

**Rola i zadania położnej POZ w opiece
sprawowanej nad matką i dzieckiem w
środowisku zamieszkania, wynikające z
obowiązujących standardów opieki
okołoporodowej i zarządzeń Prezesa
Narodowego Funduszu Zdrowia.**

Agnieszka Kamińska-Nowak

Położna POZ

W ciąży opieka położnej

- Praktyczne i teoretyczne przygotowanie do
- porodu, porodu, karmienia piersią i
rodzicielstwa w formie grupowej lub
indywidualnej
- PLAN EDUKACJI PRZEDPORODOWEJ- z
uwzględnieniem promocji karmienia piersią
- PLAN PORODU Z UWZGLĘDNIENIEM KARMIENIA
PIERSIĄ
- LAKTOGENEZA 1 I 2- wychwycenie grup ryzyka kobiet
i otoczenie ich opieką bardziej skoncentrowaną

Połów

1. Położnicy i jej dziecku należy zapewnić ciągłą profesjonalną opiekę w miejscu zamieszkania albo pobytu.
2. Opieka nad położnicą obejmuje w szczególności ocenę:
 - 1) stanu ogólnego położnicy;
 - 2) stanu położniczego: involucji mięśnia macicy (badanie wysokości dna macicy), ilości i jakości odchodów połogowych gojenia się rany krocza, stanu gruczołów piersiowych i brodawek;
 - 3) laktacji;
 - 4) czynności pęcherza moczowego i jelit;
 - 5) higieny ciała;
 - 6) stanu psychicznego położnicy;
 - 7) relacji rodzinnych i wydolności opiekuńczej rodziny

Opieka nad noworodkiem obejmuje w szczególności ocenę:

- 1) stanu ogólnego noworodka (ciepłota ciała, masa ciała, czynność serca, czynność oddechowa, oddawanie moczu i stolca
- 2) obecności odruchów noworodkowych;
- 3) stanu skóry (w szczególności: zażółcenie powłok skórnych, zaczerwienienie rumień, odparzenia, wyprzenia, potówki, wysypka, ciemieniucha, zasinienie, otarcia, zadrapania, wybroczyny);
- 4) odżywiania określenie rodzaju pokarmu (karmienie naturalne, sztuczne, mieszane), techniki i sposobu karmienia, dopajania **z ochroną karmienia piersią** oraz objawów zaburzeń jelitowych (ulewanie pokarmu, kolka jelitowa);
- 5) oczu (obrzęk powiek, łzawienie, obecność śluzu, ropy), nosa (wydzielina) i jamy ustnej (pleśniawki);

Opieka nad noworodkiem

- 6) zachowania się dziecka (sen, aktywność ruchowa, płacz);
- 7) sposobu zapewniania higieny ciała (kąpiel, toaleta, przewijanie i zmiana pieluszek, ubranie);
- 8) stanu kikuta pępowiny (wilgotny, ropiejący, suchy) i dna pępka (suche, wilgotne, ropiejące, ziarninujące, stan zapalny okołopępkowy, przepuklina);
- 9) higieny pomieszczenia, w którym przebywa noworodek;
- 10) wykonania badań przesiewowych w ramach programów z drowotnych wdrożonych i realizowanych na podstawie art. 48 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych oraz szc zepień zgodnie z przepisami wydanymi na podstawie art. 17 ust. 10 ustawy z dnia 5 grudnia 2008 r. o zapobieganiu oraz z walczeniu zakażeń i chorób zakaźnych u ludzi (Dz. U. z 2013 r poz. 947, z późn. zm.).

5. Wyniki ocen położnicy i noworodka określonych w ust. 2 i 4 odnotowuje się w dokumentacji medycznej.

6. Opieka nad położnicą w domu powinna być realizowana według indywidualnego planu opieki modyfikowanego stanem położnicy i noworodka oraz sytuacją w środowisku domowym

7. Podmiot leczniczy wykonujący działalność leczniczą sprawujący opiekę nad kobietą w czasie porodu przekazuje w dniu wypisu zgłoszenie o porodzie położnej podstawowej opieki zdrowotnej, o której mowa w części XII ust. 19.
8. Położna wykonuje nie mniej niż 4 wizyty (pierwsza wizyta odbywa się nie później niż w ciągu 48 godzin od otrzymania przez położną zgłoszenia urodzenia dziecka). **edukacyjnych wizytach laktacyjnych udzielonych w trakcie wizyt patronażowych** w opiece nad dzieckiem do ukończenia 2. miesiąca życia oraz kobietą w okresie połogu, zgodnie z okodowaniem **wg Międzynarodowej Klasyfikacji Procedur Medycznych ICD-9;**
9. Planując i realizując indywidualny plan opieki, położna kieruje się dobrem położnicy i jej dziecka, poszanowaniem ich podmiotowości i godności osobistej

10. Podczas wizyt położna w szczególności:

- 1) ocenia stan zdrowia położnicy i noworodka;
- 2) obserwuje i ocenia rozwój fizyczny dziecka oraz przyrost masy ciała;
- 3) udziela rad i wskazówek na temat opieki nad noworodkiem i jego pielęgnacji;
- 4) ocenia, w jakim stopniu położnica stosuje się do zaleceń położnej dotyczących opieki i pielęgnacji noworodka;
- 5) ocenia możliwości udzielania pomocy i wsparcia dla położnicy ze strony osoby bliskiej;
- 6) ocenia relacje w rodzinie, interweniuje w przypadku zaobserwowania przemocy lub innych występujących nieprawidłowości;
- 7) zachęca matkę do karmienia naturalnego noworodka, prowadzi instruktaż i koryguje nieprawidłowości w przebiegu karmienia piersią, ocenia przebieg karmienia naturalnego i czynniki ryzyka niepowodzenia w laktacji oraz pomaga w rozwiązywaniu problemów związanych z laktacją;

- 8) edukuje w zakresie profilaktyki przeciwwkrzywicznej i przeciwwrotocznej;
- 9) informuje o obowiązku zgłaszania się z dzieckiem na szczepienia ochronne i badania profilaktyczne;
- 10) informuje o potrzebie odbycia wizyty u lekarza specjalisty w dziedzinie położnictwa i ginekologii w 6. tygodniu połogu;
- 11) udziela wskazówek na temat zdrowego stylu życia;
- 12) udziela porad na temat minimalizowania stresu i radzenia sobie ze stresem;
- 13) prowadzi edukację zdrowotną, ze szczególnym uwzględnieniem: wpływu palenia tytoniu na zdrowie, profilaktyki raka piersi i raka szyjki macicy, metod planowania rodziny, higieny i trybu życia w połogu, odżywiania matki karmiącej, korzyści z karmienia piersią, rozwiązywania i zapobiegania problemom związanym z laktacją, pielęgnacji rany krocza oraz pielęgnacji skóry dziecka;
- 14) realizuje samodzielnie świadczenia zapobiegawcze, diagnostyczne, lecznicze i ewentualnie rehabilitacyjne, wynikające z planu opieki nad położnicą i noworodkiem;
- 15) zdejmuje szwy z krocza, jeżeli zachodzi taka potrzeba

- 16) realizuje działania pielęgnacyjno-opiekuńcze wynikające z planu opieki;
- 17) wykonuje czynności diagnostyczne, lecznicze i rehabilitacyjne zlecone przez lekarza;
- 18) współpracuje w realizacji opieki z położnicą i zespołem terapeutycznym;
- 19) motywuje do prowadzenia gimnastyki oraz udziela instruktażu odnośnie do kinezyterapii w położu jako metody zapobiegania nietrzymaniu moczu;
- 20) udziela instruktażu w zakresie możliwych technik kąpieli noworodka oraz pielęgnowania skóry, kikutu pępownicy i dna pępka;
- 21) udziela informacji na temat problemów okresu noworodkowego i okresu położu, sposobów zapobiegania im oraz zasad postępowania w przypadku ich wystąpienia;
- 22) udziela osobie bliskiej informacji na temat zmian fizycznych i reakcji emocjonalnych zachodzących w położu i przygotowuje do udzielenia pomocy i wsparcia położnicy oraz wskazuje instytucje, w których osoba bliska może uzyskać stosowną pomoc

11. W przypadku wystąpienia problemów zdrowotnych, których rozwiązanie wykracza poza zakres kompetencji położnej, przekazuje ona położnicy informacje o potrzebie interwencji lekarskiej, równocześnie informując o tym fakcie lekarza podstawowej opieki zdrowotnej,

12. Po ukończeniu przez dziecko 6. tygodnia życia położna przekazuje opiekę nad nim pielęgniarce podstawowej opieki zdrowotnej

Omówienie z położnicą:

1. Zalety karmienia piersią dla matki:

- krótkofalowe (szybsza involucja macicy, szybsza utrata masy ciała, dłuższa laktacyjna niepłodność LAM),
- długofalowe niższe ryzyko otyłości, cukrzycy, nadciśnienia tętniczego, raka sutka i jajnika),
- więź z dzieckiem (znaczenie hormonów warunkujących laktację, lepszy kontakt z dzieckiem, większa cierpliwość, mniejszy lęk, rzadziej agresja wobec dziecka, mniej objawów depresji u matki, mniejsze skutki dla dziecka depresji poporodowej u matki),

2. Zalety karmienia piersią dla dziecka:

- krótkofalowe (zmniejszenie ryzyka wystąpienia chorób infekcyjnych układu pokarmowego, oddechowego, moczowego, zespołu nagłego zgonu niemowląt SIDS),
- długofalowe (zmniejszenie ryzyka rozwoju nadwagi, otyłości, cukrzycy typu I, II, astmy, chłoniaka nieziarniczego, białaczki limfatycznej),
- rozwojowe (lepszy rozwój emocjonalny i w zakresie funkcji poznawczych, rozwój mowy),

Omówienie z położnicą:

3. Wskaźniki skutecznego karmienia (mocz, stolec, waga, aktywne pobieranie pokarmu, częstotliwość karmienia, napięcie skóry prawidłowe, śluzówki wilgotne, różowe, spojówki błyszczące, wilgotne, ciemiączko niezapadnięte)
4. Pierwsze oznaki głodu u dziecka: czuwanie, poruszanie ustami, zwiększona aktywność, odruch szukania
5. Częstotliwość i długość karmień:
 - Próby karmienia należy podejmować od 8- do kilkunastu razy na dobę, co najmniej 15-20 minut do piersi, można proponować na jedno karmienie dwie piersi, zwracać uwagę na aktywne jedzenie w tym taktowanie (stosunek pobrań do połknięć),
 - Wybudzanie do karmienia w ciągu dnia po 3 godzinach od początku poprzedniego karmienia, przerwa nocna może trwać 5-6 godzin

Omówienie z położnicą:

6. Jak utrzymać laktację w przypadku oddzielenia od dziecka- odciąganie i przechowywanie pokarmu, metody karmienia –inne możliwości.
7. Objawy skutecznego i nieskutecznego karmienia
8. Omówiono najczęstsze problemy – objawy (pęknięta brodawka, nawał pokarmowy, zastój, obrzęk, hiperaktywny wypływ pokarmu, zaczopowanie przewodu wyprowadzającego)
9. Poinformowano o niepodawaniu wody, roztworu glukozy oraz mieszanek sztucznych, jeżeli nie wynika to ze wskazań medycznych
10. Odżywianie matki karmiącej (cała piramida żywienia, dobrze zbilansowane odżywianie , 3 posiłki główne oraz 2 dodatkowe, odpowiednia picie wody min 2-2,5 l.)

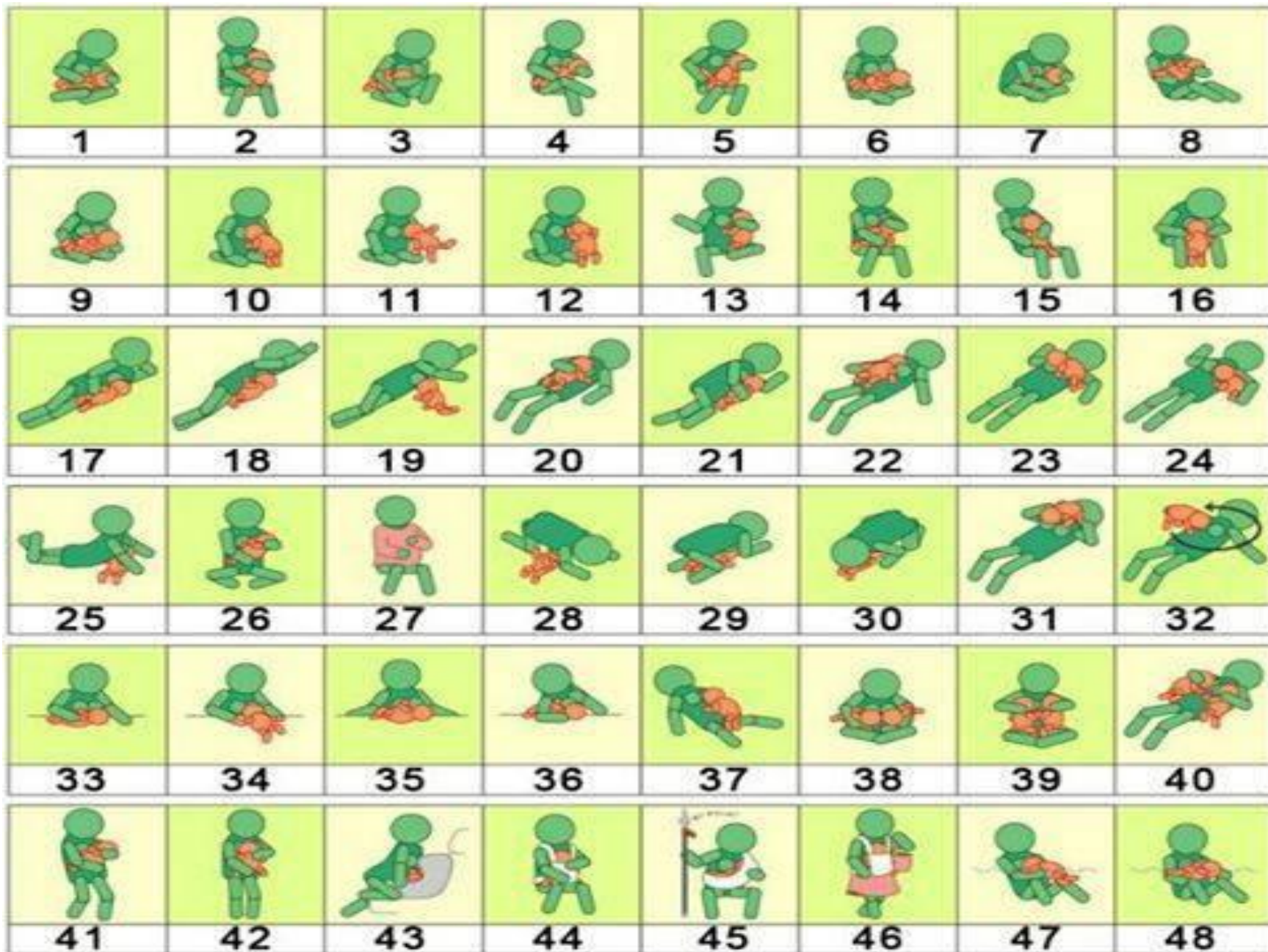
PRZEPROWADZONO INSTRUKTAŻ W ZAKRESIE:

- 1.Przystawianie do piersi w pozycji krzyżowej, naturalnej i inne
- 2.Zachowanie prawidłowej pozycji matki
- 3.Karta obserwacji karmienia piersią - wyjaśniono
- 4. Przygotowanie piersi do karmienia, pielęgnacja i higiena

Data

Podpis

Pozycje do karmienia😊



Odciąganie pokarmu w warunkach domowych

- Przed odciąganiem pokarmu:
- Umyj dokładnie ręce i paznokcie – pod ciepłą, bieżącą wodą, używając mydła.
- Nie musisz myć piersi przed każdym odciąganiem. Wystarczy codzienna kąpiel lub prysznic.
- Korzystaj z odpowiednio przygotowanego sprzętu i akcesoriów.

Kiedy i jak często dezynfekować sprzęt i akcesoria

- Jeśli urodziłaś dziecko w terminie, akcesoria i sprzęt do odciągania, przechowywania i podawania dziecku pokarmu należy dezynfekować:
- w **1 miesiącu** życia dziecka – przed każdym użyciem,
- w **2 miesiącu** życia dziecka – raz dziennie,
- od **3 miesiąca** życia dziecka – 2 do 3 razy w tygodniu.
- Jeśli odciągasz mleko dla wcześniaka, używaj akcesoriów jednorazowych lub przeznaczonych do ograniczonej liczby użyć. Jeśli nie masz takiej możliwości, dezynfekuj akcesoria wielorazowego użycia zawsze tuż przed każdym użyciem.

Jak dezynfekować sprzęt do odciągania pokarmu?

- Po każdym zastosowaniu **rozłóż** sprzęt i akcesoria do odciągania, przechowywania i podawania pokarmu.
- **Umyj** je pod ciepłą wodą z płynem do mycia naczyń lub w zmywarce w temperaturze 60°C -jeśli pozwala na to producent sprzętu.
 - Informację, które elementy **laktatora** wymagają dezynfekcji, znajdziesz w instrukcji producenta.
- Po dokładnym wypłukaniu, poddaj sprzęt **dezynfekcji**:
 - **we wrzątku** (przez kilka minut), lub
 - **w kuchence mikrofalowej** – pamiętaj o użyciu odpowiednich akcesoriów, np. torebki do dezynfekcji w kuchence mikrofalowej.
- **Suchy** sprzęt **przechowuj** go w czystych, wyparzonych i szczelnie zamykanych pojemnikach.

Gdzie odciągać pokarm

- Miejsce, w którym odciągasz pokarm, powinno spełniać podstawowe normy sanitarne.
- Nie powinnaś odciągać pokarmu w toalecie (WC) ani w miejscach, w których nie ma dostępu do bieżącej wody.
- Zalecamy odciąganie pokarmu w miejscu przebywania dziecka (jeżeli jest to możliwe).

Jak przechowywać pokarm

1. Pojemniki na pokarm

Jeśli chcesz przechowywać i zamrażać pokarm, wybierz **pojemnik**, który jest:

- wykonany z tworzywa sztucznego dopuszczonego do kontaktu z żywnością i nie zawiera bisfenolu A,
- szczelnie zamykany.

Sprawdź informację na opakowaniu czy pojemnik jest gotowy do użycia bezpośrednio po odpakowaniu. Jeżeli nie, umyj i poddaj dezynfekcji zgodnie z instrukcją.

- Pomiedzy kolejnymi użyciami pojemniki należy dokładnie myć i dezynfekować. Czytaj więcej w punkcie: Jak dezynfekować sprzęt do odciągania pokarmu?
- Pamiętaj, aby **napisać na pojemniku**, kiedy dokładnie odciągnęłaś pokarm (data i godzina).

Miejsce przechowywania

- Pokarm przechowuj najlepiej w głębi lodówki. Przechowywanie na półkach, które są na drzwiach lodówki, naraża pokarm na częste zmiany temperatury.
- Sprawdź i dostosuj ustawienia temperatury sprzętu chłodniczego, w którym będzie przechowywany pokarm. Jeżeli nie masz takiej możliwości, sprawdź jaką temperaturę chłodzenia i mrożenia zapewnia lodówko-zamrażarka i dobierz właściwy czas przechowywania zgodnie z wytycznymi.

Transport

- Jeśli chcesz transportować pokarm, używaj odpowiednich toreb chłodzących.

Czy można mieszać porcje pokarmu

- **Możesz mieszać** ze sobą porcje pokarmu odciągniętego w ciągu **ostatnich 12 godzin**, jeżeli zostały one wcześniej **schłodzone** do tej samej temperatury.
- **Uwaga:** Nie dolewać świeżo odciągniętego mleka do schłodzonego pokarmu.
- **Pamiętaj:** jeśli raz rozmroziś mleko, nie możesz zamrozić go ponownie.

- Wytyczne dotyczące przechowywania mleka odciągniętego przez matkę dla własnego dziecka
- W poniższej tabeli znajdziesz informacje, jak długo możesz przechowywać mleko w konkretnych warunkach. **Dla bezpieczeństwa dziecka zawsze stosuj wytyczne dotyczące miejsca, temperatury i czasu przechowywania mleka.**
- Pokarm, który był przechowywany nieprawidłowo lub dłużej niż określono w wytycznych, trzeba wylać.

Warunki przechowywania pokarmu

Pokarm dla wcześniaków i dzieci chorych - do 1 godz. Temperatura pokojowa

Pokarm dla dzieci urodzonych o czasie

Temperatura pokojowa- powyżej 25 do 37 °C- do 4 godz.

- powyżej 15 do 25 °C- do 8 godz.
- Temperatura do 15 °C do 24 godz.

Torba chłodnicza z wkładami chłodzącymi powinna być wykorzystywana tylko do transportu. do 24 godz. do 24 godz

- Lodówka (tylna ściana) (+4°C)- 2-5 dni 96 godz

- Nie przechowujemy na drzwiach lodówki!.

Zamrażalnik lodówki (wspólne drzwi lodówki i zamrażalnika)(-10°C)

2 tygodnie I tydzień

Chłodziarko-zamrażarka (oddzielne drzwi lodówki i zamrażalnika)(-14°C)

3-4 miesiące kilka tygodni

Zamrażarka(-18) – (-20°C)

6 miesięcy lub dłużej 3 miesiące

Jak przygotować pokarm do podania

- Nie musisz podgrzewać pokarmu odciągniętego tuż **przed karmieniem** – jest gotowy do podania dziecku.
- Na ogół nie musisz podgrzewać pokarmu przechowywanego **w temperaturze pokojowej**, jednak optymalna temperatura pokarmu to 37°
- Jeśli przechowujesz pokarm w **lodówce**, musisz go podgrzać przed podaniem dziecku. Najlepiej wykorzystaj do tego podgrzewacz lub naczynie z ciepłą, ale nie gorącą wodą.
- Jeśli chcesz wykorzystać **zamrożony** pokarm, musisz go rozmrozić i podgrzać przed podaniem.

Jak rozmrażać pokarm

- Możesz **rozmrażać pokarm powoli**, w jeden z trzech podanych poniżej sposobów:
- Wyjmij pojemnik z zamrożonym pokarmem i przełóż go na 12 godzin do lodówki (ale nie na półkę na drzwiach), a po 12 godzinach pozostaw na godzinę w temperaturze pokojowej.
- Podgrzej pojemnik z zamrożonym pokarmem, używając letniej wody.
- Użyj podgrzewacza do butelek.
- Mleko możesz też **rozmrażać szybko**, pod strumieniem ciepłej wody lub w podgrzewaczach z opcją rozmrażania pokarmu.
- **Uwaga:** Nigdy nie podawaj dziecku mleka wyjętego bezpośrednio z lodówki. Mleko dla zdrowego noworodka nie może mieć temperatury niższej niż pokojowa. Optymalna temperatura to 37°C.
- Mleko, które jest **rozmrażane w lodówce**, możesz w niej **przechowywać do 24 godzin** (licząc od momentu wyjęcia z zamrażalnika).
- Mleko **rozmrożone pod ciepłą wodą** (lub ogrzane w inny sposób) możesz przechowywać w temperaturze pokojowej **do 4 godzin**.

Jak podgrzewać mleko

- Uważaj, żeby woda do podgrzewania nie miała żadnego bezpośredniego kontaktu z pokarmem.
- Podgrzewaj tylko taką porcję mleka, którą dziecko może zjeść w trakcie jednego karmienia.
- **Nigdy nie podgrzewaj mleka w kuchence mikrofalowej,** na kuchence gazowej, kuchence elektrycznej ani w piekarniku – ponieważ niszczy to składniki odżywcze zawarte w pokarmie. Mleko podgrzane w ten sposób jest niezdatne do spożycia.
- **Nigdy nie gotuj mleka.** Gotowanie powoduje, że nieodwracalnie giną cenne składniki kobiecego pokarmu. Mleko podgrzane w ten sposób nie może być podawane dziecku.
- Nigdy nie mieszaj pokarmu rozmrożonego ze świeżym.
- **Uwaga: zalecenia dotyczą wyłącznie podawania dziecku mleka matki.**

- Karmienie mlekiem matki w żłobku i klubiku dziecięcym
- Placówka, do której uczęszcza dziecko karmione mlekiem matki, musi zapewnić właściwe warunki do przechowywania i podawania pokarmu. Przepisy nie nakładają na żłobki konkretnych rozwiązań w tym zakresie.

Dziękuję