחוך (רפלקס הלחיצה).
 - () אני מבקשת שתציעו לי תנוחות שונות ללחיצה, כדי שאוכל לבחור בשיתוף עם המיילדת את זו המתאימה לי ומסייעת לי ללחוך באופן יעיל.
 - () ביצעתי עיסוי לפרינאום לקראת הלידה.
 - () אם יתעורר צורך בביצוע חתך חיץ הנקבים (אפיזיטומי), אבקש ליידע אותי מראש.
 - () אני מבקשת ניתוק מושהה של חבל הטבור עד כ-3 דקות.
 - () אני מבקשת להשאיר את התינוק על גופי זמן ארוך ככל הניתן.
 - () אני מעדיפה שלפני הנחת התינוק על בטני, הוא ינוגב וינוקה או ייעטף.
 - () אני מבקשת שחיתוך חבל הטבור יעשה על ידי המלווה שלי / על ידיי.
 - () אני מעוניינת להניק הנקה ראשונה סמוך ללידה.
 - () אני מבקשת עזרה בהנקה הראשונה.
 - () אני מבקשת אפס הפרדה.
- בקשות נוספות: _____

מחלקת ילודים

- () חשוב לנו לקבל הסבר לפני כל בדיקה או התערבות רפואית לתינוק, ולהיות מעורבים בקבלת ההחלטות.
 - () אני מבקשת להניק בלבד - אנא ציינו זאת על העריסה.
 - () אני מבקשת להימנע ממתן מוצץ לתינוק.
 - () איני מעוניינת בהנקה, אך אשמח להאכיל את תינוקי בעצמי - אנא קראו לי במידת הצורך.
- בקשות נוספות: _____

מחלקת יולדות

- () אני מעוניינת בביות (in-Rooming) חלקי.
- () אני מעוניינת בביות (in-Rooming) מלא.

בקשות נוספות: _____