

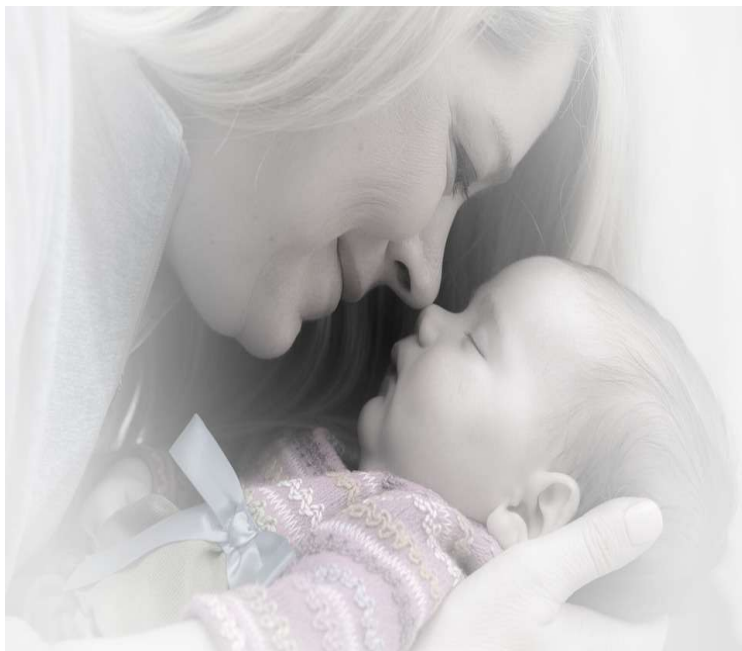


*Oddelenie gynekológie a pôrodnictva  
Perinatologické centrum – oddelenie neonatológie*

# *Sprievodca našou pôrodnicou*

Prešov 2026

Informácie pre budúce mamičky



### **Milé budúce mamičky**

**Pripravili sme pre Vás „ Sprievodcu našou pôrodnicou“, veríme, že Vám pomôže zodpovedať niektoré Vaše otázky a zároveň spolu zvládneme príchod Vášho dieťaťa, na ktoré sa všetci spolu s Vami tešíme.**

***Pôrodné asistentky, sestry a lekári Gynekologicko pôrodnického oddelenia a Perinatologického centra- oddelenia neonatológie v Prešove***

**Oddelenie gynekológie a pôrodnictva a Perinatologické centrum- oddelenie neonatológie sa nachádza na dvoch miestach v areály nemocnice - v chirurgickom monobloku na 9. a 10. poschodí a na 1. poschodí historickej budovy nemocnice.**

**Ročne sa v Prešove uskutoční približne 2 500 pôrodov.**

**O rodičky sa stará skúsený a odborne erudovaný tím pôrodných asistentiek, sestier a lekárov, ktorí sú vám k dispozícii počas celého pobytu. Stretnete sa s nimi už v predpôrodnej ambulancii pri konzultácii, vyplnení check-listu a natáčaní kardiokografického záznamu (CTG).**

**V prípade priaznivej hygienicko-epidemiologickej situácie umožňujeme aj prehliadku oddelenia a pôrodnického traktu a pripravujeme aj videoprezentáciu.**

*Ak sa Vám blíži čas pôrodu, je potrebné sa naň pripraviť.*

*V prípade, že ste už absolvovali psychofyzickú prípravu na pôrod a nasledujúce informácie budú pre Vás známe, berte to ako rekapituláciu.*

*Veríme, že Vám tento sprievodca zodpovie Vaše otázky a podá základné informácie o našej pôrodnici.*

## Kurz psychofyzickej prípravy na pôrod

V našej pôrodnici ponúkame od 28. týždňa tehotenstva kurzy predpôrodnej prípravy pod vedením certifikovaných pôrodných asistentiek. Počas kurzu získate praktické informácie a zručnosti, ktoré vám pomôžu prežiť záver tehotenstva, pôrod, šesťnedeľie aj prvé dni starostlivosti o bábätko s väčším pokojom, istotou a dôverou vo vlastné schopnosti.

Kurzu sa môžete zúčastniť spolu so svojim partnerom, aby ste sa takto pripravili na novú rodičovskú rolu.

**Prihlásiť sa môžete:**

**e mailom – [porodpresov@fnsppresov.sk](mailto:porodpresov@fnsppresov.sk)**

**Pozrite si našu stránku:**

**<https://www.fnsppresov.sk/psychofyzicka-priprava-na-porod-a-podporná-skupina-dojciacich-matiek/>**



## Váš pôrodný plán

Ak máte individuálne predstavy alebo želania týkajúce sa pôrodu, prineste si, prosím, svoj pôrodný plán do predpôrodnej ambulancie alebo na príjem na pôrodnú sálu. Spoločne si ho s Vami prejdú pôrodné asistentky, lekár a preberú, ktoré z vašich požiadaviek je možné zohľadniť a zabezpečiť vzhľadom na materiálne technické možnosti pôrodnice.

V situácii, kedy by mohlo dôjsť ku komplikáciám a boli by ste Vy alebo Vaše dieťa v ohrození, Váš pôrodný plán v zmysle bezpečnosti nebude dodržaný podľa Vašich požiadaviek, ale bude musieť byť prispôsobený vzniknutej situácii.

Základom dobrej spolupráce je otvorená komunikácia. Neváhajte sa pýtať a hovoriť o svojich potrebách počas pôrodu aj po ňom – práve vďaka vzájomnému porozumeniu vám vieme poskytnúť čo najkvalitnejšiu a najcitlivejšiu starostlivosť.

PÔRODNÝ PLÁN	
<input checked="" type="checkbox"/> P..... <input checked="" type="checkbox"/> L..... <input checked="" type="checkbox"/> A..... <input checked="" type="checkbox"/> N.....	
<b>Čo najčastejšie obsahuje</b>	
<b>1. doba pôrodná</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• nepretržitá prítomnosť sprevádzajúcej osoby</li><li>• možnosť voľného pohybu</li><li>• (ne)podanie klystíru</li><li>• možnosť príjmu stravy a tekutín</li><li>• predstavy o tlmení bolesti (používanie liekov)</li><li>• monitorovanie dieťaťa v ľubovoľnej polohe</li><li>• "pustenie vody" - amniotómia</li><li>• informovanosť o krokoch a postupoch</li><li>• rešpektovanie intimity</li></ul>	<b>2. doba pôrodná</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• polohovanie pri samotnom pôrode dieťaťa</li><li>• neurobenie nástrihu</li><li>• netlačenie na brucho</li><li>• dotepanie pupočníka</li><li>• podanie oxytocínu na aktívne vedenie 3. doby pôrodnej</li><li>• informovanosť o krokoch a postupoch</li><li>• pri cisárskom reze voľba anestézie</li></ul>
<b>3. doba pôrodná a popôrodné obdobie</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• bonding</li><li>• ošetrovanie dieťaťa (spôsob podania vitamínu K, váženie, meranie až po 2h)</li><li>• rooming-in a neoddeľovanie dieťaťa</li></ul>	

## Možnosti nadštandardných služieb v našej pôrodnici

### **Pobyť na nadštandardnej izbe**

Na našom oddelení ponúkame možnosť ubytovania na nadštandardnej izbe. Ak je izba voľná v čase Vášho prijatia na pôrodnú sálu, radi vám ju ihneď pridelieme. V prípade, že je momentálne obsadená, po jej uvoľnení ju pridelieme podľa poradia záujemkýň zapísaných v poradovníku, aby bol celý proces spravodlivý a transparentný. Cena izby je zverejnená v Cenníku FNŠP J.A.Reimana. Do poradovníka o nadštandardnú izbu sa môžu záujemkyne už vopred zapísať aj telefonicky – kontakt 051/7011124, 051/7011231. Na oddelení šestonedelia sú k dispozícii aj izby s tzv. vyšším štandardom, sú to tiež jednolôžkové izby s vybavením so samostatným WC a umývadlom, tiež TV a prebaľovací box. Táto izba je za nižší poplatok a je zvyčajne voľná bez objednávania vopred.

### **Výber lekára – pôrodníka**

Ak máte záujem o konkrétneho lekára pri pôrode, je potrebné ho osloviť vopred. Výber lekára – pôrodníka si totiž vyžaduje vykonať niekoľko administratívnych úkonov pred samotným pôrodom.

### **Výber pôrodnej asistentky**

Novinkou v našej pôrodnici je možnosť výberu pôrodnej asistentky. Pôrodná asistentka má vysokoškolské zdravotnícke vzdelanie (bakalárske alebo magisterské štúdium) a poskytuje komplexnú starostlivosť ženám počas tehotenstva, pôrodu aj šestonedelia.

Ak si želáte konkrétnu pôrodnú asistentku, musí byť zamestnaná priamo v našej nemocnici. Je plne kompetentná poskytovať odbornú aj psychickú podporu tehotným, rodiacim ženám i ženám po pôrode a v prípade fyziologického pôrodu je oprávnená viesť pôrod samostatne.

Služba výberu pôrodnej asistentky je spoplatnená, keďže ide o nadštandardnú starostlivosť. V prípade záujmu je potrebné kontaktovať vybranú pôrodnú asistentku vopred a administratívne zabezpečiť jej prítomnosť pri pôrode.

## Kedy mám prísť do nemocnice ?

### Do nemocnice sa prichádza v prípade:

1. ak Vám **odtiekla plodová voda** alebo máte pocit odtoku plodovej vody. Je potrebné, aby ste si doma dali čistú, najideálnejšie neparfumovanú hygienickú vložku a prišli do nemocnice. Odtok plodovej vody vieme potvrdiť jednoduchým vyšetrením, tzv. Temešváryho testom.
2. ak **krvácate** z rodidiel, takisto treba bezodkladne navštíviť nemocničné zariadenie.  
*Koniec tehotenstva býva sprevádzaný odtokom tzv. hlienovej zátky, ktorá môže obsahovať prímies krvi pochádzajúcej z krčka maternice. Pri otvárani bránky a progresii vaginálneho nálezu dochádza k porušeniu malých cievok v oblasti krčka, ktoré môžu spôsobiť špinenie alebo ružovkastý výtok – to je fyziologické, nemusíte mať strach, že sa deje niečo zlé.*
3. ak **nečítite pohyby plodu** ev. máte pocit slabších pohybov plodu.
4. ak začne **pravidelná kontrakčná činnosť**, čo znamená, že kontrakcie prichádzajú každých 5-10 minút, postupne sa zosilňujú a intervaly medzi nimi sa skracujú. A neustupujú ani po oddychu, zmene polohy, či sprche.
5. ak Vás **odošle na príjem gynekológ** napr. z dôvodu potermínovej gravidity alebo na základe zdravotného stavu Vás alebo Vášho dieťaťa.

***V prípade akýchkoľvek pochybností neváhajte a vyhľadajte odbornú pomoc ihneď!***

## **Aké doklady si mám zobrat' do pôrodnice?**

Medzi základnú a nevyhnutnú dokumentáciu patrí predovšetkým **tehotenský preukaz, občiansky preukaz a kartička poistenca.**

Ak ste počas tehotenstva absolvovali špecializované vyšetrenie (neurologické, hematologické, kardiologické, ortopedické a iné), alebo sa liečite na závažne ochorenie, je nevyhnutné, aby ste mali takúto dokumentáciu k dispozícii.

## **Čo mám očakávať po príchode do pôrodnice?**

Po príchode do nemocnice si Vás prevezmú do starostlivosti pôrodné asistentky, ktoré s Vami vyplnia potrebnú dokumentáciu a vykonajú vstupné vyšetrenia – zmerajú krvný tlak, pulz a telesnú teplotu, zaznamenajú vašu výšku a hmotnosť, vyšetria moč a natočia vstupný CTG záznam (kardiotokografiu), ktorý sleduje srdcovú činnosť dieťaťa a kontrakcie maternice. Následne službukonajúci lekár vaginálnym vyšetrením zhodnotí stav krčka maternice a doplní ultrazvukové vyšetrenie. Na základe všetkých vyšetrení a odobratí anamnézy lekár posúdi Váš stav a v spolupráci s Vami navrhne ďalší postup.

## **Aké otázky mám očakávať od lekára?**

Medzi najdôležitejšie informácie patria údaje o priebehu Vášho tehotenstva. Lekára bude zaujímať, či sa počas tehotenstva vyskytli komplikácie alebo hospitalizácie (napr. krvácanie, podozrenie na hypoxiu, preeklampsia a iné). Dôležitým údajom je aj prípadná diagnóza tehotenskej cukrovky, o ktorej je nevyhnutné vedieť pre správne vedenie pôrodu a správnu starostlivosť o rodičku i novorodenca. Rovnako podstatné sú informácie o vašich ochoreniach, alergiách a liekoch, ktoré užívate. Lieky, ktoré pravidelne beriete, si, prosím, prineste so sebou.

## **Ako často a kým budem vyšetrovaná?**

Vaginálne vyšetrenie slúži na objektívne zhodnotenie nálezu na pôrodných cestách (rozsah otvorenia krčka maternice, zostup hlavičky plodu, stav plodových obalov). Vyšetrenie realizujeme iba s Vaším súhlasom a v indikovaných prípadoch, kedy je potrebné zhodnotenie priebehu pôrodu. Pri pravidelnej kontrakčnej činnosti je to obvykle každé 2 - 3 hodiny, prípadne na žiadosť rodičky. Každé vyšetrenie je realizované s ohľadom na maximálne zachovanie intimity ženy.

## Prítomnosť otca alebo blízkej osoby pri pôrode

Naša pôrodnica umožňuje prítomnosť otca, Vám blízkej osoby, alebo pôrodnej asistentky, ktorá je zamestnancom našej nemocnice, vy ste si ju vybrali na základe vzájomnej zmluvy. O rozsahu a dĺžke ich pobytu na pôrodnej sále rozhoduje službukonajúci lekár podľa aktuálnej situácie na pôrodnej sále. Prosíme sprevádzajúce osoby pri pôrode o rešpektovanie pokynov zdravotníckeho personálu a zachovanie súkromia ostatných rodičiek.

*Sprevádzajúca osoba pri pôrode je skvelou oporou pre rodiacu ženu. Vie psychicky podporiť, poradiť, navigovať, aj motivovať. Je dôležité aby efektívne sprevádzala matku pri pôrode a aby sa pri pôrode, riadila pokynmi zdravotníckeho personálu.*

V súčasnosti v našej pôrodnici si ženy môžu vybrať aj pôrodnú asistentku zamestnankyňu nemocnice. Pred konečným rozhodnutím je vhodné absolvovať osobné stretnutie, počas ktorého si budúca matka môže vytvoriť dôverný vzťah a utvrdiť sa v predstave o spolupráci, priniesť si svoj pôrodný plán, alebo ho vytvoriť spolu s Vami vybranou pôrodnou asistentkou.

Pri cisárskom reze v spinálnej anestézii je tiež možná prítomnosť partnera alebo inej sprevádzajúcej osoby. O ich prítomnosti počas výkonu rozhoduje operátor a anestéziológ podľa aktuálneho zdravotného stavu rodičky. Ak je žena v celkovej anestézii, umožníme otcovi alebo blízkej osobe kontakt s novorodencom ihneď po pôrode. Ak to zdravotný stav dieťaťa dovoľuje – bude mu umožnený aj kontakt koža na kožu s novorodencom na pôrodnej sále.

***Táto služba je v našej pôrodnici bez poplatku.***

## Zopár informácií pre Vás

### **Klystír/ klyzma**

Na našom oddelení sa klyzma nepodáva rutinne. Tento výkon realizujeme výlučne po súhlase rodičky alebo na jej žiadosť. Zároveň však ide o bezpečný postup, ktorý nepredstavuje žiadne riziko pre matku ani pre dieťa. Naopak, klyzma môže u niektorých žien prispieť k lepšiemu komfortu rodičky počas pôrodu a v niektorých prípadoch môže mať benefit v podobe zosilnenia Vašich kontrakcií, čím sa podporí progresia pôrodu.

### **Príjem stravy a tekutín počas pôrodu.**

Na našom oddelení sa riadime aktuálnym stavom rodičky a priebehom pôrodu. Pri fyziologickom, nekomplikovanom pôrode je umožnený príjem ľahkej stravy v menších množstvách a dostatočný príjem tekutín. V prípade zvýšeného rizika komplikácii a predpokladu operačného ukončenia pôrodu je príjem stravy obmedzený a odporúča sa iba príjem tekutín v malých množstvách

### **Tlmenie bolesti počas pôrodu - aké sú možnosti?**

Každá žena prežíva bolesť individuálne. Na jej zmiernenie ponúkame široké spektrum farmakologických aj nefarmakologických metód, ktoré prispôbujeme vašim potrebám a aktuálnemu priebehu pôrodu.

V našej pôrodnici ponúkame rodičkám viacero možností nefarmakologickej úľavy od bolesti počas pôrodu. Medzi ne patrí teplá sprcha, vaginálna náparka, technika rebozo, masáž, aromaterapia, teplé obklady, kontrakčný hrebeň či loptička do ruky, fit lopta, muzikoterapia, voľný pohyb a úľavové polohy (napríklad s využitím pôrodného „arašidu“), ako aj dychové techniky pod vedením pôrodných asistentiek. Tieto metódy podporujú prirodzený priebeh pôrodu a pomáhajú žene efektívnejšie zvládať kontrakcie.

Medzi farmakologické metódy tlšenia bolesti, ktoré sú u nás dostupné patrí podávanie analgetík a spazmolytík, buď infúzne alebo do svalu. Podávanie liekov počas pôrodu je vždy starostlivo zvážené, pretože niektoré liečivá prechádzajú cez placentu a môžu ovplyvniť stav plodu. Okrem podania liekov existujú ešte ďalšie doplnkové možnosti, napr. Entonox (inhalačná zmes 50% kyslíka a 50% rajského plynu) alebo epidurálna analgézia.

Ak plánujete využiť epidurálnu analgéziu, je potrebné mať pri prijatí platné anesteziologické vyšetrenie. To si môžete vybaviť počas tehotenstva v chirurgickom monobloku na prízemí, bez objednania – stačí si priniesť tehotenský preukaz. Pri prijatí Vám zároveň odoberieme krv na hemokoagulačné vyšetrenie, ktorého výsledok je dôležitý pre anesteziológa podávajúceho epidurálnu analgéziu.

Výber vhodnej metódy závisí od aktuálneho štádia pôrodu, zdravotného stavu rodičky a plodu, ako aj od individuálneho želania ženy.

*Služba je v súčasnosti bez poplatku , podmienkou je však pred pôrodom aby ste absolvovali poučenie anesteziológom a svoj súhlas potvrdiť podpisom na informovanom súhlase.*

### **Antibiotiká – kedy a prečo sa podávajú?**

Podanie antibiotík má profylaktický význam, čiže slúži ako prevencia rozvoja infekcie u Vášho dieťaťa. Najčastejšie indikácie na podanie antibiotík sú GBS pozitivita t.j. pozitívna kultivácia z pošvy na Streptococcus agalactiae vykonávaná v 36. týždni tehotenstva, alebo pri odtoku plodovej vody ak nenastane pôrod do 12 hodín od dokázaného odtoku plodovej vody.

### **Indukcia pôrodu – prečo a kedy sa vykonáva?**

Indukcia pôrodu slúži na vyvolanie pôrodnej činnosti s následným pôrodom prirodzenou cestou.

K vyvolávaniu pôrodu pristupujeme v prípade fyziologického priebehu gravidity najčastejšie z dôvodu potermínovej gravidity.

Rodička je prijatá na oddelenie spravidla v 41+0 až 41+2 týždni tehotenstva. V rámci príjmu bude na pôrodnej sále vyšetrená lekárom, aby zhodnotil pôrodnický nález (tzv. “zrelosť” pôrodných ciest – dĺžku, otvorenosť a konzistenciu krčka maternice). Lekár následne rozhodne, či je nález vhodný na vyvolanie kontrakcií (indukcia pôrodu) alebo je potrebné pôrodné cesty na pôrod pripraviť (preindukcia pôrodu).

### **Metódy preindukcie sú:**

- mechanické – najčastejšie ide o zavedenie foley katétra tzv. „balónik“ do krčka maternice kde pôsobí na otváranie a zmäknutie pôrodných ciest
- farmakologické – pomocou liekov – prostaglandínov.

**Preindukcia** pôrodu môže trvať aj niekoľko dní, pričom sa vždy zohľadňuje zdravotný stav rodičky a plodu.

V rámci samotnej indukcie pôrodu máme tieto možnosti:

- aplikácia prostaglandínov do pošvy
- podanie prostaglandínov v tabletkách cez ústa
- rozrušenie plodových obalov (amniotómia) s následným odtokom plodovej vody
- infúzia s oxytocínom, ktorý má vyvolať účinné pôrodné bolesti – kontrakcie.

Pôrod je potrebné vyvolať tak, aby tehotenstvo netrvalo dlhšie ako 42+0 týždňov tehotenstva.

## **Oxytocín – čo to je a kedy je potrebný ?**

Aby pôrod postupoval, je potrebná dostatočne silná a pravidelná kontrakčná činnosť. Kontrakcie sa postupne predlžujú, intervaly medzi nimi sa skracujú a dochádza k otváraniu krčka maternice a zostupu hlavičky (prípadne zadočka) do panvy. Ak sa však napriek kontrakciám pôrodný nález nemení a pôrod sa predlžuje, môže ísť o nedostatočnú kontrakčnú činnosť. V takom prípade môže lekár odporučiť podanie infúzie s oxytocínom, ktorý podporí a zosilní sťahy maternice. Oxytocín nepodávame rutinne, ale výlučne na základe medicínskej indikácie. Ide o syntetickú formu hormónu, ktorý si telo prirodzene vytvára aj pri spontánnom pôrode.

## **Amniotómia – prepichnutie plodových obalov, kedy sa robí a prečo?**

**Amniotómia** (dirupcia vaku blán) je prerušenie plodových obalov s cieľom podporiť postupovanie pôrodu. Samotný výkon nie je bolestivý. Po odtoku plodovej vody hlavička intenzívnejšie nalieha na dolný segment maternice, čo môže zvýšiť prirodzené vyplavovanie oxytocínu a zosilniť kontrakcie.

## **Pôrod**

### **Starostlivosť o Vás v I. dobe pôrodnej, tzv. otváracia fáza**

Prvá doba pôrodná začína pravidelnou kontrakčnou činnosťou maternice, ktorá vedie k postupnému otváraniu krčka maternice. Počas I. doby pôrodnej starostlivo monitorujeme stav vášho bábätka počúvaním oziev plodu a natáčaním CTG záznamu v pravidelných intervaloch. V rámci starostlivosti na pôrodnej sále štandardne zavádzame vnútrožilový (i.v.) prístup – kanylu do žily, ktorá slúži na rýchle podanie liekov a tekutín vo forme infúzií, a tiež umožňuje zdravotníckemu tímu okamžite reagovať pri vzniku akútnych komplikácií, akými sú napríklad závažné popôrodné krvácanie. Počas prvej doby pôrodnej môžete využívať rôzne pomôcky a techniky na tlmenie bolesti, odporúčame aj voľný pohyb, ktorý podporuje správnu rotáciu hlavičky dieťaťa v panve. Ak pôrod prebieha fyziologicky, starostlivosť zabezpečujú pôrodné asistentky, pričom lekár v pravidelných intervaloch kontroluje jeho priebeh. I. doba pôrodná trvá až do zániku bránky, kedy okraje krčka maternice splynú s pošvou stenou, čím vytvoria súvislý pôrodný kanál a pôrodné cesty sú tak pripravené na pôrod dieťaťa.

### **II. doba pôrodná tzv. vypudzovacia fáza**

Druhá doba pôrodná je fázou samotného pôrodu dieťaťa. Kontrakcie sú v tejto fáze intenzívne a prichádza čas aktívneho tlačenia. Naše pôrodné asistentky vám pomôžu zvoliť vhodnú polohu, vysvetlia správnu techniku dýchania a usmernia v tlačení tak, aby bolo efektívne a zároveň čo najšetrnejšie pre vás aj vaše bábätko. Ak to okolnosti dovoľujú, bezprostredne po pôrode Vám bábätko položíme na hrudník do kontaktu koža

na kožu, aby ste si mohli užiť prvé spoločné chvíle. Pupočník nechávame dotepať, aby vaše dieťaťko získalo všetku krv z placenty, ktorá mu prirodzene patrí. Následne ho môže za asistencie pôrodníka prestrihnúť sprevádzajúca osoba pri pôrode.

### **III. doba pôrodná – pôrod placenty**

Na našom oddelení v súlade s odporúčaniami Slovenskej gynekologicko-pôrodníckej spoločnosti a WHO vedieme III. dobu pôrodnú aktívne, čo znamená, že po pôrode dieťaťka sa podáva vnútrožilovo oxytocín, ktorý skracuje dobu odlučovania placenty, čím sa významne znižuje krvná strata, ev. Vám po pôrode placenty aplikujeme injekciu s Methergínom, ktorý obdobne ako Oxytocín pomáha kontrahovaniu maternice a zabráneniu zbytočným krvným stratám. Významne tak redukuje potrebu transfúzií krvi po pôrode. Po pôrode placenty je nevyhnutné skontrolovať prípadné pôrodné poranenia, ktoré následne ošetríme za použitia lokálnej anestézy.

### **Epiziotómia – nástrih hrádze a iné pôrodné poranenia**

V našej pôrodnici vykonávame epiziotómiu (nástrih hrádze) iba v medicínsky indikovaných prípadoch. Uprednostňujeme prirodzenú ochranu hrádze – podporujeme vhodné polohy, teplé obklady a šetrné vedenie pôrodu, aby sme riziko poranenia čo najviac znížili. Ak je epiziotómia potrebná v záujme bezpečnosti rodiacej ženy alebo bábäťka, vykonáva sa v lokálnej anestézii a následne je dôkladne ošetrená.

### **Komplikácie**

Hoci sa snažíme, aby bol pôrod čo najbezpečnejší niektorým pôrodným či popôrodným komplikáciám nie je vždy možné úplne predísť. V takýchto situáciách postupujeme podľa overených medicínskych postupov a robíme všetko pre to, aby sme zabezpečili čo najlepší možný výsledok pre Vás aj Vaše dieťaťko.

### **Kontakt koža na kožu po pôrode**

V našej pôrodnici podporujeme bezprostredný kontakt koža na kožu matky a novorodenca ihneď po pôrode. Tento prvý kontakt má veľký význam - pomáha novorodencovi lepšie sa adaptovať na nové prostredie, stabilizuje jeho dýchanie, srdcovú činnosť aj telesnú teplotu. Pokiaľ to zdravotný stav dovolí, tento kontakt prebieha nerušené a v pokojnej atmosfére, aby ste si mohli naplno vychutnať vaše prvé spoločné chvíle.

V prípade cisárskeho rezu v spinálnej anestézii je kontakt koža na kožu matky a novorodenca takisto možný.

Je dobré pokračovať v kontakte koža na kožu aj na oddelení, kedykoľvek sa na to cítite.

#### **IV. doba pôrodná**

Po pôrode a ošetrení prípadných pôrodných poranení zostávate ešte približne 2 hodiny pod dohľadom pôrodných asistentiek na pôrodnej sále. Ide o obdobie tzv. včasného (raného) šestonedelia, počas ktorého pravidelne kontrolujeme krvácanie a tonus maternice, aby sme sa uistili, že všetko prebieha fyziologicky. V tomto čase môžete prijímať menšie množstvo tekutín, strava sa zatiaľ nepodáva z dôvodu prevencie možných komplikácií.

Bábätko je počas tohto obdobia s Vami v kontakte koža na kožu a podporujeme aj prvé priloženie k prsníku a začiatok dojčenia.

Ak je všetko prebehne bez komplikácií, po približne dvoch hodinách budete prevezená na oddelenie šestonedelia. Tam vám bude podané jedlo a budete mať priestor na oddych. Následne, v sprievode nášho personálu, absolvujete prvé vstávanie a hygienu v sprche.

**Ako spomienku na tieto chvíle si od nás odnesiete otláčok chodidiel  
Vášho bábätka.**

**Kolektív pôrodných asistentiek a lekárov GPO**



## Starostlivosť o novorodenca po pôrode

Prvé chvíle po narodení dieťaťa sú jedinečné a veľmi dôležité – nielen z hľadiska emócií, ale aj pre jeho zdravý štart do života. Starostlivosť o novorodenca prebieha podľa aktuálnych medzinárodných odporúčaní (WHO, UNICEF) a odporúčaní Slovenskej neonatologickej spoločnosti.

### Bezprostredne po pôrode – bonding (kontakt koža na kožu)

Ak to zdravotný stav mamičky a dieťaťa umožňuje, bábätko sa bezprostredne po pôrode ukladá na nahú hrud' matky a prikryje sa teplou prikrývkou. Tento kontakt trvá ideálne nepretržite približne 2 hodiny. Prvá hodina po narodení sa často označuje ako „**zlatá hodina**“ – predstavuje jednu z najdôležitejších adaptačných fáz v ľudskom živote. V tomto období je novorodenec prirodzene pripravený nadviazať kontakt s matkou, spontánne vyhľadáva prsník a začína sa proces vytvárania vzťahovej väzby.

Bezprostredne po narodení sa zhodnotí Apgar skóre, ktoré hodnotí základnú životaschopnosť dieťaťa (dýchanie, srdcovú činnosť, svalové napätie, reakciu na podnet a farbu kože). Toto zhodnotenie prebieha rýchlo a nebráni kontaktu koža na kožu.

Pre bezpečný priebeh bondingu je dieťa monitorované pulzným oxymetrom, ktorý neinvazívne sleduje okysličenie krvi a srdcovú frekvenciu. Monitorovanie umožňuje včas zachytiť prípadné zmeny zdravotného stavu bez potreby prerušenia bondingu.

### Prečo je bonding dôležitý?

- stabilizuje telesnú teplotu, dýchanie a srdcovú činnosť dieťaťa,
- podporuje prirodzené osídlenie pokožky materskou mikroflórou,
- znižuje stres novorodenca po pôrode a podporuje jeho pocit bezpečia
- umožňuje dieťaťu vnímať **vôňu, hlas a tlkot srdca matky**, ktoré
- pozná už z vnútromaternicového prostredia,
- podporuje vyplavovanie hormónu oxytocínu u matky – ten napomáha zavinovaniu maternice, znižuje popôrodné krvácanie a podporuje tvorbu mlieka,
  
- skracuje nástup laktácie a zvyšuje pravdepodobnosť úspešného a dlhodobého dojčenia,
- uľahčuje prvé prisatie k prsníku v období, keď je novorodenec prirodzene najaktívnejší,
- má utišujúci účinok – kombinácia kontaktu koža na kožu a vyplavovania oxytocínu zmiernuje vnímanie bolesti po pôrode,

- podporuje psychickú pohodu matky a môže napomáhať spracovaniu prípadne náročného alebo traumatického pôrodného zážitku,
- posilňuje vzájomnú citovú väzbu medzi matkou a dieťaťom a vytvára základ bezpečného vzťahu do budúcnosti.

***Bonding je prirodzený biologický proces***, ktorý podporuje fyzickú adaptáciu novorodenca na nové prostredie a zároveň má významný emocionálny a hormonálny prínos pre matku aj dieťa. Ak si to situácia vyžaduje a matka alebo dieťa nemôžu bonding absolvovať okamžite, je vhodné ho umožniť hneď, ako to ich zdravotný stav dovoľí.

### **Prvé komplexné vyšetrenie**

Prvé kompletné pediatrické vyšetrenie novorodenca sa môže po dohovore s matkou uskutočniť aj po ukončení bondingu, pokiaľ to zdravotný stav dieťaťa dovoľuje.

Je možné vykonať základné orientačné posúdenie dieťaťa aj počas kontaktu na tele matky, toto vyšetrenie má však svoje limity. Pri vyšetrovaní dieťaťa uloženého na hrudi matky nie je možné dostatočne posúdiť napríklad:

- symetriu tela a končatín
- rozsah pohybov
- prípadné pôrodné traumatizmy (napr. zlomeninu kľúčnej kosti, poranenia mäkkých tkanív),
- detailné vyšetrenie chrbtice či bedrových kĺbov.

Preto sa po bondingu vykonáva kompletné vyšetrenie na vyhrievanom lôžku, kde je možné dieťa bezpečne a dôkladne vyšetriť v celom rozsahu

### **Podanie vitamínu K (Kanavit)**

Po pôrode sa podáva vitamín K ako prevencia krvácavej choroby novorodenca, ktorá vzniká v dôsledku nízkych zásob vitamínu K. Tento vitamín je nevyhnutný pre správnu zrážanlivosť krvi.

#### **1. Intramuskulárne podanie (preferované)**

- jednorazová injekcia do stehienka v prvých hodinách po pôrode,
- poskytuje spoľahlivú ochranu počas prvých mesiacov života,
- má najnižšie riziko vzniku krvácavej choroby.

#### **2. Perorálne podanie (alternatíva)**

- podáva sa vo viacerých dávkach (u dojčených detí 1x týždenne do veku 10-12 týždňov),
- ochrana je nižšia ako pri injekčnom podaní,

- je potrebné dôsledne dodržať všetky dávky.

Intramuskulárne podanie vitamínu K je považované za najspôhlivejšiu formu prevencie.

### **Ošetrovanie očí – kredeizácia**

Po pôrode sa preventívne ošetrujú oči (povidón-jodidovým roztokom), aby sa predišlo závažnému zápalu spojiviek spôsobenému baktériami prenesenými počas pôrodu.

### **Dojčenie a dokrmovanie**

Uprednostňujeme výlučné dojčenie, pretože materské mlieko poskytuje ideálnu výživu aj ochranu pred infekciami.

Ak je z medicínskych dôvodov potrebné dokrmovanie, využíva sa:

- pasteurizované materské mlieko z banky ľudského mlieka (ak je dostupné),
- alebo adaptovaná mliečna formula podľa odporúčania lekára

### **Dokrmovanie môže byť indikované napríklad pri:**

- nízkom prírastku hmotnosti,
- hypoglykémii,
- výraznej novorodeneckej žltacke,
- zdravotných komplikáciách matky alebo dieťaťa.

Naše neonatologické sestry sú certifikovane vyškolené v podpore dojčenia a poskytujú individuálne poradenstvo už od prvého priloženia dieťaťa k prsníku.

### **Ďalšia starostlivosť počas hospitalizácie**

Sledujeme:

- príjem potravy,
- močenie a odchod smolky,
- telesnú teplotu,
- celkovú adaptáciu na nové prostredie.

Ak to zdravotný stav umožňuje, podporujeme systém **rooming-in** – spoločný pobyt matky a dieťaťa na izbe.

### **Skríningové vyšetrenia novorodenca**

Počas hospitalizácie sa vykonávajú **povinné skríningové vyšetrenia podľa odporúčaní Slovenskej neonatologickej spoločnosti a odborných usmernení Ministerstva zdravotníctva SR**. Ich cieľom je včas odhaliť ochorenia, ktoré sa spočiatku nemusia prejavovať viditeľnými príznakmi, no ich skorá diagnostika významne zlepšuje prognózu dieťaťa.

Na našom pracovisku zároveň realizujeme aj **odporúčané a nepovinné skriningové vyšetrenia**, ktoré rozširujú možnosti včasnej diagnostiky a prispievajú k vyššej bezpečnosti a komplexnej starostlivosti o novorodenca.

### **Povinné skriningové vyšetrenia**

- **Novorodenecký skrining – suchá kvapka krvi**  
odber krvi +z pätičky medzi 72. – 96. hodinou života,
- vyšetrujú sa vybrané vrodené a dedičné ochorenia (napr. kongenitálna hypotyreóza, kongenitálna adrenálna hyperplázia, cystická fibróza a vybrané dedičné metabolické poruchy).

### **Skrining kongenitálnej katarakty**

- vyšetrenie červeného reflexu,
- cieľom je včas zachytiť vrodený zákal šošovky.

### **Skrining sluchu**

- bezbolestné vyšetrenie (otoakustické emisie),
- umožňuje včas odhaliť poruchu sluchu.

### **Skrining vývojovej dysplázie bedrových kĺbov**

- cieľom je včas zachytiť nezrelosť alebo nesprávny vývoj bedrového kĺbu.

### **Odporúčané skriningové vyšetrenia realizované na našom pracovisku**

#### **Skrining kritických vrodených vývojových chýb srdca**

- vyšetrenie pulznou oxymetriou (meranie okysličenia krvi),
- pomáha odhaliť závažné vrodené chyby srdca ešte pred objavením príznakov.

#### **Ultrazvuk obličiek a močových ciest**

- hodnotenie veľkosti, tvaru a priechodnosti močových ciest,
- umožňuje včasné odhalenie vrodených vývojových chýb.

### **Nepovinné skriningové vyšetrenia**

#### **Ultrazvuk mozgu**

- vyšetrenie mozgových štruktúr cez veľkú fontanelu,
- slúži na zachytenie prípadného krvácania, nezrelosti alebo vývojových odchýlok centrálného nervového systému.

Všetky vyšetrenia sú realizované šetrne, s dôrazom na komfort dieťaťa. Včasná diagnostika umožňuje rýchle zahájenie liečby alebo ďalšie odborné sledovanie, čím sa významne zvyšuje šanca na zdravý vývoj dieťaťa.

## **Kritériá prepustenia novorodenca do domácej starostlivosti**

Prepustenie novorodenca do domácej starostlivosti sa riadi odporúčaniami Slovenskej neonatologickej spoločnosti. Dieťa môže byť prepustené, ak je jeho zdravotný stav stabilný a spĺňa nasledovné kritériá:

- má stabilné životné funkcie (primerané dýchanie, srdcovú činnosť a telesnú teplotu),
- je klinicky bez známok závažného ochorenia,
- prijíma dostatočné množstvo potravy (dojčenie alebo náhradná výživa sú efektívne),
- má hmotnostnú krivku v rámci fyziologických hraníc,
- spontánne močí a odchádza smolka alebo prechodná stolica,
- má zrealizované povinné skriningové vyšetrenia,
- nemá významnú novorodeneckú žltacku vyžadujúcu liečbu,
- matka je poučená o starostlivosti o dieťa, dojčení a rozpoznaní varovných príznakov. Podmienkou prepustenia je tiež zabezpečenie následnej starostlivosti – rodičia majú vybraného pediatra, u ktorého sa hlásia po prepustení novorodenca.

*Neváhajte nás kedykoľvek kontaktovať*

*Kolektív lekárov a sestier Perinatologického centra- oddelenie  
neonatólogie*





Každá žena je jedinečná – rovnako ako jej tehotenstvo a pôrod. Preto ku každej z vás pristupujeme individuálne, s rešpektom k vašim potrebám a očakávaniam. Našou prioritou je bezpečie a zdravie ženy aj dieťaťa, a všetky postupy volíme s maximálnou zodpovednosťou, v súlade s aktuálnymi odbornými poznatkami, našimi skúsenosťami a koncepciou gynekológie a pôrodnictva v EÚ.

V ojedinelých prípadoch si zdravotný stav môže vyžadovať špecifický postup pri vedení pôrodu. O takýchto situáciách vás vždy podrobne a zrozumiteľne informujeme, ak by nastali.

Veríme, že vám tento dokument pomôže lepšie sa pripraviť na pôrod a priblíži vám našu starostlivosť.

***Tešíme sa že ste si vybrali našu pôrodnicu !***