

ПАРТНЁРСКИЕ РОДЫ – ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ?



Сегодня партнёрские роды – довольно распространённое явление. В России они появились значительно позже, чем в Европе и Америке, но достаточно быстро набрали свою популярность. Попробуем разобраться, почему.

Партнёрские роды по другому называют семейно-ориентированными родами. Если обычно женщина рождает в одиночку, находясь под присмотром акушеров и гинекологов, то партнёрские роды допускают присутствие близкого человека рядом с роженицей на протяжении всего периода родов. Чаще всего это муж, но в качестве партнёра может быть и любой другой человек: мама, сестра, близкая подруга или же психолог. Главное, чтобы рядом с этим человеком женщина чувствовала себя комфортно.

Именно благодаря тому, что рядом с роженицей находится помощник, который выполняет её просьбы, контролирует состояние и поддерживает настрой, она полностью концентрируется на родовом процессе, что может сделать его комфортным и даже приятным. Поэтому такие роды рекомендуют многие врачи, психологи, а также рожавшие таким образом женщины.

Как проходят партнёрские роды?

Для роженицы существенных отличий нет – физиологический процесс родов в любом случае произойдёт. В том случае, если женщина поступает в родильное отделение, приехав из дома, она приезжает вместе со своим помощником или помощницей. Если же её переводят из отделения патологии беременности непосредственно в родильное

отделение, она сообщает об этом партнёру, после чего он приезжает в роддом. В приёмном отделении после осмотра, подтверждения факта начала родов и заполнения необходимых документов необходимо переодеться в сменную одежду и переобуться в обувь, которая легко моется (обычные резиновые тапочки). Затем роженицу с партнёром отправляют в индивидуальный родовой зал, где уже и происходит появление на свет малыша.

Родовой процесс состоит из трёх периодов, последовательно сменяющих друг друга. Первый – период раскрытия, в течение которого у женщины возникают регулярные схватки и происходит раскрытие шейки матки. В это время постоянного присутствия акушеров и гинекологов в родильном зале не требуется. Время от времени они заходят, чтобы проверить состояние роженицы и степень раскрытия шейки матки. В этот период выполняется КТГ для определения состояния плода, а также дозаполняется необходимая документация. Также после излития околоплодных вод отмечается, в какое время это произошло, а также оценивается характер вод. Настрой и самочувствие женщины во многом зависит в этот момент от партнёра, который всё время находится рядом с ней. Во втором и третьем периодах врачи находятся в родильном зале, а партнёр перемещается к изголовью женщины, где может подбадривать её и держать за руку. Второй период – период изгнания. Третий – последовый период. Соответственно, происходит рождение ребёнка и изгнание последа. После появления на свет малыша партнёру в некоторых случаях дают самостоятельно перерезать пуповину, а также посмотреть на манипуляции, которые проводятся с новорождённым. В это время женщина рождает послед.

Каждые роды отличаются друг от друга, поэтому и вариантов партнёрских родов может быть несколько. Помощник может присутствовать от начала и до конца родового процесса, то есть на протяжении всех трёх периодов родов. А может быть такое, что человека попросят выйти и подождать снаружи в том случае, если потребуется экстренное оперативное вмешательство. И если, неожиданно для себя, партнёр понимает, что не готов созерцать столь красочное событие, он может поддерживать женщину во время схваток, а после покинуть родзал и дожидаться рождения малыша.

Каковы задачи партнёра на семейно-ориентированных родах?

Стоит отметить, что партнёрские роды – это не своеобразное развлечение. Будучи подготовленным к данному процессу, партнёр оказывает роженице моральную поддержку и помощь в случае необходимости, а не просто наблюдает роды со стороны.

- Женщину нужно сопроводить в приёмное отделение родильного дома, когда у неё начались схватки либо же отошли воды со слизистой пробкой. При этом желательно, чтобы она не

была вынуждена тащить все собранные сумки самостоятельно, а их достаточно много, и они могут быть тяжёлыми.

- Некоторые женщины, особенно если они рожают впервые, могут эмоционально воспринять начало родов и запаниковать. В таком случае роженицу необходимо успокоить, проследить, все ли вещи собраны и оперативно выдвигаться в роддом. Партнёр должен действовать спокойно и без лишней суеты, чтобы лишний раз не нервировать женщину.
- На протяжении родов партнёр контролирует состояние и самочувствие роженицы, чтобы позвать медицинский персонал при необходимости.
- В процессе родов женщина сильно устаёт и не в состоянии контролировать ситуацию. Поэтому на партнёра возлагается обязанность отмечать время схваток и интервал между ними, а также следить, чтобы роженица ходила в туалет. Иногда женщины испытывают сильные болевые ощущения, но не дифференцируют их, а они могут быть вызваны из-за того, что мочевой пузырь наполнен. Партнёр ежечасно предлагает роженице сходить в туалет. При этом желательно сопровождать её туда, чтобы поддержать, если по пути женщину застанет схватка.
- По просьбе роженицы нужно дать ей попить. Не стоит забывать, что многих женщин во время родов одолевает жажда, поэтому в роддом с собой необходимо взять достаточное количество воды.
- Чтобы периоды родов быстрее сменяли друг друга, врачи рекомендуют больше ходить и использовать фитбол. В процессе ходьбы или упражнений может начаться схватка, поэтому женщина может потерять равновесие. Нужно быть рядом с роженицей во время выполнения физических нагрузок, чтобы поддержать её.
- Партнёр чётко должен выполнять указания врачей, чтобы не помешать их деятельности. Не нужно высказывать собственное мнение, что-то советовать и мешать медицинскому персоналу выполнять свою работу. Врачи знают, как вести роды и что лучше сделать для рождения здорового малыша, а излишняя суета их только отвлекает.
- Ну и, конечно, первоочередная задача – обеспечение спокойствия и комфорта для женщины. Нужно разговаривать с роженицей, держать её за руку, а также можно выполнять дыхательные упражнения во время схваток вместе с ней и делать ей массаж. Со специальными массажными техниками для рожениц можно ознакомиться на подготовительных курсах, а также при помощи различных обучающих материалов.
- Стоит отметить, что партнёрские роды – памятное событие для обоих. Взяв с собой фотоаппарат, можно сделать яркие снимки на память.

Партнёрские роды: что нужно знать мужу

Начнём с самого начала – с момента возникновения идеи. Важно, чтобы оба супруга позитивно относились к этому. Если один из них не горит желанием или вообще против таких родов, то лучше сразу отказаться от этой мысли. Второй момент – характер мужа. Не каждый мужчина в состоянии спокойно созерцать всё, что происходит в процессе

родов. Там и кровь, и слизь, и крики любимой женщины. Во-первых, женщина поступает в роддом не для того, чтобы переживать из-за состояния своего мужа или успокаивать его. А во-вторых, мужчина, упавший в обморок, лишь отвлекает и даже раздражает врачей, чьё внимание в такой ответственный момент должно быть направлено исключительно на роженицу.

Помимо этого стоит знать, что к партнёрским родам необходимо готовиться заранее, чтобы избежать сложностей и недопонимания между супругами и медицинским персоналом. Справку о прохождении курсов, врачи, конечно, требовать не будут, но, с их точки зрения, если человек вызывается быть помощником роженицы, он должен быть подготовленным.

Подготовка к партнёрским родам

1. Получение согласия врачей на присутствие мужа во время родов. Только в том случае, если врачи одобрили нахождение мужчины в палате рядом с его супругой, партнёрские роды могут состояться. Для этого необходимо написать заявление, которое будет подтверждено заведующим родильного отделения.
2. Получение информации о том, что нужно взять с собой на партнёрские роды мужу. В разных родильных домах требования могут отличаться, поэтому стоит уточнять список всего необходимого в том роддоме, где будет рожать женщина.
3. Медицинское обследование. В родильный зал муж может быть допущен только в том случае, если он здоров. Поэтому предварительно он должен подтвердить это. Мужчине необходимо сдать **анализы на ВИЧ, гепатит и сифилис**, а также сделать **флюорографию**. После этого он получает **справку от терапевта** с заключением врача о состоянии здоровья мужчины и возможности присутствовать на родах. Все справки муж предоставляет при поступлении жены в роддом. Важно помнить, что результаты анализов действительны в течение трёх месяцев, а флюорография – в течение года. Ну и, конечно, если муж в день родов чувствует недомогание, стоит отказаться от его присутствия в родильном зале.
4. Подготовительные курсы. В настоящее время можно найти большое разнообразие курсов и обучающих материалов. Чем лучше будет подготовлен мужчина, тем комфортнее будет его жене рожать вместе с ним. Как следует вести себя в определённых ситуациях, как успокоить женщину, какой массаж ей можно провести для расслабления и снятия болевых ощущений – без предварительной теоретической и практической подготовки мужчина вряд ли справится с данными вопросами.

Казалось бы, муж настроен, жена хочет рожать вместе с ним, оба изучили много разной литературы, прошли курсы и готовы к партнёрским родам, но им отказали в этом.

Причины отказа врачей в проведении партнёрских родов

- Состояние женщины. К сожалению, не у каждой беременной роды протекают легко. Порой возникают осложнения, при которых требуется экстренное оперативное вмешательство. В таком случае мужчину могут не пустить к жене хотя бы потому, что в операционную врачи постороннего спонтанно не пустят, потому что это стерильная зона.
- Отсутствие индивидуальных родильных залов в роддоме. К сожалению, не в каждом роддоме есть такие условия. А присутствие мужа одной из рожениц в общем родильном зале внесёт лишь сумбур.
- Отсутствие результатов анализов на ВИЧ, гепатит и сифилис, флюорографии и заключения терапевта. Не сложно понять, почему в данном случае врачи могут отказать в присутствии мужа на родах супруги. Зачем рисковать здоровьем будущего малыша?
- Плохое самочувствие мужчины в день поступления его жены в роддом. В этом случае даже не стоит дожидаться запрета врачей. Адекватно оценивая ситуацию, можно обговорить это с женой и принять решение воздержаться от партнёрских родов, несмотря на желание и готовность.
- Нежелание врачей. Да, у женщины есть право рожать с партнёром. Это прописано на законодательном уровне. Однако, если врач посчитает, что присутствие постороннего человека может ему помешать выполнять свою работу, он вправе отказать в том, чтобы муж был с женой на протяжении родового процесса. Это объясняется тем, что врач, имея за спиной определённый опыт работы, адекватно оценивает состояние роженицы и плода, а также все риски во время родов. И если он посчитает, что отвлекающие факторы могут каким-то образом навредить здоровью и жизни его пациентки и её будущего малыша, то постарается этого не допустить. Поэтому не стоит расценивать отказ врачей как личное оскорбление. Постарайтесь понять, что на то могут быть свои причины.

Партнёрские роды с подругой

Когда встаёт вопрос о выборе партнёра на роды, женщины не всегда решают рожать вместе с мужем. И на то есть свои причины. Кто-то хочет всегда оставаться ухоженной и красивой в глазах супруга и просто стесняется своего состояния во время этого процесса. А некоторые женщины считают, что увиденное может оттолкнуть мужа, что в дальнейшем скажется на их семейных отношениях. Как показывает статистика, такое происходит чаще в тех парах, где между супругами не всё гладко, поэтому партнёрские роды в данном случае — не причина, а лишь катализатор.

Ещё одной причиной выбора подруги в качестве партнёра могут быть мысли о том, что муж не сможет так прочувствовать и понять ситуацию, как другая женщина. Те, кто рожал с подругой, отмечают, что особенно комфортно и легко было взаимодействовать друг с другом, если у помощницы за спиной были собственные роды. Женщина, имеющая такой опыт в собственной жизни, может понять другую женщину. Важно, чтобы у неё самой

этот опыт не был негативным. К тому же, если подруги близки между собой, они действительно тонко чувствуют эмоции и переживания друг друга. Именно это и даёт возможность поддержать и успокоить так, как кто-то другой не сможет.

Если же отношения между женщинами полны противоречивых эмоций и нет абсолютного доверия друг к другу, стоит задуматься, а нужно ли вообще выбирать подругу в качестве партнёра на свои роды. Всё-таки рождение ребёнка – процесс достаточно интимный. Никому ведь не хочется услышать однажды от друзей или коллег шутки и сплетни о себе такого рода.

Подруга в качестве партнёра выполняет те же функции, что и муж: поддерживает, успокаивает, выполняет просьбы роженицы и контактирует с медицинским персоналом.

Партнёрские роды при кесаревом сечении

Кесарево сечение может быть как экстренным, так и плановым. И если в первом случае в операционную вряд ли кого-то пустят, то при плановой операции партнёр может находиться рядом с роженицей.

Когда есть показания к родоразрешению путём кесарева сечения, врач сообщает это беременной. И в том случае, если она планировала партнёрские роды, врачи могут разрешить присутствие партнёра в операционной. В некоторых случаях они предлагают наблюдать весь процесс через стекло в соседнем помещении. А иногда партнёр может находиться рядом с женщиной у её изголовья. Выбор положения помощника зависит от впечатлительности мужа, а также от решения врача.

Зато после того, как малыш появится на свет, мужа (а в такой ситуации высока вероятность того, что партнёром будет именно муж) приглашают туда, где проводится первичный осмотр новорождённого, а после этого могут положить кроху на грудь новоиспечённому отцу.

Партнёрские роды: плюсы и минусы

Врачи, психологи и многие женщины, рожавшие с партнёром, говорят о пользе партнёрских родов. Предлагаю подвести итоги и рассмотреть все «за» и «против» такого способа родоразрешения.

Что можно сказать в пользу партнёрских родов?

- Они позитивно сказываются на состоянии женщины и, соответственно, на благополучном рождении малыша. Поддерживая роженицу и контролируя её состояние, партнёр непосредственно влияет на своевременное родоразрешение. Если женщина не переживает,

не отвлекается, правильно дышит и сконцентрирована на самом процессе, вряд ли он будет тянуться невероятно долго. Хотя ситуации, конечно, бывают разные.

- Некоторые женщины боятся контакта с медперсоналом из-за своей чувствительности и эмоциональности. Присутствие партнёра в этом случае обеспечивает роженице столь необходимое чувство комфорта.
- Физическая поддержка роженицам тоже бывает нужна. Особенно когда схватка наступает по пути из туалета
- В том случае, если партнёром выбран муж, можно отметить, что многие пары настолько тонко чувствовали друг друга во время этого процесса, что их отношения после родов становились ещё более нежными.
- Наблюдая процесс появления на свет своего малыша, отец испытывает целый спектр разнообразных эмоций: от переживания за супругу до невероятной радости при взгляде на новорождённого. Считается, что отцы, присутствующие на родах своей жены, проникаются более тёплыми и сильными чувствами к своему малышу, что в дальнейшем сказывается на их привязанности к ребёнку и заботе о нём.
- Фотографии с родов, сделанные мужем или подругой, становятся ярким позитивным воспоминанием о родах.

Какие отрицательные моменты могут быть в партнёрских родах? Минус здесь один – вместо ожидаемого комфорта и поддержки на протяжении родового процесса женщина получает обратный эффект, что может испортить её отношение к таким родам. А вот причин у этого несколько:

- Скрытый мотив. Рассмотрим несколько примеров. Муж желает попасть на роды своей супруги просто потому, что ему любопытно посмотреть, как это происходит. А ещё это модно. И классных фотографий хочется побольше. Жена хочет, чтобы муж понял, насколько ей плохо и больно. Или же считает, что совместные роды укрепят отношения в семье, а то какое-то прохладное общение у неё с супругом в последнее время. В таких случаях настоящая цель партнёрских родов – создание комфортных условий и оказание моральной поддержки – отходит на задний план. И, конечно, ни к чему хорошему это не приведёт.
- Нежелание одного из партнёров. Женщина может стесняться своего внешнего вида, мужчина действительно не желает видеть то, что ему кажется неприятным. Зачем кого-то заставлять? В этом случае фокус внимания будет где угодно, но не на самом процессе родов, из-за чего период схваток будет тянуться крайне долго и измучает женщину.
- Впечатлительность мужа, подруги, мамы, сестры. Во время родового процесса женщина должна получать внимание, а не оказывать его кому-то. И если она будет отвлекаться и успокаивать своего впечатлительного партнёра, схватки и в этом случае затянутся.

- Натянутые отношения между супругами. Когда мы к кому-то испытываем негативные эмоции, не особо привлекательный внешний вид этого человека способен усилить неприятное отношение к нему. Так и в семейных отношениях. Если муж и жена не находятся в нежных чувствах по отношению друг к другу, стоит воздержаться от партнёрских родов, чтобы не усугубить ситуацию. А вот когда супруги влюблены друг в друга и преисполнены тёплых чувств, такие роды ещё больше укрепляют их отношение друг к другу. Так что стоит адекватно оценить ситуацию в семье и принять соответствующее решение.

Подводя итоги, можно сказать, что семейно-ориентированные роды могут стать удивительным и прекрасным опытом в жизни женщины, нужно лишь не ошибиться в выборе партнёра и подготовиться к важному событию.