



ПОДГОТОВЬТЕСЬ ЗАРАНЕЕ

Составьте план родов.

March of Dimes знает, что даже в нынешней постоянно меняющейся ситуации, вызванной пандемией COVID-19, дети продолжают рождаться каждый день. Этот документ был разработан для того, чтобы вы могли заранее обдумать свои предпочтения, учитывая при этом правила учреждения, которое вы выбрали для родов. В конце этого документа приводятся вопросы, которые вы должны задать своему врачу, чтобы подготовиться к рождению вашего ребенка.

Ваши имя и фамилия

Имя, фамилия и контактная информация
вашего врача

Ожидаемая дата родов

Имя, фамилия и контактная информация
педиатра

1 Где вы планируете рожать?

2 Может ли кто-нибудь присутствовать во время родов для оказания вам поддержки? Если да, кого вы хотите пригласить?

Имя и фамилия _____

Телефон _____

Этим человеком является:

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Ваш спутник жизни | <input type="checkbox"/> Отец ребенка |
| <input type="checkbox"/> Член семьи | <input type="checkbox"/> Подруга (друг) |
| <input type="checkbox"/> Духовный наставник | <input type="checkbox"/> Доула |

3 Будет ли возможность получать виртуальную поддержку во время родов?

Способы получения виртуальной поддержки:

- | | |
|--------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> По телефону | <input type="checkbox"/> Skype |
| <input type="checkbox"/> FaceTime | <input type="checkbox"/> Facebook |
| <input type="checkbox"/> Zoom | <input type="checkbox"/> WhatsApp |

4 Можно ли вам принести собственное устройство (телефон/iPad)?

Да Нет

Есть ли в учреждении доступ к WiFi?

Да Нет

Предоставит ли учреждение устройство для получения виртуальной поддержки?

Да Нет

5 Какую поддержку вы хотите получать во время родов?

- Помощь с дыханием
- Помощь со схватками
- Массаж
- Помощь с передвижением
- Помощь с использованием вспомогательных средств (фитбола — круглого или в форме арахиса)
- Сенсорная поддержка (освещение, музыка)
- Иное _____

6 Вы хотите двигаться во время родов?

Да Нет

В каком положении вы хотите рожать?

Лежа

Сидя

Стоя

Иное _____

7 Вы хотите получить что-нибудь для облегчения боли во время родов? Что именно?

8 Вы хотите подержать ребенка в течение первого часа после рождения?

Да Нет

9 Вы хотите, чтобы врач подождал с зажимом пуповины?

Да Нет

10 Кого вы хотите попросить перерезать пуповину?

11 Вы хотите сохранить/сдать пуповинную кровь вашего ребенка?

Да Нет

12 Вы хотите, чтобы ваш ребенок все время находился с вами после родов? Или вы не против, чтобы он был помещен в палату для новорожденных?

Находился с вами все время

Был помещен в палату для новорожденных

13 Вы планируете кормить ребенка грудью?

Да Нет

14 Вы хотите встретиться с консультантом по грудному вскармливанию до выписки?

Да Нет

15 Вы хотите, чтобы вам сообщили, прежде чем дать вашему ребенку пустышку или молочную смесь?

Да Нет

16 Если у вас родится мальчик, вы хотите обрезания?

Да Нет

17 Вы хотите совершения каких-либо традиционных обрядов после рождения ребенка?

Да Нет

Укажите, каких именно _____

18 Кто является вашим контактным лицом в чрезвычайной ситуации?

Имя и фамилия _____

Кем оно приходится вам _____

Телефон _____

19 Вы хотите сообщить персоналу больницы или роддома дополнительную информацию, касающуюся вас и ваших родов?

Да Нет

Укажите, какую именно _____

20 Вы хотите, чтобы медицинский персонал НЕ использовал какие-либо определенные слова или выражения?

Да Нет

Укажите, какие именно _____

21 Вы хотите ограничить количество медицинского персонала в палате во время родов?

Да Нет

Готовясь к родам, позвоните в учреждение, где вы планируете рожать, и задайте следующие вопросы:

1 Может ли мой спутник жизни или другой человек, оказывающий мне поддержку, присутствовать в палате?

2 Если присутствие не разрешается, то каковы правила вашего учреждения в отношении получения виртуальной поддержки?

3 Если присутствие не разрешается, как ваши сотрудники будут оказывать мне поддержку и удовлетворять мои эмоциональные и физические потребности до и во время родов?

4 Как мой ребенок и я будем защищены от COVID-19 во время и после родов, и каковы правила, касающиеся ношения масок, для рожениц до и после родов?

5 Вы предлагаете виртуальный тур по вашему учреждению, чтобы я могла подготовиться к пребыванию в нем и к родам?

6 Что я могу принести с собой?

7 Будет ли мне проведен тест на COVID-19?

8 Что произойдет, если у меня будет положительный результат на COVID-19?

9 Что произойдет, если у моего ребенка будет положительный результат на COVID-19?

10 Когда обычно выписывают маму и ребенка в вашем учреждении?

11 Каковы правила вашего учреждения в отношении посетителей после рождения ребенка?

12 Какие еще правила в отношении пребывания в вашем учреждении и родов мне следует знать?

Когда вы придете, спросите:

1 Произошли ли какие-либо изменения в правилах вашего учреждения в отношении пребывания в нем и родов?

2 Могу ли я передвигаться во время родов?

3 Каковы правила в отношении приема пищи и жидкостей во время родов?
