

## О партнерских родах

### Как происходят партнерские роды и как к ним подготовиться

Партнерские роды в первую очередь про поддержку во время этого тяжелого и пугающего процесса. Это роды с помощником, когда помимо медицинского персонала в родильном зале присутствует близкий человек. Чаще всего это отец ребенка, который помогает роженице как морально, так и физически. Роды - это особое событие в жизни женщины, во время которого ей может потребоваться поддержка и комфорт родного человека.

#### Что такое партнерские роды



Поддержка близкого и родного человека играет огромную роль во время беременности. И если есть человек, которому женщина безоговорочно доверяет, с кем ей комфортно и спокойно, – она может воспользоваться возможностью его присутствия на родах. Это может быть мать, сестра, подруга, близкий родственник, духовный наставник, психолог - кто угодно. Но чаще всего таким человеком оказывается муж, будущий отец.

Существует несколько вариантов партнерских родов. Кому-то требуется помощь на этапе подготовки, кому-то – поддержка в момент схваток, некоторые осознанно проходят вместе весь родовой процесс, от болезненных схваток до первого крика младенца.

Помощник по родам – это не просто пассивный наблюдатель. Он должен принимать активное участие, уметь облегчить боль, поддержать эмоционально, решить при необходимости возникшие вопросы с персоналом медучреждения.

Но до того как принять решение о [совместных родах с мужем](#), будущим родителям следует обсудить множество щепетильных моментов, пройти подготовку, проконсультироваться со специалистом. Ведь от тактики поведения партнера по родам зависит во многом настрой роженицы и общий эмоциональный фон.

## Как происходят совместные роды

К мероприятию следует готовиться заранее. Будущим родителям желательно посетить специальные курсы, лекции, посмотреть фильмы, проконсультироваться со специалистами, чтобы во время родов не было сюрпризов. Мужчина должен заранее узнать свою роль, изучить необходимые действия и знать, как вести себя в той или иной ситуации.

Роды с мужем – не редкость. Медперсонал не против них, но должен быть извещен об этом заранее. Активное участие мужа начинается еще дома, в процессе подготовки женщины. Желательно чтобы он помогал собирать сумки в роддом и знал, что в них и где именно находится.

Как только начинаются схватки, будущий отец начинает активные действия по снятию эмоционального напряжения, облегчению болевых ощущений. Если он хорошо подготовлен, то ему легче скоординировать действия супруги в эти моменты.

По прибытию в медучреждение партнер по родам также проходит подготовку, тщательно моет руки, надевает стерильную одежду и направляется к роженице до момента начала родовой деятельности.

Хорошо, если будущий отец будет знать некоторые приемы для уменьшения боли во время схваток и расслабления между ними, напоминать и помогать менять положение тела как можно чаще, ходить с женой под руку по палате, выполнять массаж поясничного отдела.

Когда первый родовой период подходит к концу, схватки становятся интенсивнее. Для их облегчения можно начать выполнять дыхательные упражнения. Как только к схваткам добавляются потуги – пришло время второго периода родов.

Подключается медицинский персонал. Муж располагается у головы роженицы и помогает ей выполнять команды акушера, следит за дыханием, подбадривает, держит за руку, поддерживает спину.

Как только малыш рождается, будущему отцу предоставляют право перерезать пуповину и отправиться с врачом в другую комнату для оценки состояния ребенка по шкале АПГАР, обтирания, взвешивания, накладывания информационных бирок и выполнения прочих необходимых процедур.

В некоторых случаях партнер по родам покидает родильное отделение в момент начала потуг и возвращается для перетягивания пуповины. Такой вариант рекомендуется особо эмоциональным мужчинам.

Такое течение родового процесса является идеальным. Но так бывает не всегда. В случае возникновения непредвиденных ситуаций – необходимости реанимационных мероприятий, кесарева сечения – медперсонал может попросить будущего отца покинуть родильный зал.

## Преимущества

Рождение ребенка – процесс не только физиологический. В этот момент роженица испытывает глубокое психологическое потрясение, в ней просыпается материнский инстинкт, раскрывается истинная женская сущность. Присутствие рядом близкого и родного человека, позитивный настрой, уверенность и спокойствие – то, что нужно женщине в этот нелегкий период.

Преимущества участия в рождении на свет малыша могут быть в следующем:

- По мнению психологов, отец, который присутствовал в момент рождения ребенка, сразу же включается в процесс его выращивания и воспитания. У него включается отцовский инстинкт, он становится более ответственным, в отличие от тех, кто осознает свое отцовство спустя несколько месяцев, а иногда и лет.
- После партнерских родов муж, осознавший все тяготы женской доли, становится более терпимым, трепетным, сострадательным. Отношения в такой семье теплые.
- Сразу после рождения малыш, находясь на руках у отца, устанавливает с ним контакт, начинает формироваться привязанность.

Но не все так позитивно, как может показаться на первый взгляд. И мнение психологов на этот счет неоднозначно. В некоторых ситуациях супругам рекомендуется отказаться от идеи совместных родов.

## Недостатки

Один из основных недостатков – чрезмерная эмоциональная нагрузка на обоих партнеров. Но женщине в этом случае деваться некуда, она справится, а вот с мужчиной все может быть сложнее. Слишком впечатлительные мужчины могут не выдержать эмоционального потрясения.

Бывали случаи, когда будущий отец падал в обморок. Опасно, если это случится в тот момент, когда у него на руках будет новорожденный. Стоит хорошо подумать, прежде чем подвергать малыша такой опасности.

К другим недостаткам можно отнести:

- Неприглядность процесса с эстетической точки зрения. Некоторых женщин слишком сильно волнуют внешний вид, поза и поведение, которое может наблюдать супруг. Партнерские роды с мужем – не лучший вариант для таких семей. Будет лучше, если роженица все свое внимание и силы направит на процесс

появления малыша на свет и не будет отвлекаться, смущаться или комплексовать перед супругом.

- Риски, связанные с ухудшением отношений в семье. Если в паре не все гладко, отсутствует взаимопонимание и сострадание, не стоит надеяться на то, что совместные роды помогут наладить семейную жизнь. Чаще всего происходит иначе, некоторые пары не выдерживают такого испытания на прочность.

Прежде чем принять окончательное решение об участии супруга в процессе появления на свет ребенка, паре следует взвесить все «за» и «против», оценить возможные последствия и преимущества.

- Наличие партнера в родах приветствуется и предлагается пациенткам при наличии индивидуальных родовых залов в родильном отделении и при наличии обследования.

Что нужно при себе иметь для участия в партнёрских родах:

- Результат ПЦР, подтверждающий «отрицательный» статус по COVID-19 давностью не более чем за 48 часов до предполагаемой даты родов!!!!Также партнёр может сдать тест по факту поступления в роддом.
- Флюорография не более 6 месяцев без патологий органов грудной клетки
- Чистая сменная одежда и обувь
- Партнёрские роды возможны при наличии свободного индивидуального родзала
- Партнёр может приехать с Вами по факту схваток

Напоминаем, что эта услуга является бесплатной