

* Роды - кульминация.

*Переходный и потужной периоды.
Рождение последа. Золотой час после
родов.*



ВО ВРЕМЯ СХВАТКИ ГЛУБОКОЕ ДЫХАНИЕ:
УГЛУБЛЕННЫЙ ВДОХ ЧЕРЕЗ НОС, УКОРОЧЕННЫЙ ВЫДОХ РТОМ.



????

НАБЛЮДАТЬ ПО ЧАСАМ
ЗА ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬЮ
ИНТЕРВАЛОВ
МЕЖДУ СХВАТКАМИ



ПОГЛАЖИВАТЬ НИЗ ЖИВОТА
КРУГООБРАЗНЫМИ ДВИЖЕНИЯМИ,
СОЧЕТАЯ ЭТО
С УГЛУБЛЕННЫМ ДЫХАНИЕМ:
ПРИ ПОГЛАЖИВАНИИ — ВДОХ ЧЕРЕЗ НОС,
ПРИ ВОЗВРАТНОМ ДВИЖЕНИИ —
ВЫДОХ РТОМ



ВО ВРЕМЯ СХВАТОК
ЛЕЖАТЬ НА СПИНЕ.
В ПРОМЕЖУТКАХ
МЕЖДУ СХВАТКАМИ
ПОВОРАЧИВАТЬСЯ
НА БОК



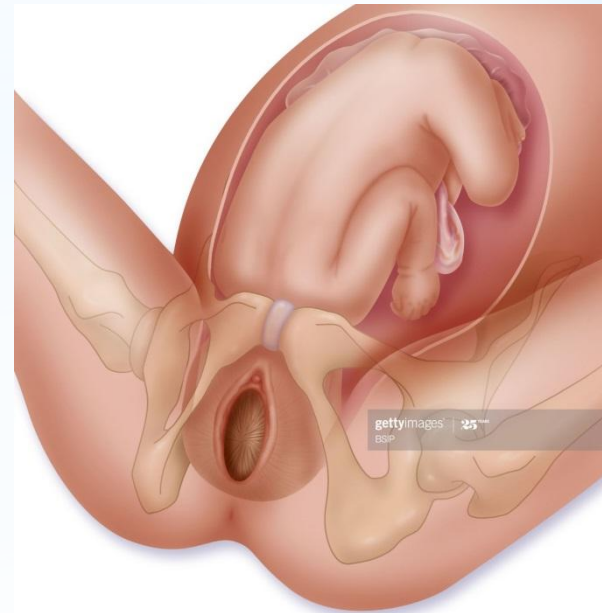
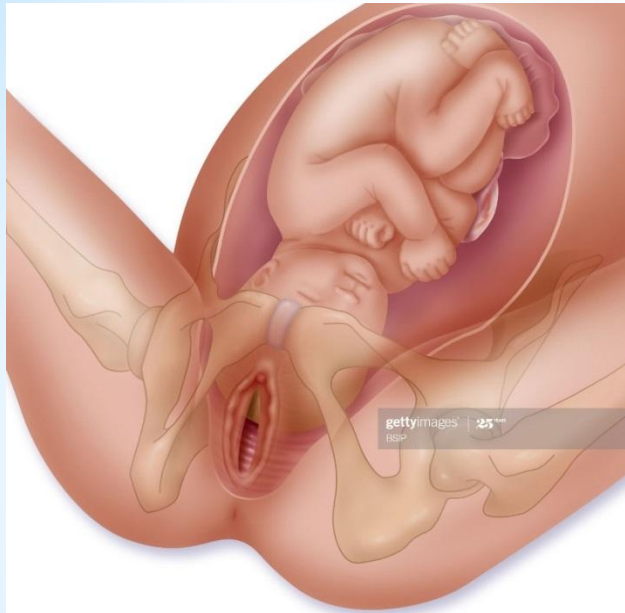
дыхание в родах

* Переходный период

- * В переходном периоде самые сильные родовые схватки
- * Может присоединиться подтуживание
- * Период «плато» до 2-х часов



* Второй период родов - потужной

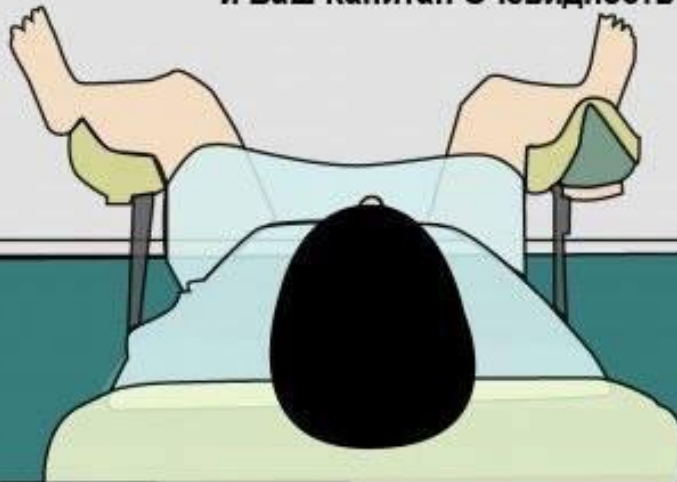


* Поза для родов

роды на спине:

**ДОЛЬШЕ.
БОЛЬШЕ.
БОЛЬШЕ ПРОБЛЕМ**

Доказательная медицина
и Ваш Капитан Очевидность



Это ВАШИ роды.

Двигайтесь, ищите,
выбирайте позиции,
которые удобны ВАМ.

лучше для Вас —
лучше для малыша



У женщин, проводивших схватки на спине, роды удлинялись в среднем на 1 час и 20 минут, был выше риск кесаревого сечения, анестезия требовалась чаще, дети чаще попадали в отделение интенсивной терапии

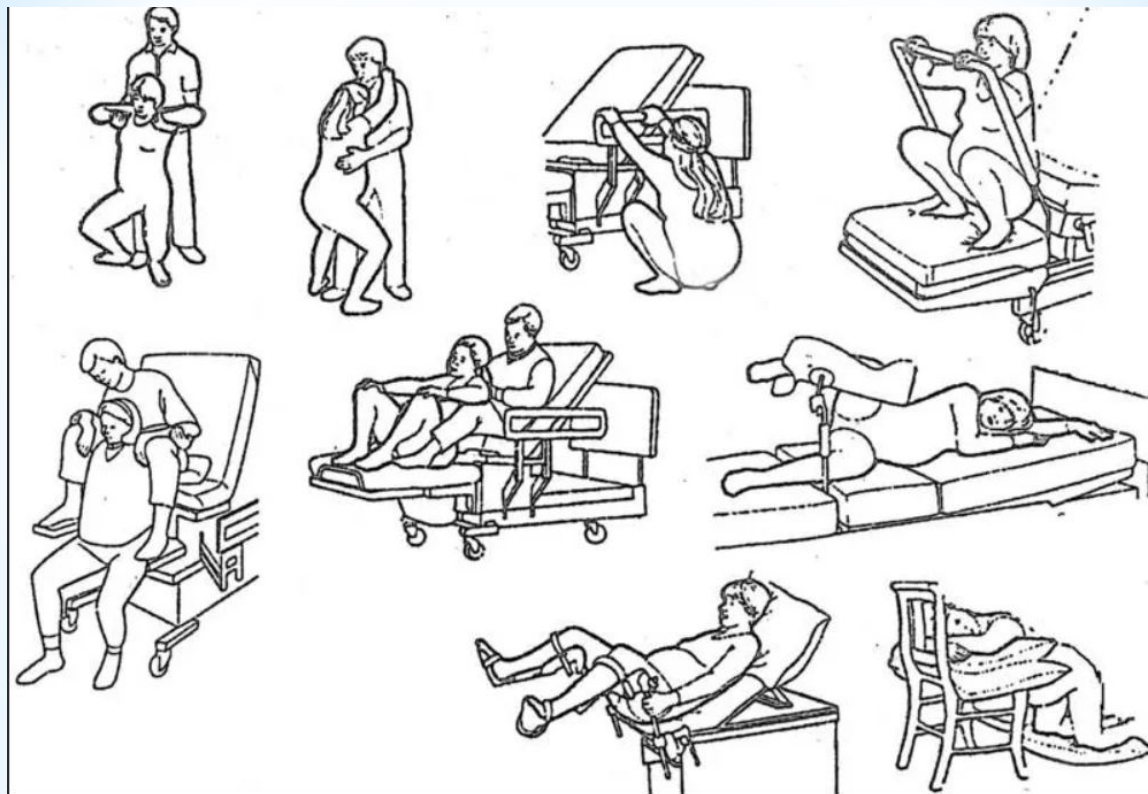
Lawrence A, Lewis L, Hofmeyr GJ, Styles C.
Maternal positions and mobility during first stage labour.
Cochrane Database of Systematic Reviews 2013, Issue 10.



* **Алтернатива позе на спине**

«Вертикальные роды»





* Позы для потужного периода

"ПОДНЯТАЯ НОГА"

ЖЕЛАНИЕ ШИРОКО
РАЗВЕСТИ НОГИ,
УВЕЛИЧИВАЯ ПРОСТРАНСТВО
РОДОВОГО КАНАЛА
ИНСТИНКТИВНАЯ
ПОТРЕБНОСТЬ МАМЫ.

ПОЗА ПРИМЕНЯЕТСЯ
В ПЕРЕХОДНОМ
ПЕРИОДЕ РОДОВ.



"ПРИВЫЧНАЯ ПОЗА"

НА КОРТОЧКАХ
ТУЖИТЬСЯ ПРИВЫЧНЕЕ
И ЕСТЕСТВЕННЕЕ.

ПРИМЕНЯЕТСЯ
В ПОТУЖНОМ ПЕРИОДЕ.
ВОЗМОЖНА
НА СПЕЦИАЛЬНОМ
РОДОВОМ СТУЛЬЧИКЕ.



"АССИМЕТРИЯ"

ПОЛОЖЕНИЕ СТОЯ
НА ЧЕТВЕРЕНЬКАХ
С ОТВЕДЕННЫМ В
СТОРОНУ КОЛЕНОМ.

ПОЗА ОБЛЕГЧАЕТ
ВСТАВЛЕНИЕ ГОЛОВКИ
В МАЛЫЙ ТАЗ





Мамина микрофлора - лучший друг малыша



* Золотой час Импринтинг





* Какими рождаются дети?



* Рождение последа - третий период родов



Послед это:
Плацента
Пуповина
Плодные оболочки