**Примерная форма «плана родов» для беларусского роддома:**

**Наименование и (или) адрес организации либо должность лица, которым направляется обращение**

Например:

Главному врачу,

Персоналу родильного отделения

УЗ «Городская клиническая больница скорой медицинской помощи г. Гродно»

от **ФИО**,

 **проживающей по адресу:**

**телефон:**

**электронная почта** (для электронных обращений)

**ЗАЯВЛЕНИЕ**

**Об учете прав и интересов в проведении родов**

(Это примерные условия «плана родов». Нет типового или подходящего для всех «плана родов». Каждой женщине, которая хочет воспользоваться «планом родов» стоит редактировать его условия под свои действительные потребности, сформированные в процессе подготовки к родам и/или из опыта предыдущих беременностей и родов, для того, чтобы его условия были понятны ей и наполнены для нее смыслом.)

На основании статьи 41 (Права пациентов), ст. 44 (Условия оказания медицинской помощи пациенту)  и ст. 45 (Отказ пациента от оказания медицинской помощи, в том числе медицинского вмешательства) Закона Республики Беларусь «О здравоохранении» от 18.06.1993 года (с изменениями и дополнениями) я, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_,  вместе со своим партнером и моим представителем в родах \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, прошла подготовку к родам и представляю себе их течение, и хотела бы, чтобы мои роды протекали максимально естественно, я сама и мой партнер в родах готовы способствовать этому.

Поэтому я заранее прошу Вас о следующем:

1. Обеспечить возможность присутствия и участия моего партнера, который является моим представителем в родах, в течение всего процесса родов для непрерывной поддержки в течение родов.
2. По возможности обращайтесь сначала к моему партнеру с вопросами при поступлении в роддом, в процессе родов как к представителю или посреднику в эффективной коммуникации, если я сама не могу отвечать на них, не вступаю с вами в контакт, находясь в активной родовой деятельности.
3. Отказываюсь от бритья промежности и лобковой области при естественных родах, клизмы при поступлении в роддом.
4. Провести роды без медицинского вмешательства для их ускорения, если мое состояние и состояние плода приемлемо (окситоцин и пр.) и анестезии без моей просьбы об этом в родах (исключая случаи жизненно важных показаний).
5. Прошу содействовать акушерской помощью и/или дать возможность партнеру помогать в использовании техник релаксации (включая постепенное мышечное расслабление, дыхательные методики, практику осознанности, музыку, массаж или аппликация теплых пакетов) для контроля и немедикаментозного облегчения боли в родах. Я и мой партнер имеем представление и некоторую практику в этом для использования во время родов и готовы во многом сами обеспечивать немедикаментозное обезболивание родов.
6. При необходимости применения медицинских процедур и инъекций препаратов мне или моему ребенку (по жизненно важным показаниям) прошу уведомить меня о цели их применения, названии препарата (процедуры), показаниях, противопоказаниях, побочных действиях и получить мое письменное информированное согласие на их проведение.
7. Прошу дать мне возможность свободно двигаться и менять позиции в период схваток (в т.ч. используя фитбол и другие приспособления).
8. Прошу не проводить рутинного выполнения кардиотокографии плода или непрерывной кардиотокографии (желательно только при условии угрозы плоду; не лежать при этом, если мне будет это некомфортно, а иметь возможность сидеть или стоять, двигаться, сесть на фитбол, выбирать позы по своим ощущениям в родах; в иных случаях выслушивать сердцебиение стетоскопом) и не проводить частые влагалищные осмотры (при большой необходимости 2-3 осмотра, не применять рутинного промывания влагалища мед.растворами).
9. Не вскрывать околоплодный пузырь для стимуляции родов. В случае необходимости использования амниотомии в активной фазе первого периода родов прошу получить мое письменное информированное согласие на ее проведение.
10. Прошу дать возможность занять удобную для меня позицию во время потуг, заняв удобное мне вертикальное положение, так как при таком положении для каждой потуги требуется меньше усилий и у ребенка во время родов снижается вероятность получения травм. При невозможности проведения потужного периода вне родильного кресла, спинку кресла поставить под углом.
11. Прошу акушерской поддержки в естественном натуживании в период изгнания плода, чему способствует не рожать лежа на спине, возможность менять позиции в поиске удобной для потуг и позволять силе гравитации и телу продвигать ребенка естественным путем, дыхание на схватке вместо потуг по команде, отказ от ручного давления на живот в потугах с целью облегчения родов.
12. Я отказываюсь от рутинного или свободного проведения рассечения промежности (любого разреза промежности), при условии, что это не угрожает жизни моего ребёнка и нет показаний для меня лично, о которых я проинформирована и изменила свое решение. Создание условий для просьб в пунктах 10 и 11 снижает риски разрывов.

*Варианты формулировок просьб об отсроченном пережатии/перерезании пуповины:*

1. Не накладывайте зажим на пуповину и не перерезайте ее до окончания пульсации (около 10 — 15 минут, пуповина будет к тому времени выглядеть почти пустой, беловатой и твердой), а ребенка на это время оставить на уровне моего таза. Это необходимо, чтобы ребенок в полной мере мог получить всю полагающуюся ему кровь, находящуюся в плаценте.

*Или*

Прошу об отсроченном пережатии пуповины (не раньше, чем через одну минуту после рождения).

1. После пережатия пуповины положите ребенка мне на живот и укройте нас одеялом - для прямого телесного контакта и отложите все процедуры на 1 — 1,5 часа (измерения, анализы), если позволяет его состояние — на период осуществления импринтинга (установление контакта с мамой), формирования микробиома, возможности приложить к груди после рождения и стимуляции грудного вскармливания, профилактики переохлаждения или перегревания.
2. Не применяйте назальных и оральных отсосов, если ребенок родился с чистыми амниотическими водами и начал самостоятельно дышать. Не смывайте и не вытирайте с ребенка полностью первородную смазку сразу после рождения. Купание не ранее, чем через 24 часа. Не обрабатывайте глаза и половые органы антибактериальными препаратами. Осмотр ребёнка проводить только наружно.
3. Для выхода последа не применяйте окситоцин, вытягивание за пуповину, не выдавливайте послеродовую кровь. Если нет острых показаний не проводите ручное отделение последа, хотя бы в течении часа (ребёнок посасывая грудь, даёт возможность естественному отхождению последа). Не проводите длительный массаж матки.
4. Не разлучайте меня с ребенком, если на то нет жизненно важных показаний. Я хочу находиться с ним все время сразу же после его рождения и мой партнер в родах может осуществлять необходимую помощь в этом в течение 2 часов до перевода в послеродовую палату. Если в разлучении в течении 2 часов после родов или позже возникает острая необходимость, пусть это будет период не более чем 30 мин. Мой партнер в родах может находиться с ребенком, если такая необходимость возникла до перевода в послеродовую палату.
5. Я отказываюсь от вакцинации моего ребенка (гепатит В и туберкулез (БЦЖ).

*или*

Я прошу провести вакцинацию ребенка в моем присутствии, когда буду в состоянии после окончании родов сопровождать его для этих процедур.

1. Отказываюсь от докорма и допаивания ребёнка в случае моей физической возможности кормить ребенка грудью: я в сознании после родов и способна кормить ребенка самостоятельно.
2. Все процедуры, пеленания, осмотр неонатолога, взятие анализов, проводить только в моем присутствии.
3. Отказываюсь от флюорографии в послеродовом отделении.
4. Ранняя выписка по желанию, не ранее, чем через 24 часа, не дожидаясь отпадения пуповины.

**Я понимаю, что все пункты заявления выполнимы при условии физиологического течения родов и послеродового периода, отсутствия необходимости оказания экстренной помощи в случае развития осложнений для меня или моего ребенка.**

**Если во время родов случится так, что некоторые пункты моего «плана родов» не смогут быть реализованы, в этой ситуации я прошу вас проинформировать меня об этом и готова принять новые решения.**

**Спасибо за прислушивание к моим просьбам и соблюдение моих прав!**

Приложение:

…

***Дата***                                                                        ***Подпись***                   А.А. Радзинская

                                                                                 Подпись                   А.А. Савочкина (отец ребенка, муж или партнер -ша в родах)

**Примечание:**

1. Это примерная форма заявления, содержащая возможные формы пожеланий, предварительных отказов. Это заявление, которое вы можете отредактировать по своему усмотрению.

Нет типового или подходящего для всех «плана родов». Каждой женщине, которая хочет воспользоваться «планом родов» стоит редактировать его условия под свои действительные потребности, сформированные в процессе подготовки к родам и/или из опыта предыдущих беременностей и родов, для того, чтобы его условия были понятны ей и наполнены для нее смыслом.

1. Опубликован примерный «план родов» в редакции проекта «Радзіны», с учетом:

 - рекомендаций адвоката,

- Рекомендаций ВОЗ по уходу в интранатальный период для формирования положительного опыта родов: улучшение здоровья и благополучия матерей и новорожденных. 2018. <http://radziny.by/rekomendacii-voz-rody-2018/>

- Клинического протокола **«Медицинское наблюдение и оказание медицинской помощи женщинам в акушерстве и гинекологии»**(утвержден постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 19.02.2018 №17);

<http://radziny.by/protokoly-minzdrava/>

- Первая примерная форма «плана родов» была составлена и опубликовала доулой и врачом-консультантом Анной Кузнецовой (Гродно) – оригинал здесь <http://mamalama.by/plan-rodov/>

1. Рекомендации по использованию «плана родов» в белорусском роддоме

<http://radziny.by/plan-rodov-v-roddome/>

1. Сделав необходимые правки, примечание стоит удалить, перед сохранением своей версии или распечаткой текста заявления.

**Проект «Радзіны»**

<http://radziny.by>

**Инициатива «Твое право на позитивный опыт родов!»**

[http://planrodov.radziny.by](http://роды.бел)

**Вы можете получить больше информации и консультации:**

Наш инстаграм: <https://www.instagram.com/radziny.by/>

Группа на Facebook: <https://www.facebook.com/groups/radziny1/>

Подписывайтесь на наш канал на youtube <https://www.youtube.com/channel/UCZwBzA3WtVLBzya6RSR46Bw>

 - смотрите интересные и полезные видео - от мам и экспертов!