

## PLAN PORODA

Prije ispunjavanja plana porođaja educirala sam se i spremna sam aktivno sudjelovati kako bi moje želje bile ispunjene u što većoj mjeri.

Svjesna sam da je nemoguće u potpunosti isplanirati tijek porođaja te da ću u slučaju komplikacija uz savjet liječnika i primalje donijeti nužne odluke. Želim biti obaviještena o svim medicinskim postupcima koji će se provoditi nada mnom i nad mojim djetetom.

Molim Vas da dok god **porođaj teče bez komplikacija i sve je u redu s djetetom i sa mnom uvažite sljedeće:**

- Želim supruga uz sebe na porodu.
- Želim se neometano kretati koliko je to u boksu moguće i koristiti pilates loptu.
- Ne želim da se porod olakšava lijekovima ili ubrzava intervencijama (prokidanjem vodenjaka, dripom ili epiziotomijom) dok god je sve u redu sa mnom i s mojim djetetom.
- Ne želim roditi u ležećem položaju.
- Želim tiskati prema instinktu.
- Želim da se pričeka da pupčana vrpca otpulsira prije no što se prereže.
- Želim isključivo dojiti svoje dijete (na zahtjev djeteta) te molim da se djetetu ne daje nikakva tekućina osim majčinog mlijeka.

Unaprijed hvala na Vašoj suradnji u provođenju mogeg plana poroda!

Majka

Otac