

РОДЫ



Определение срока родов



По дате последней менструации: для вычисления срока родов нужно от даты последней менструации отнять 3 мес и прибавить 7 дней (правило Негеле).



При известной дате зачатия для вычисления срока родов нужно отнять 3 мес и 7 дней (модификация правила Негеле) или прибавить 266 дней (38 нед). Кроме того, условно дату зачатия можно определить по подъёму базальной температуры, по дате ЭКО или искусственного осеменения, по данным ультразвукового мониторинга овуляции.



По первой явке в женскую консультацию.



По дате первого шевеления: для определения срока родов у первородящих к дате первого шевеления плода (20 нед) прибавляют 20 нед, у повторнородящих – к дате первого шевеления (18 нед) прибавляют 22 нед.



По дате дородового отпуска, который начинается в 30 нед беременности.



По данным ультразвуковых исследований, проведённых в разные сроки беременности.

Подготовка организма к родам

- Повышается чувствительность маточной мускулатуры
- Формируется нижний маточный сегмент – «предвестниковые схватки»
- Расширение шейки матки и формирование мягких родовых путей
- Повышается растяжимость стенок влагалища
- Размягчаются тазовые сочленения
- Рост молочных желез, выделение молозива из сосков
- Повышается свертываемость крови

Подготовка организма к родам



Для подготовки к родовой кровопотере происходит постепенное повышение скорости свёртывания крови.

Разрастание железистой ткани и млечных протоков, рост молочных желёз, выделение молока из сосков.

Размягчение шейки матки, повышение растяжимости стенок влагалища, формирование мягких родовых путей, размягчение тазовых сочленений.

Предвестники родов



Головка плода опускается и прижимается ко входу в таз, а дно матки перестаёт «поджимать» лёгкие. Беременная отмечает, что стало легче дышать.



Увеличивается количество выделений из влагалища, изменяется цвет выделений: они становятся розоватыми или коричневыми.



Появляются нерегулярные сокращения матки, которые быстро прекращаются (так называемые «тренировочные схватки»). Подготовительные схватки возникают чаще всего ночью, в покое. Под действием таких «схваток» происходит подготовка шейки матки к родам.



Возникают тупые боли в области поясницы, которые проходят при изменении положения тела. Некоторые женщины во время родов сильнее ощущают боль в пояснице, чем в области живота.



Происходит снижение массы тела.

Начало родов

- Выделение из влагалища густой слизи, нередко с прожилками крови – начало родов, отходи «слизистая пробка»
- С этого момента до родов – не более суток
- Регулярные схватки – сначала каждые 10-15 мин, затем чаще и сильнее
- Желательно, чтобы поступление в родильный дом совпало с началом регулярной родовой деятельности
- При себе иметь: обменную карту, паспорт, полис, родовой сертификат
- Почти у половины беременных роды начинаются с отхождения околоплодных вод: могут хлынуть в большом количестве, могут подтекать понемногу – немедленно отправиться в родильный дом

Когда в роддом:

ВАЖНО

если изливаются воды;
при появлении
регулярных схваток
чаще чем через 10 мин;
если возникает резкая
боль внизу
живота;
при появлении
кровянистых
выделений.



Начало родов



ВАЖНО

При поступлении в
роддом
необходимо иметь при
себе:

- обменную карту;
- паспорт;
- полис
обязательного
медицинского
страхования;
- родовой
сертификат.

При поступлении в роддом



Продолжительность родов

Средняя продолжительность родов 7-12 ч

- 4-6 ч – быстрые
- Менее 4 ч – стремительные
- Более 12 ч – затяжные
- Быстрые, стремительные и затяжные роды часто сопровождаются нарушением состояния плода, травмой родовых путей, кровотечением в последовом и раннем последовом периоде

Первый период родов:



шейка матки
укорачивается;



шейка матки
сглаживается;



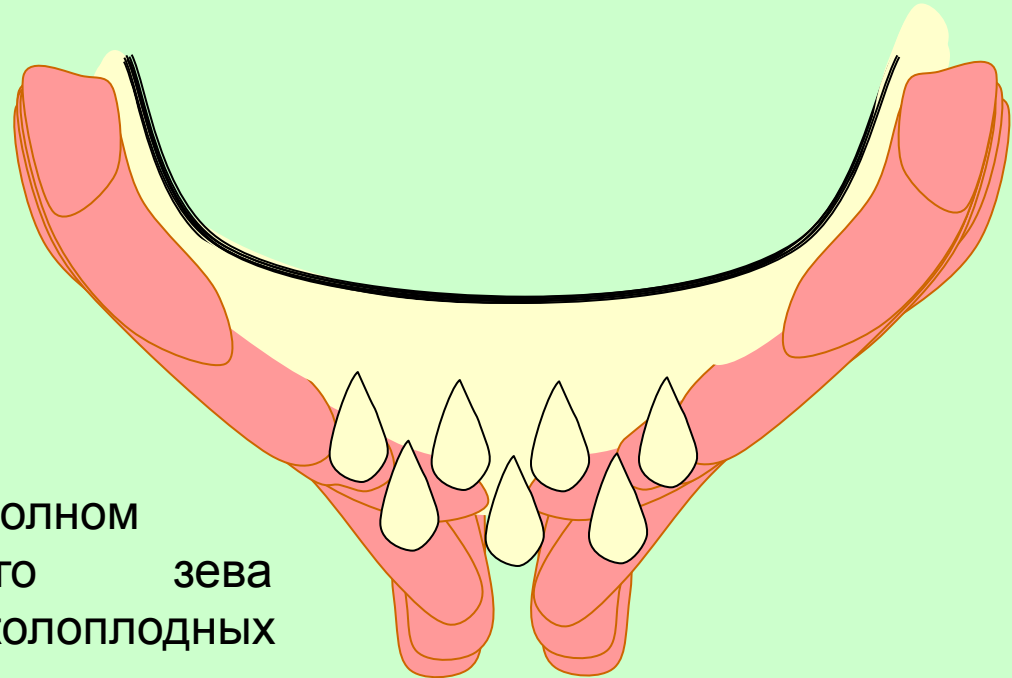
маточный зев
начинает



открываться или почти полном
открытии маточного зева
происходит излитие околоплодных
вод;



после полного раскрытия головка
плода начинает продвигаться по
родовому каналу.



Обезболивание родов:



психопрофилактическая подготовка;



регионарная анестезия;



спазмолитики;



анальгетики;



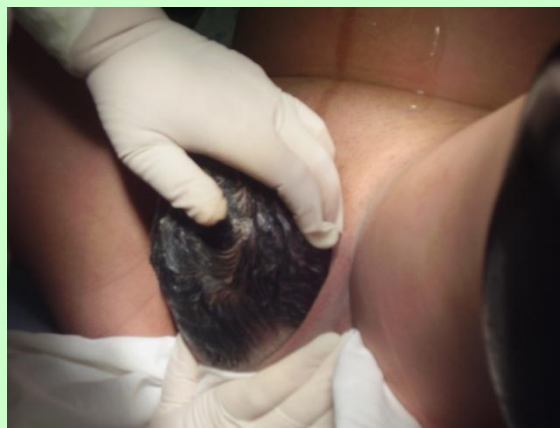
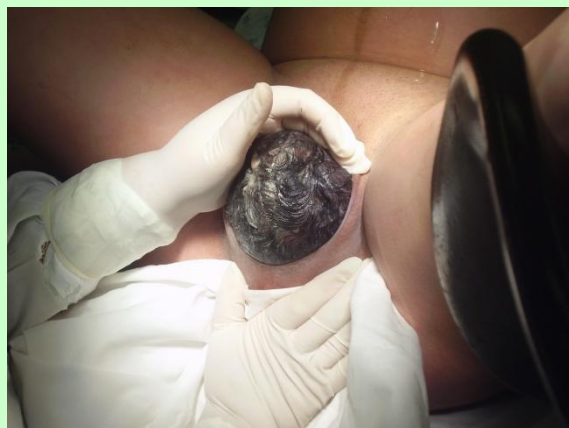
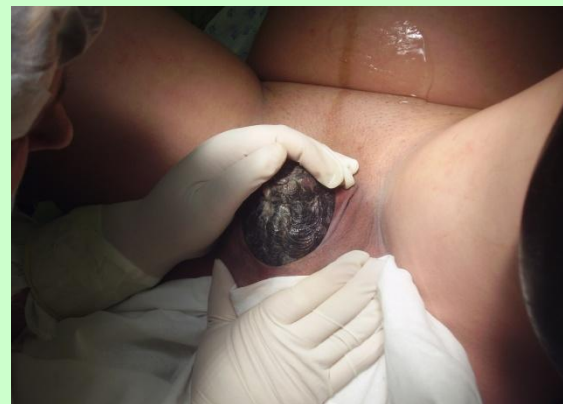
наркотические препараты.



Второй период родов

- Выпячивается промежность, затем растягивается, появляется нижний полюс головки плода
- Прорезывание головки – ручное пособие, опасность разрыва промежности! Не всегда удастся сохранить промежность - эпизиотомия
- Рождение головки
- Наружный поворот головки и внутренний поворот плечиков
- Рождение плечиков и туловища
- Излитие задних околоплодных вод

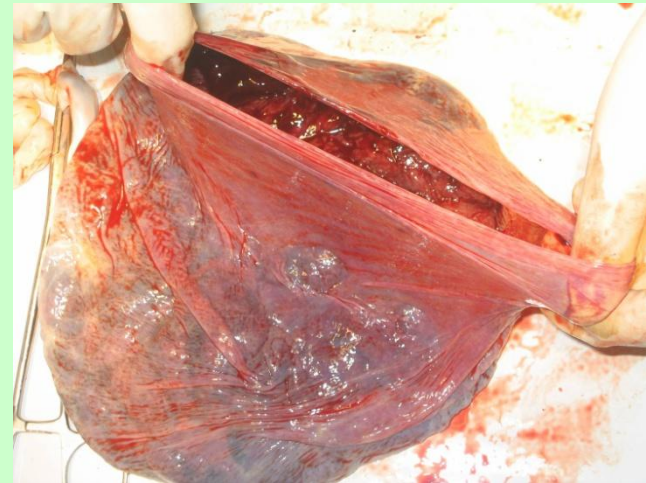
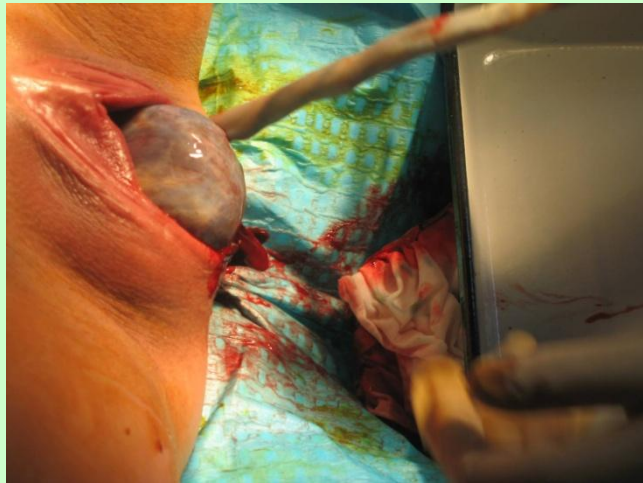
Второй период родов:



Третий период родов

- Отделение и изгнание плаценты
- 5-10 мин
- Если в течение 30 мин нет признаков отделения и изгнания плаценты – ручное отделение плаценты и выделение последа
- Через 2 ч перевод в послеродовое отделение - родильница

Третий период родов



Как самостоятельно облегчить роды?

- Роды – это физический труд!
- Важно экономно расходовать энергию
- Не нужно бояться родовой боли: страх мешает правильному течению родов, а управлять болезненными схватками Вы можете научиться заранее.

Приёмы обезболивания в родах:



правило дыхания;



приёмы расслабления;



приёмы обезболивания.



Положение тела

- В начале родов не следует долго лежать на спине
- В активной стадии родов – больше лежать на боку
- Когда роженица то ходит, то ложится – роды протекают менее болезненно
- Мочиться каждые 2-3 часа

Правила дыхания

- В начале хватки несколько глубоких вдохов и выдохов, при нарастании схваток – на поверхностное дыхание
- Между схватками постараться максимально расслабиться
- В периоде изгнания плода – с началом потуги сделать глубокий вдох и тужиться до тех пор, пока хватит воздуха в легких
- За время потуги надо потужиться 3 раза

Приемы расслабления

- «Я спокойна. Схватки – признак нормальной родовой деятельности. Постепенно они будут усиливаться. Дыхание у меня ровное и глубокое. Мышцы расслаблены. Схватка сейчас закончится и я буду отдыхать»
- У 20% женщин роды проходят безболезненно

Приемы обезболивания

Первый

- Исходное положение лежа на спине, ноги согнуты в коленях, руки над лобком
- Выполнение: легко поглаживать подушечками пальцев нижнюю половину живота в направлении от его средней линии в стороны и вверх в сочетании с глубоким вдохом и выдохом
- 3-5 раз в медленном темпе

Первый приём обезболивания в родах



Приемы обезболивания

Второй

- Исходное положение: лежа на спине, руки вдоль туловища
- Выполнение: согнуть ноги в коленях, большими пальцами рук прижать точки, расположенные у передних выступов таза по направлению к его центру, и сделать несколько вращательных движений подушечками пальцев вокруг точки
- Дыхание глубокое, равномерное, темп медленный

Второй приём обезболивания в родах



Приемы обезболивания

Третий

- Исходное положение: лежа на боку, ноги слегка согнуты в коленях
- Выполнение: поглаживание ладонью пояснично-крестцовой области в сочетании с глубоким ритмичным дыханием
- 4-5 раз, темп медленный

Третий приём обезболивания в родах



Приемы обезболивания

Четвертый – поза, имитирующая потуги

- Исходное положение: лежа на спине, ноги согнуты в коленях и тазобедренных суставах, разведены в стороны и прижаты к животу, удерживаются за колени
- Выполнение: сделать глубокий вдох, подбородок прижать к груди и задержать дыхание на несколько секунд (во время занятий не тужиться!). Выдох полуоткрытым ртом

В родах нельзя!

- Есть и пить
- Скрещивать ноги
- Кричать и плакать
- Просить сделать кесарево сечение
- Спорить с врачами и акушерками
- Тужиться без разрешения врача
- Тужиться в лицо
- Садиться во время потуг
- Бояться произвольного отхождения кала или мочи

Спасибо за внимание!

