



## תכנית הלידה שלי

קוראים לי: \_\_\_\_\_

תאריך: \_\_\_\_\_ שם המיילדת: \_\_\_\_\_ תאריך לידה משוער: \_\_\_\_\_

הלידה הינה חוויה מרגשת ואינטימית בחיינו. בחרנו ללדת בחדר לידה של מרכז רפואי מאיר, מתוך התרשמות והבנה שנוכל להשיג שיתוף פעולה עם הצוות לגבי תוכנית הלידה שלנו. אנו מבקשים לכבד את בקשתנו לאורך תהליך הלידה עד כמה שניתן.

הריון מספר \_\_\_\_\_ לידה מספר \_\_\_\_\_

מידע על לידות קודמות והדגשים נוספים:

### חשוב לי/לנו: ♥

- חשוב לי שאנשי הצוות יזדהו בשמם ותפקידם.
- אני מבקשת שהמלווים שלי ישהו איתי בתהליך הלידה ובלידה ככל שניתן.
- חשוב לי לדעת מי המיילדת שמלווה אותי.
- חשוב לי לקבל הסבר לפני כל בדיקה ו/או כל התערבות רפואית ולהיות מעורבת בקבלת ההחלטות.

### תהליך הקבלה / מיון יולדות: ♥

ידוע לי שבחדר הקבלה אדרש לעבור בדיקת מוניטור רציפה. אעדיף לעשות זאת (תוך הבנה שרישום המוניטור צריך להיות ברור ותקין).

- בשכיבה
- בעמידה
- בישיבה על כדור

### חוקן: ♥

- אני מעוניינת בביצוע חוקן כהכנה ללידה
- כן
- לא

### בקשות נוספות בתהליך הקבלה: ♥



### ♥ נבקש יצירת סביבה תומכת בחדר לידה על ידי:

אני מבקשת להשמיע מוסיקה שהבאתי כדי לסייע ביצירת אוירה מרגיעה:  כן  לא  
אני מבקשת לעמעם אורות בחדר:  כן  לא

### ♥ ניטור (מוניטור):

אני מבקשת לנטר את הדופק העוברי באופן:  רציף  לסירוגין

### ♥ שיכון כאבים:

משככי כאבים בהם היינו מעוניינים:

טנס  פטידין (פנרגן)  אמצעים טבעיים (נשימות, תנועה, מגע, מים, דמיון מודרך, רפלקסולוגיה וכד')  
 נייטרקס (גז צחוק)  להימנע משיכון כאבים  
 אפידורל  לא החלטתי

### ♥ תנועתיות בלידה:

אני מבקשת להיות בתנועתיות רוב הזמן, אשמח להדרכה והכוונה מצד הצוות לגבי תנועתיות, עיסויים וכדומה.  
 גם אם אבחר לקבל הרדמה אפידוראלית, אשמח לקבל הסבר וסיוע לתנועתיות.

### ♥ שלב שני של הלידה:

אני מבקשת שתציעו לי תנוחות שונות ללחיצות, כדי שאוכל לבחור בשיתוף עם המיילדת את הלחיצה המתאימה לי ואשר תסייע לי ללחוץ באופן יעיל.  
 מאחר וביצעתי עיסוי פרינאום במהלך ההיריון, אני מבקשת מהמיילדת לעסות את הפירניאום לקראת הלידה.

אם יתעורר צורך לבצע חתך חיץ אפיזיוטומי, אני מבקשת:  לא לידע אותי  ליידע אותי

## ♥ לאחר יציאת התינוק:

חיתוך חבל הטבור על ידי בן זוגי:  כן  לא  לא החלטנו

אני מבקשת להשאיר את התינוק על גופי זמן ארוך ככל שניתן:

כן  לא

אני מבקשת להניק הנקה ראשונה סמוך ללידה.

העברת התינוק תעשה בליווי בן הזוג.

אני מבקשת לאפשר לנו (הורים ותינוק), זמן הכרות ממושך ככל שניתן לפני ההעברה למחלקת יילודים.

## בקשות נוספות:

---

---

---

## ♥ מחלקת ילודים:

חשוב לנו לקבל הסבר לפני כל בדיקה ו/או התערבות רפואית לתינוק ולהיות מעורבים בקבלת ההחלטות.

אני מבקשת להניק בלבד. אנא ציינו זאת על העריסה.

אני מעוניינת בהנקה, אך אשמח להאכיל את תינוקי בעצמי. אנא קראו לי במידת הצורך.

אני מבקשת להימנע ממתן מוצץ לתינוק, אנא ציינו זאת על העריסה.

מחלקת יולדות לאחר הלידה:

אני מעוניינת להיות במחלקת ביות חלקי/גמיש

אני מעוניינת להיות במחלקת באפס הפרדה