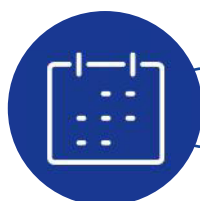




Jak przygotować się do cesarskiego cięcia?

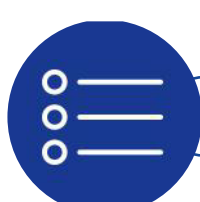
Dostałaś skierowanie na cesarskie cięcie od ginekologa prowadzącego Twoją ciążę? Jeśli tak, przed Tobą kilka tygodni, które możesz poświęcić na przygotowanie się do operacji.

Poniżej znajdziesz wskazówki dotyczące tego, na czym warto się skupić i o czym pamiętać. Możesz stopniowo odhaczać kolejne punkty, by w dniu przyjęcia do szpitala mieć spokojną głowę i moc skupić się wyłącznie na radości z nadchodzącego porodu.



USTALANIE TERMINU CESARSKIEGO CIĘCIA

- Umów się na wizytę w placówce, w której chciałabyś rodzić – najlepiej zrobić to bezpośrednio po otrzymaniu skierowania. Podczas spotkania z ordynatorem oddziału położniczego otrzymasz dokładny termin zgłoszenia się na oddział i datę porodu.
- Jeśli chcesz, by podczas porodu obecny był Twój partner lub inna bliska osoba, warto poinformować o tym lekarza i spytać, czy wymaga to dopełnienia jakichś formalności.



ZBIERANIE INFORMACJI O SZPITALU

Jeśli nie znasz szpitala, w którym będziesz rodzić, prawdopodobnie chciałabyś się czegoś o nim dowiedzieć. Kilka tygodni przed porodem to doskonały czas na zebranie **kluczowych informacji**.

- O **informacje na temat oddziału**, możesz spytać bezpośrednio u źródła (na przykład podczas ustalania terminu CC) lub w internecie: na forach, grupach na Facebooku.
- Pierwsze dni z maluszkiem to czas na **naukę karmienia piersią**. Warto sprawdzić, czy szpital oferuje konsultacje z doradczynią laktacyjną i czy w razie potrzeby można wypożyczyć laktator.
- Warto zapytać, w jakich godzinach możliwe są **odwiedziny**, żeby wiedzieć, kiedy tata będzie mógł odwiedzić Ciebie i maluszka.



UPORZĄDKOWANIE KWESTII ZDROWOTNYCH

- Przed operacją warto pozbyć się ognisk zapalnych, dlatego **zaplanuj wizytę u dentysty**.
- Sprawdź, kiedy szczepiłaś się na WZW B** – lekarz może o to zapytać podczas wizyty i ewentualnie poprosić o powtórzenie szczepienia.
- Kilka tygodni przed porodem to świetny czas na zrobienie wszystkich **niezbędnych badań**. Na pewno otrzymasz dokładne informacje od lekarza, ale warto pamiętać, że przy cesarskim cięciu wykonuje się:
 - badanie poziomu elektrolitów,
 - badanie krzepliwości krwi (koagulogram),
 - specjalistyczne badania, jeśli były związane z powodem skierowania na CC
 - (np. okulistyczne).
- Zostaniesz poproszona o wykonanie także **standardowego pakietu badań** wymaganego przy porodzie:
 - oznaczenie grupy krwi i Rh z przeciwciałami odpornościowymi,
 - morfologia i badanie moczu (na 4 tyg. przed porodem),
 - HBs Ag, WR (w III trymestrze),
 - badanie w kierunku nosicielstwa wirusów HIV i HCV,
 - posiew z przedsionka pochwy i odbytu w kierunku nosicielstwa bakterii Streptococcus agalactiae (paciorkowiec typu B) (po 35. tygodniu ciąży); wynik tego badania nie ma znaczenia w przypadku cesarskiego cięcia.



DZIEŃ PRZED PRZYJĘCIEM NA ODDZIAŁ

- Zmyj kolorowy lakier** z przynajmniej jednego paznokcia, by nie zaburzał pomiarów pulsoksymetru (urządzenia, które nakłada się mamie na palec, żeby mierzyło stopień wysycenia krwi tlenem).
- Postaraj się **nawodnić organizm**, wypijając co najmniej 2 litry wody.
- Warto **rozplanować posiłki** na kolejny dzień. Uwzględnij zalecenia lekarza odnośnie do minimalnego odstępu między porodem a ostatnimi przyjmowanymi pokarmami i płynami.
- Dobrym pomysłem jest sprawdzenie, czy w **torbie z wyprawką** do porodu na pewno jest spakowane wszystko, co potrzebne.



DZIEŃ PRZYJĘCIA NA ODDZIAŁ

- Postaraj się dokładnie **umyć całe ciało** łagodnym środkiem myjącym i wytrzeć się świeżym ręcznikiem.
- Weź ze sobą:** torbę z wyprawką, dowód osobisty, skierowanie na cesarskie cięcie, kartę ciąży i wyniki badań.
- Jeśli to możliwe, zaplanuj dojazd do szpitala tak, aby bez problemu dotrzeć tam jakiś czas (np. kwadrans) **przed ustaloną godziną**.

Więcej informacji na temat cesarskiego cięcia znajdziesz w [naszym ebooku](#).