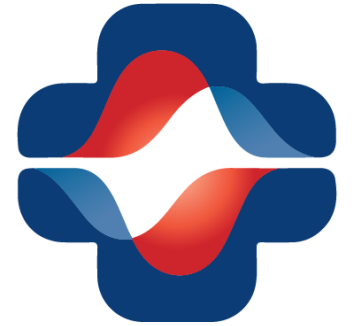


ESF projekt UP.03.3.1.04.0020

# REGIONALNI CENTAR KOMPETENTNOSTI MLINARSKA



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

## Program obrazovanja odraslih: Pratiteljica kroz trudnoću, porođaj i babinje

### *„Porođaj”*

---

Željka Kuljak, Škola za primalje



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.

# Ishodi učenja



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

Po završetku nastavne cjeline sudionici će moći:

- nabrojati četiri porođajna doba
- opisati četiri porođajna doba
- objasniti ulogu pratiteljice kroz četiri porođajna doba.

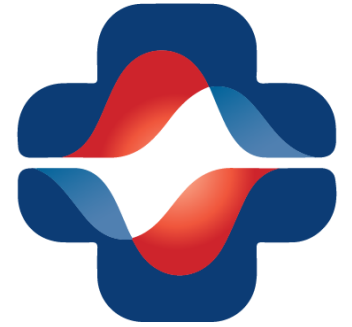
# Sadržaj teme

1. Prvo porođajno doba i uloga pratiteljice
2. Drugo porođajno doba i uloga pratiteljice
3. Treće porođajno doba i uloga pratiteljice
4. Četvrto porođajno doba i uloga pratiteljice



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Uvod

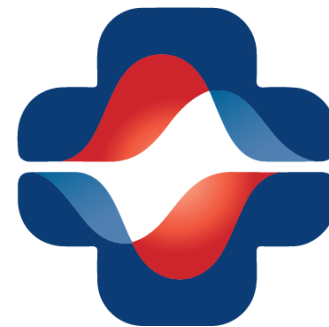


Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

- Prije termina porođaja kod trudnica se javljaju simptomi i znakovi koji upućuju na to da je porođaj blizu i da se tijelo i plod pripremaju na porođaj koji će uskoro uslijediti

# Priprema za odlazak u rodilište

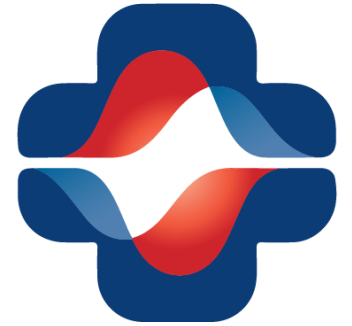
- Trudnička knjižica + **Kg i Rh faktor**
- Spavačice - u našim rodilištima je jako toplo i tijekom sezone grijanja nema protoka zraka i otvaranja prozora zbog beba. Spavačica bi trebala biti lagana i kratkih rukava sa gumbima na prednjoj strani. Potrebno je uzeti oko tri spavačice.
- Jednokratne gaćice - najmanje četiri komada.
- Ulošci - velike uloške koji su namijenjeni za porođaj.
- Jastučići za dojenje
- Krema za bradavice - najidealnija krema je čisti lanolin koji nije potrebno ispirati prije podoja.
- Labello za usnice - olakšat će majci kod dehidracije i suhих usta tijekom disanja u porođaju.
- Osobna higijena - gel za tuširanje, šampon za kosu, četkica i pasta za zube, sapun, ručnici.
- Toaletni papir - neka rodilišta ga imaju, ali neka nemaju. Uzeti jednu jednu rolu papira za svaki slučaj.
- Plan porođaja - ako ga trudnica ima ili ukratko napisane želje trudnice.
- Energetska čokoladica ili nešto slično tome.
- Pelene za bebu - neka rodilišta imaju svoje pelene, ali može se u torbu staviti par pelena, kremica i vlažne maramice.
- Pripremiti robu za novorođenče
- Autosjedalica (dekica za autosjedalicu) - obavezno je pripremiti autosjedalicu jer se mora voditi od samoga početka briga o sigurnosti djeteta u prometu.



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Predznaci porođaja

1. spuštanje trbuha
2. glava je ušla u malu zdjelicu
3. pojava predtrudova - lagane i neredovite kontrakcije
4. promjene položaja cervixa - u smjeru crte prolaznice
5. sazrijevanje cerviksa - mekši, popustljiviji, rastezljiviji. Porcija se skraćuje i nestaje, a ušće postaje prohodno za prst
6. lagana sukrvica - izlazak sluzavog čepa (čep endocervikalne sluzi- Kristellerov čep
7. pritisak na mokraćni mjehur – zbog ulaska glavice u malu zdjelicu
8. subjektivno trudnica: bolovi u križima
9. pad razine gestagena i pritisak maternice na m.m. - učestalo mokrenje - smanjenje tjelesne težine
10. pokreti djeteta su slabiji



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Porodaj

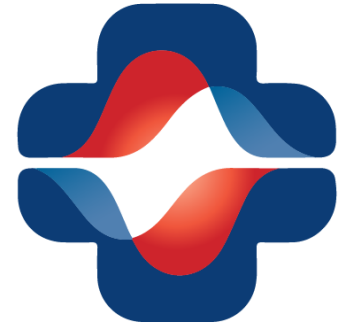
- Niz mehaničkih i fizioloških zbivanja, kojima se roditelj oslobađa svih pet elemenata ploda vaginalnim putem
- Elementi ploda:
  1. plod
  2. posteljica
  3. pupkovina
  4. plodovi ovoji
  5. plodova voda



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Trajanje porođaja

- Prvorotkinja - 12 – 18 sati
- višerotkinja - 8 – 12 sati
- Aktivno vođenje porođajnih doba i porođaja



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**



# Porodajna doba

- I. porodajno doba** - doba otvaranja
- II. porodajno doba** - doba rađanja čeda
- III. porodajno doba** - doba rađanja posteljice
- IV. porodajno doba** - doba hemostaze

Hemostaza - zaustavljanje krvarenja iz maternice  
(stadij ranog oporavka)



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# I. porođajno doba – doba otvaranja

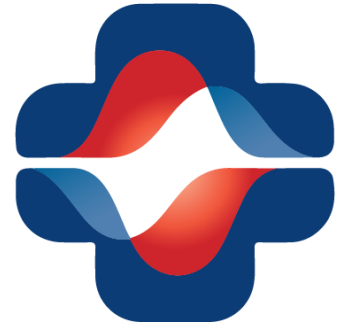


Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

- **počinje pravilnim trudovima ili istjecanjem plodove vode (bez trudova), otvaranjem ušća i traje do potpunog otvaranja materničnog ušća**
- **LATENTNA FAZA**
- trudovi slabi, ušće se otvara do 6 cm
- **AKTIVNA FAZA**
- trudovi su jaki, ušće se otvara od 6 do 10 cm

# I. porođajno doba

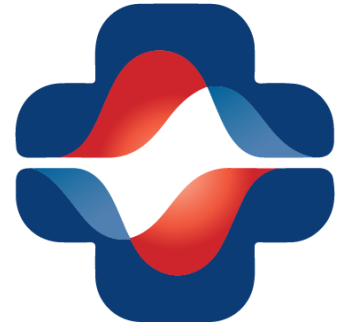
- Dolazak u rađaonicu:
  - trudnica mora pripremiti svu potrebnu dokumentaciju uredno složeno i obavezno krvnu grupu i Rh faktor i navesti razlog dolaska
  - Primalja će joj pogledati urin, izmjeriti krvni tlak, staviti je na CTG i uzeti potrebnu anamnezu i podatke
  - Nakon toga će porodničar napraviti vaginalni pregledi i UZV te uzeti svoj dio anamneze do
  - Ovisno o otvorenosti ušća i samoj fazi porođaja, porodničar će odlučiti što dalje
  - Priprema za porođaj se sastoji od brijanja područja gdje bi se eventualno mogla urezati epiziotomija ili bi moglo doći do pucanja međice, klistira, postavljanja intravenozne kanile



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Uloga pratiteljice

- Biti uz roditelju i pružati joj podršku i suport
- Rodilji je potrebno osigurati što veći mir i tišini u tim trenucima jer njezino tijelo luči hormon endorfin koji je prirodni opijat i pomaže roditelji da se nosi sa porođajnim bolovima
- U situacijama koje su za roditelju stresne, lučenje endorfina prestaje i počinje se lučiti adrenalin koji ima suprotan učinak
- U trenucima povećanog lučenja adrenalina dolazi do neusklađenosti funkcioniranja mišićnih slojeva u materičnom ušću. Jedni mišići ga otvaraju dok ga drugi zatvaraju
- Jednako tako u porođaju je bitno i lučenje oksitocina “hormona ljubavi”, koji dovodi do kontrakcija i otvaranja ušća maternice. Vrlo često ako se roditelja uplaši smanjuje se lučenje oksitocina i kontrakcije postaju rjeđe i slabije



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

## II. porođajno doba – doba izгона

- vrijeme **od potpuno otvorenog ušća do djetetova rođenja**
- S obzirom da primalja vodi porođaj, u ovoj fazi porođaja važna je dobra suradnja roditelje i primalje



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Položaji za rađanje (alternativne vrste)

- Položaj na leđima
- Klečeći, čučeći, četveronožni položaj
- Bočni položaj
- Uspravan položaj
- Porodaj na stolčiću
- Porodaj u vodi



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Epiziotomija

- Porodnička operacija kojom se urezuje međica (*perineum*) kako bi se smanjila mogućnost razdora perineoanalne regije
- Nekada su rutinske epiziotomije bile poželjne i normalne
- Danas rutinska epiziotomija nije medicinska opravdana



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Prevenција epiziotomije

- Trudnica između 34. i 36. tjedna trudnoće parafinskim uljem svakodnevno masira međicu
- Primalja tijekom porođaja koristi tople obloge i u fazi izгона masira međicu parafinskim uljem
- Dobra suradnja primalje i roditelje



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**



# III. porođajno doba – doba rađanja posteljice

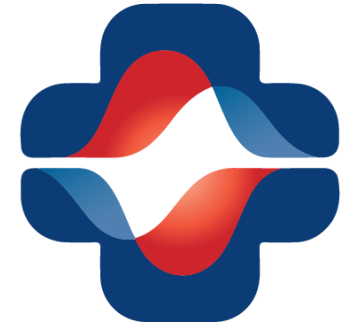
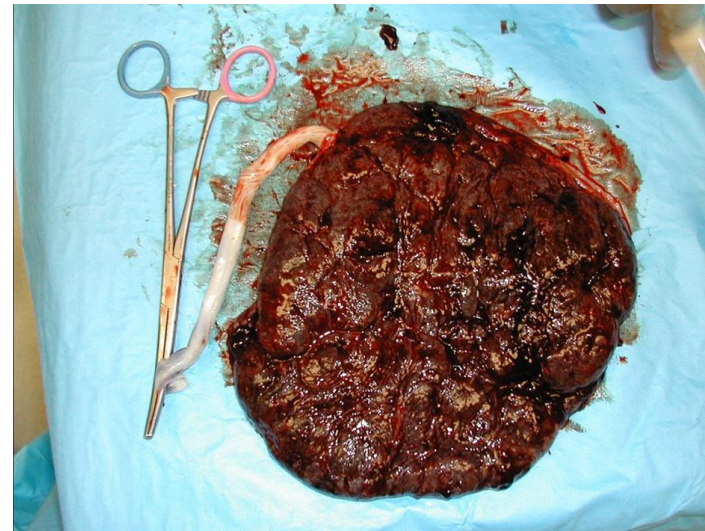
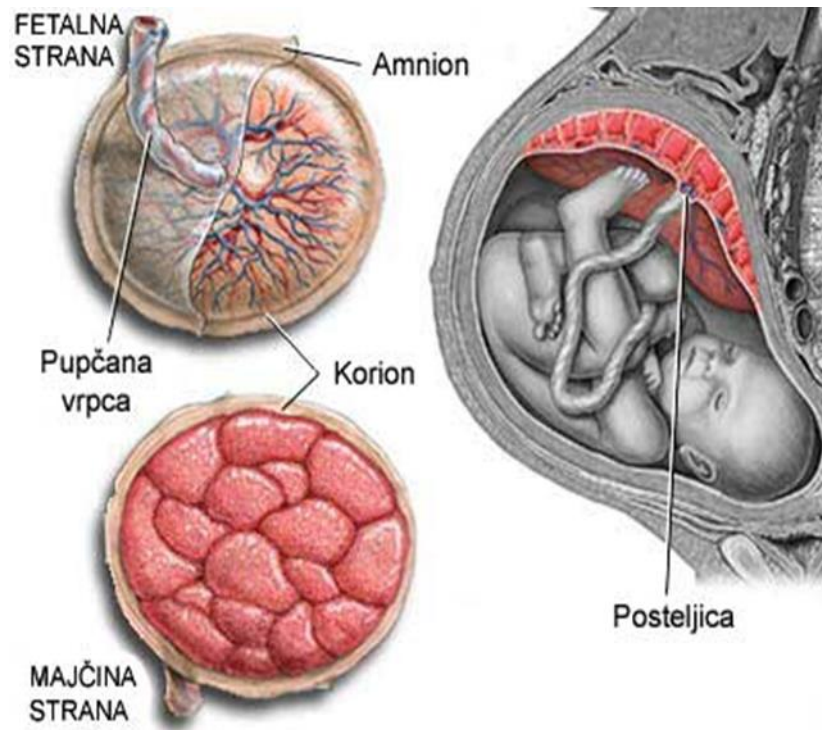


Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

- od djetetova rođenja do rođenja posteljice
- najdulje 1 sat



# Strane posteljice



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# IV. porođajno doba – doba hemostaze



- započinje rođenjem posteljice i traje do 2 sata nakon porođaja

- Doba:

**RETRAKCIJE** (skraćenje materničnih mišića)

**KONTRAKCIJE** (stezanje maternice)

Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Uloga pratiteljice

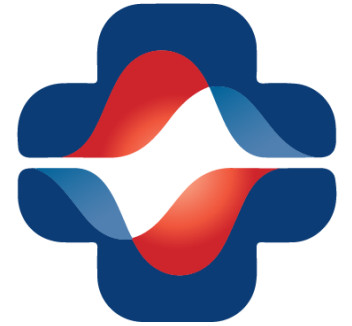
- U ovom periodu majci se šiva eventualna epiziotomija ili razdori
- Dijete je golo na koži majke i provodi se prvi podoj koji je vrlo bitan i za majku i za dijete
- Uloga pratnje je biti uz majku i pomoći joj oko novorođenog djeteta
- Po završetku 4. porođajnog doba majka se premješta na odjel rodilišta i počinje razdoblje babinja (*puerperija*)



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**

# Literatura

- Habek D. *Ginekologija i porodništvo*. Zagreb: Medicinska naklada; 2017.
- Kunina B. i sur. *Moja trudnoća. Sveobuhvatni priručnik za trudnoću, porod i babinje*. Zagreb: 24 sata d.o.o.; 2014.
- Kuvačić I, Kurjak A, Đelmiš J. i sur. *Porodništvo*. Zagreb: Medicinska naklada; 2009.
- Pecigoš-Kljuković K. *Zdravstvena njega trudnice, roditelje i babinjače*. Zagreb: Školska knjiga; 2005.



Regionalni centar  
kompetentnosti  
**Mlinarska**