

Průvodce porodnicí

Informace pro nastávající maminky



Milá nastávající maminko,

dovolte mi, abych Vám představil porodnici ve Frýdku-Místku. Naše porodnice je s počtem porodů přes tisíc sto ročně stabilně jednou z největších porodnic v Moravskoslezském kraji. Je držitelem certifikátu Baby Friendly Hospital a poskytuje moderní porodnické služby, které kladou důraz na **rovnocennou komunikaci mezi rodičkou, lékařem a porodní asistentkou**.

Porodní sály jsou moderně vybaveny. Každý porodní box má vlastní sociální zařízení, komfortní porodní postel, sedačku pro doprovod, aromaterapii a bluetooth audio přehrávač. Jeden porodní box je vybaven **porodní vanou**. Další porodní box disponuje **relaxační hydromasážní vanou a systémem combitrack**.

Porody u nás probíhají i přes jejich velké množství v **rodinné atmosféře**. Rodička je pro nás rovnocenný partner. Náš erudovaný a vstřícný personál Vám je při Vašem pobytu vždy oporou a vyjde Vám ve Vašich přáních maximálně vstříc. Během pohotovostní služby jsou vždy přítomny minimálně dvě porodní asistentky a dva lékaři.

Během posledních několika let jsme rozšířili spektrum našich porodnických výkonů o **spontánní porody konce pánevního a zevní obrat plodu v poloze koncem pánevním na polohu hlavičkou**.

V **centru porodní asistence** nabízíme možnost vedení fyziologického porodu pouze porodní asistentkou. Jako jediná porodnice v kraji disponujeme jak porodnickou, tak i relaxační hydromasážní vanou. Za již naprosto standardní považujeme bonding po porodu.

Víme, že po porodu je důležité mít energeticky bohatou a pestrou **stravu**. Náš tým nutričních terapeutek pro Vás denně připravuje pět chodů. Pokud by Vám přesto nestačilo, můžete využít přídavky stravy, které Vám připraví sestry na porodním oddělení.

Naše služby pokračují i po porodu. Obdržíte od nás pamětní list pro Vaše miminko, který se každý rok pravidelně obměňuje. Miminko si můžete nechat vyfotografovat profesionální fotografkou, která na naše oddělení dochází.

Pokud se chcete s naším personálem a prostory seznámit, doporučuji Vám navštívit námi pravidelně pořádané **porodní kurzy**. Další možností k seznámení je **den otevřených dveří**, nebo využít **individuální předporodní konzultace**.

Snahou personálu je, abyste u nás během porodu i po něm byla **maximálně spokojená** a odcházela s rozhodnutím se při dalším porodu vrátit do naší porodnice. Pokud budete mít jakýkoliv dotaz nebo připomínku ke zlepšení služeb, neváhejte mě kontaktovat. Budeme také velmi rádi za Vaši upřímnou zpětnou vazbu, kterou nám můžete zanechat během Vaší hospitalizace.

Věříme, že s našimi službami budete spokojená.



Za celý tým
gynekologicko-porodnického oddělení
prim. MUDr. Martin Němec, MBA



A pregnant woman is shown from the waist up, wearing a white lab coat over a black top. She is holding a banana in her hands. The background is a plain, light-colored wall.

Co byste měla vědět před porodem?

Předporodní kurzy

Naše porodní asistentky, laktační poradkyně a fyzioterapeutky si pro vás připravily tyto kurzy:

1. Příprava k porodu z pohledu fyzioterapie
2. Příprava k porodu- psychoprofylaxe
3. Manipulace s novorozencem
4. Šestinedělí a kojení
5. S porodními babkami – o využití bylinek a aromaterapie v období početí, těhotenství, porodu a šestinedělí, přihlášení možné přes rezervatic.

Termíny kurzů sledujte na web stránkách porodnice a sociálních sítích.

KDY? V pondělí ve 14.00 hod. (kurz trvá 90 minut)

KDE? Seminární místnost, blok E, 2. nadzemní podlaží
(nad nemocničním bistro)

JAK SE PŘIHLÁSIT? Na e-mailové adrese předporodni-kurzy@nemfm.cz



Individuální předporodní kurz

Osobní konzultace porodního plánu s porodní asistentkou, kdy máte možnost se zeptat na cokoliv, co vám není jasné a co chcete řešit v soukromí. Je spojena s prohlídkou porodního sálu a porodního oddělení. Jste vítána v doprovodu manžela nebo partnera.

KDY? Všední den ve 13.30 hod. (délka kurzu 30–45 minut)
nebo jednou měsíčně v odpoledních hodinách 15-19h
(délka kurzu 45–60 minut)

Termíny kurzu sledujte na web stránkách porodnice a sociálních sítích, přihlášení možné přes rezervatic

KDE? Blok D, 3. patro, porodní sál

JAK SE PŘIHLÁSIT? Na e-mailové adrese individualnikurzy@nemfm.cz

Den otevřených dveří

Tato akce se koná několikrát ročně. Od našich lékařů, porodních asistentek a dalších spolupracovníků se dozvíte bližší informace o našem oddělení a možnostech porodu u nás. Součástí dne otevřených dveří je prohlídka porodního sálu a porodního oddělení. Termín konání akce je vždy dopředu zveřejněn na sociálních sítích a webových stránkách porodnice. Přihlásit se můžete přes rezervační systém.

Porodní ambulance

Pokud se rozhodnete родit u nás v porodnici, po 36. týdnu těhotenství vás odešle váš gynekolog k check-in (registrace). Dále pak budete chodit na kontroly ke svému gynekologovi. Ten vás kolem termínu porodu předá již k nám do péče a na kontroly budete chodit jen k nám. Ambulance je moderně vybavená a klimatizovaná. Její součástí je i 3D ultrazvukový přístroj s možností pořízení 3D fotografie plodu. Pro váš komfort nabízíme možnost telefonického objednání k vyšetření na přesný čas, nebo prostřednictvím on line objednávacího systému. Nabízíme možnost konzultace ohledně vedení porodu při poloze miminka koncem pánevním. Při splnění určitých podmínek je možnost родit vaginálně, provést zevní obrat plodu nebo ukončit těhotenství plánovaně císařským řezem. Pokud se chcete podrobně informovat o vašem stavu a možnostech porodu, neváhejte se objednat ke konzultaci na porodní ambulance, která je nejhodnější ve 36. týdnu těhotenství.

Dále rodíme dvojčátka vaginálně a dlouhodobě podporujeme ženy ve VBAC /vaginal birth after praevious CS/ – tzv. vaginální porod po předchozím císařském řezu.

Ambulance se nachází ve 3. patře blok B.

K vyšetření se můžete objednat na telefonním čísle **558 415 731**.

Můžete také využít on-line objednávací systém na portálu MSK.

E-Health <https://e-health.msk.cz>



Kolektiv Centra porodní asistence

Centrum porodní asistence (CPA)

Fyziologické porody jsou vedeny našimi erudovanými porodními asistentkami přímo na porodním sále. V případě jakékoliv komplikace je lékař okamžitě k dispozici.

Porod v CPA minimalizuje počet osob u porodu, prostředí je tedy intimnější. Respektujeme fyziologické tempo porodu a jeho přirozený průběh. Během porodu využíváme nefarmakologické metody tlášení bolesti. Registrace předem není nutná.

Pokud máte o porod v CPA zájem, informujte se při check-in zda splňujete podmínky. Případně se informujte při přijetí k porodu u lékaře, který vás přijímá.

Komunitní porodní asistentka

U nás v porodnici je možno využít služby komunitních porodních asistentek Kateřiny Staňkové, DiS., Bc. Marty Gajdečkové a Marty Ondříčkové. Nabízejí individuální péči v těhotenství, u porodu a v šestinedělí.

Více informací na FB porodnice.



Cvičení v šestinedělí

Cvičení pro těhotné a šestinedělky

Cvičení je pro těhotné ženy jednou z nejvhodnějších aktivit a zároveň příjemnou relaxací.

Před zahájením cvičení je nutné se poradit se svým gynekologem o vhodnosti pohybu. Cviky, které se s námi naučíte, jsou doporučovány nejen k udržení kondice a přípravě k porodu, můžete je také využívat následně celé šestinedělí. Lekce pro budoucí maminky vedou naše zkušené fyzioterapeutky.

KDY? Pondělí v 15.00 hodin pro těhotné, v 16.00 hodin pro šestinedělky
(délka lekce 60 minut)

KDE? Tělocvična rehabilitačního oddělení v suterénu bloku A
JAK SE PŘIHLÁSIT? Objednávejte na telefonním čísle **558 415 545**





Když miminko přichází na svět



Pracovna porodního sálu

Co s sebou do porodnice?

DOKLADY

Těhotenská průkazka, občanský průkaz, průkaz pojištěnce, prohlášení k narození dítěte, (kopie oddacího listu u sezdáných párů), u nesezdáných párů zápis z matriky o určení otcovství a přijmení dítěte.

Rozvedené ženy: pokud se dítě narodí ve lhůtě do 300 dní od rozvodu – rozsudek s vyznačením právní moci.

VĚCI OSOBNÍ POTŘEBY

Přezůvky, vložky, toaletní potřeby, ručníky, mateřskou podprsenku, vložky do podprsenky, masť na bradavky, noční košili, jednorázové porodnické kalhotky, láhev neperlivé vody.

PRO MIMINKO

Balík jednorázových plen, vlhké ubrousky, oblečení a zavinovačku pro miminko na cestu domů. Po porodu nabízíme možnost obléci novorozence do nemocničního nebo vlastního oblečení.

TATÍNEK, NEBO JINÁ DOPROVÁZEJÍCÍ OSOBA

Svačina, tekutiny.

Formuláře (porodní plán, prohlášení o jméně) jsou na webových stránkách Nemocnice ve Frýdku-Místku, p.o. v sekci Porodnice pod odkazem **dokumenty ke stažení**.



Porodní box č.2

Porodní sál

Na porodním sále se nacházejí 3 samostatné porodní boxy, observační pokoj a operační sál k provádění císařských řezů. Na všech porodních boxech je vyhřívací pult k ošetření novorozence, moderní polohovací porodní lůžko, balón, polohovací vaky, porodní stolička, žíněnka, HI-FI soustava, aromadifuzér. Součástí boxů je pohodlná pohovka. Každý box má vlastní sociální zařízení. Na jednom boxe je porodní systém Multitrack a hydromasážní vana. Na jiném boxe pak porodní vana.

Příjem k porodu se nachází ve 3. patře, blok D.



Relaxační vana na porodním boxu č.3



Bonding po porodu

Co nabízíme během porodu?

Nabízíme vám možnost родit v soukromí a strávit celý průběh porodu s partnerem. V případě zájmu je možná přítomnost druhé blízké osoby, nebo doly. Pokud porod probíhá bez komplikací a miminko je zcela v pořádku, je samozřejmostí bonding.

Během porodu nabízíme celou řadu nefarmakologických metod tlášení bolesti – hydromasážní vanu, muzikoterapii, aromaterapii, vaginální napáčku a polohovací vaky. Bezplatně nabízíme epidurální analgezi, jejíž podání je k dispozici po 24 hod. deně. Za poplatek můžete využít inhalační anestézi Entonox (cena se řídí aktuálním platným ceníkem nemocnice). K sledování ozev miminka jsou k dispozici bezdrátové sondy.

Po porodu zůstanete 2 hodiny na porodní sále. Poté vás převezeme na porodní oddělení.

Při neakutním císařském řezu je možná přítomnost jedné doprovázející osoby na operačním sále a bonding.



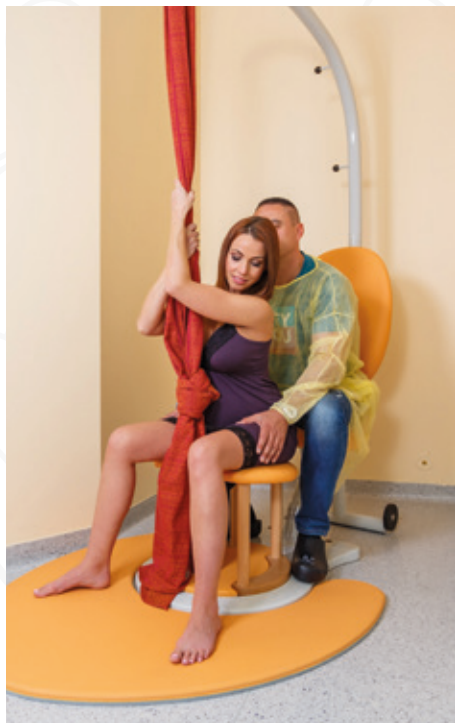
Porodní box č. 1 s porodní vanou

Porod do vody

Náš porodní sál je vybaven porodní vanou, ve které mohou probíhat fyziologické porody přímo do vody.

Odběr pupečnickové krve a tkáně pupečnicku

Spolupracujeme se společností Cord Blood Center CZ a Národní centrum pupečnickové krve, s.r.o. V případě zájmu odběru pupečnickové krve a tkáně pupečnicku, kontaktujte jednu ze společností.



Combitrack systém





Porodem naše péče nekončí



Denní místnost na oddělení šestinedělí

Porodní oddělení

Na porodním oddělení je celkem 11 pokojů, celé oddělení je plně klimatizováno. Pokoje jsou účelně a moderně vybaveny s vlastním sociálním zařízením, televizí a bezplatnou WI-FI sítí. K dispozici jsou dva nadstandardní jednolůžkové pokoje a dva rodinné pokoje, ve kterých s vámi může doprovázející osoba zůstat po celou dobu hospitalizace. Tato služba je zpoplatněna. Aktuální cenu naleznete v platném ceníku na web stránkách nemocnice.

Na památku narození vašeho dítěte vám věnujeme pamětní list. Na přání do něj můžeme otisknout nožku miminka. V případě zájmu máte možnost pořízení fotografie dítěte profesionální fotografkou přímo na oddělení.

Na oddělení šestinedělí rodičkám nabízíme pestrou a energeticky vyváženou stravu. Jídelníček je sestaven ve spolupráci s naší nutriční terapeutkou. Maminky s těhotenskou cukrovkou navštíví diabetolog. Při pohybových obtížích je k dispozici fyzioterapeut, který rodičkám doporučí vhodný pohybový režim v šestinedělí. V případě potřeby může mamince poradit sociální pracovnice.

Součástí oddělení je malá kuchyňka, která nabízí občerstvení během celého dne.



Rodinný pokoj

Nabízíme možnost ambulantního porodu. Následně doplnění vyšetření novorozence je možné po domluvě na dětské ambulanci.

Těhotenství, porod i následně šestinedělí může být pro ženu náročné nejen fyzicky, ale i psychicky. Proto rozvíjíme spolupráci s organizací Úsměv mámy, která působí v prevenci psychických onemocnění v souvislosti s náročnou rolí matky.

Návštěvy jsou po domluvě s personálem možné od 8 do 20 hodin.

KOMUNITNÍ PÉČE

V šestinedělí nabízíme návštěvu porodní asistentkou všem klientkám, které rodili v naší porodnici. Zkontrolujeme porodní poranění nebo jizvu po císařském řezu. Pomůžeme s laktací, upravíme techniku kojení, poradíme správnou polohu dítěte u kojení. Doporučíme vhodné cvičení a režim v šestinedělí. A to vše během 60 minut v pohodlí vašeho domova. Nabízíme také 1 návštěvu těhotné ženy ještě před porodem. Vše je hrazeno zdravotní pojišťovnou.

BABY MASÁŽE

Dvakrát týdně probíhají přímo na oddělení šestinedělí baby masáže. V průběhu pobytu se můžete kurzu zúčastnit zdarma. Naše zkušené lektorky Vám ukážou vše co o masážích miminek potřebujete vědět.



Novorozenecké oddělení

Novorozenecké oddělení

Je součástí porodního oddělení. Je vybaveno moderní přístrojovou technikou (inkubátory, fototerapie), která slouží ke zvládnutí případných poporodních komplikací. V rámci rooming-in jsou děti v postýlkách s monitory dechu umístěny na pokoji společně s maminkami.

Během pobytu na novorozeneckém oddělení děti absolvují všechna potřebná screeningová vyšetření k odhalení případných vrozených vad:

- biochemický screening (metabolické vady, hormonální poruchy, cystická fibrosa)
- novorozenecký laboratorní screening spinální muskulární atrofie (SMA) a skupiny onemocnění těžké kombinované imunodeficiency (SCID)
- ortopedický screening (vývojové vady kyčlí)
- sluch – vyšetření OAE (otoakustické emise)
- vrozený šedý zákal – výbavnost červeného reflexu
- UZ ledvin
- screening kritických srdečních vad /CCHD/

Přítomnost matky u všech vyšetření je samozřejmostí.

V rámci minimalizace bolesti novorozenců při aplikaci vitamínu K injekcí do svalu nabízíme možnost podání vitamínu K perorálně v kapkách.



Tým novorozeneckého oddělení

Kojení

Na novorozeneckém oddělení pracuje tým proškolených laktačních poradkyň, které jsou velmi ochotny pomoci maminkám s kojením a s péčí o novorozence. K dispozici jsou pomůcky ke kojení, včetně profesionální odsávačky mléka.

Pro maminky, které již opustily porodnici a potřebují s kojením poradit, je určena naše laktační poradna. **Volat můžete nepřetržitě na tel. 558 415 430.** Pokud telefonické poradenství nebude stačit, můžete kontaktovat koordinátorku těhotenské a poporodní péče Mgr.Terezu Rykrovou, která vám nabídne návštěvu laktační poradkyně u vás doma.

Naším cílem je především to, abyste odcházela s pocitem, že doma všechno bez problémů zvládnete.

MINIKURZ ŠÁTKOVÁNÍ DĚTÍ

Naše novorozenecké oddělení si pro všechny příznivce šátkování dětí připravilo kurz kde se naučíte jak používat šátek správně. Během kurzu který bude trvat cca 75 minut Vás naučíme úvaz kříž s kapsou venku/uvnitř.

Důležité kontakty

Porodní sál – 3. patro blok D – provoz nepřetržitý
příjem k porodu, vyšetření při děložní činnosti nebo odtoku plodové vody

☎ 558 415 740

Porodní ambulance – 3. patro, blok B
předporodní kontroly, check-in, plánované příjmy k porodu
a k císařskému řezu

☎ 558 415 731

Primář gynekologicko-porodního oddělení

MUDr. Martin Němec, MBA

☎ 558 415 725

✉ nemecma@nemfm.cz

Vrchní sestra gynekologicko-porodního oddělení

Lenka Bařinová

☎ 558 415 727

✉ barinova@nemfm.cz

Staniční sestra porodního sálu

Irena Peřinová

☎ 558 415 740

✉ perinova@nemfm.cz

Laktační poradenství – konzultace nepřetržitě

☎ 558 415 430

Koordinátor těhotenské a poporodní péče

Mgr. Tereza Rykrová

☎ 604 903 408

Primář dětského a novorozeneckého oddělení

Doc. MUDr. Eva Klásková, Ph.D.

☎ 558 415 405

✉ klaskova@nemfm.cz

Vedoucí lékař novorozeneckého oddělení

MUDr. Jiřina Vídičanová

☎ 558 415 430

✉ vidicanovaj@nemfm.cz



Kolektiv gynekologicko-porodního oddělení

Online objednávací portál
<https://e-health.msk.cz>

Virtuální prohlídka
<http://www.nemfm.cz>

On line internetová poradna
[www.nemfm.cz/cz/cz/on-line poradna/](http://www.nemfm.cz/cz/cz/on-line%20poradna/)

Najdete nás na FB a Instagramu
Porodnice Frýdek-Místek

www.nemfm.cz/porodnice/

Cena všech služeb se řídí platným ceníkem Nemocnice ve Frýdku-Místku p. o.
uvedeným na www.nemfm.cz.

Vzniklo ve spolupráci s našimi kolegy a klienty

Autorka fotografie na titulní straně: Natálie Blašková



Nemocnice ve Frýdku-Místku, příspěvková organizace

El. Krásnohorské 321, FRÝDEK
738 01 Frýdek-Místek

www.nemfm.cz

2024
2.vydání



www.cordbloodcenter.cz

