




ДОМ ЗДРАВЉА ГОРЊИ МИЛАНОВАЦ

Пацијент:	17.5.2018	
Фр. нол.	Бр. у	Пацијент
	7175/212	

## Процедура о психофизичкој припреми трудница

Број процедуре	Датум израде процедуре	Датум измене процедуре
7.8	08.05.2018.	
Израдио др Бојан Павловић гин. акуш. сестра Александра Глишовић	Контролисао  Др. Владимир М. Јовановић специјалист педијатрије II 7004365	
Тим Одељења за здравствену заштиту жена		



## **ПРОЦЕДУРА О ПСИХОФИЗИЧКОЈ ПРИПРЕМИ ТРУДНИЦА**

**1. ЦИЉ** процедуре је да припреми трудницу за порођај како би на свет донела здраву и виталну бебу. То се постиже упознавањем жене са током порођаја, процедурама које се примењују у породилишту и њеном активном улогом у свим фазама порођаја. Основни циљ психофизичке припреме је да породилја рационално користи снагу и сарађује са лекаром и бабицом који воде порођај.

### **2. ОБЛАСТ ПРИМЕНЕ**

**2.1** Процедура је намењена запосленима у Одељењу за здравствену заштиту жена.

### **3. ДЕФИНИЦИЈА**

**3.1** Психофизичка припрема трудница је заснована на психолошкој методи која је комбинација Дик Ридовог природног порођаја и руског психопрофилактичког метода безболног порођаја.

### **4. ОДГОВОРНОСТ**

**4.1** Одговорни за спровођење процедуре су лекари и медицинске сестре у Одељењу за здравствену заштиту жена.

**4.2** Одговорни за контролу примене процедуре су начелник, шефови одељења, главна сестра и одговорне сестре.

### **5. ПОСТУПАК**

**5.1** Уз сагласност гинеколога трудница вежбе започиње од двадесет седме недеље трудноће.

**5.2** Припрема се може похађати до 34. недеље вежба се и два пута недељно, а потом до порођаја три пута недељно. Када се наврши тридесет шеста недеља трудноће, почиње се са вежбама напињања. Труднице које су под терапијом такође могу похађати психофизичку припрему, али се у том случају не раде физичке вежбе, већ само вежбе дисања и вежбе мишићне релаксације.

Труднице кроз припрему науче да препознају знаке када треба да пођу у породилиште, шта су контракције и како да их савладају, упознају се са механизмом порођаја.

**5.3** Правилном дисању се посебно посвећује пажња је Током програма припреме посебно се уче три типа дисања која се примењују зависно од фазе порођаја. Адекватним дисањем прати се почетак контракције, њен даљи ток и раст.

### **6. РЕФЕРЕНТНИ ДОКУМЕНТИ**

Протокол психофизичке припреме трудница