

## **Den s jičínskou porodnicí 15. května 2018**

V rámci oslav **celosvětového Týdne respektu k porodu** se naše jičínská porodnice opět zapojila k celosvětovým oslavám porodu. Setkání znovu proběhlo v Mateřském centru Kapička.

Připravily jsme pro maminky zajímavé přednášky, praktické nácviky, možnosti sdílet své zkušenosti a odpovídaly jsme na mnoho zajímavých dotazů, jak maminek, tak i budoucích tatínků. Zavítalo k nám tentokrát přes 30 nastávajících rodičů, což nás velice potěšilo.

Setkání začalo přednáškou lékařky gynekologicko-porodnického oddělení jičínské nemocnice MUDr. Jany Mařanové. Její přednáška obsahovala vše, co potřebují nastávající rodiče vědět jak o samotném průběhu blížícího se narození jejich dítěte, tak o tom, jakou péči mohou maminky očekávat v naší porodnici. Následovaly podrobné informace ke všem čtyřem dobám porodním a seznámení s chodem porodních sálů, oddělení šestinedělí a novorozenců.

Dále jsme pokračovaly tématem jak si užít přirozený porod, přednášely porodní asistentky Markéta Šrajerovala a Kateřina Kazdová. Snažíme se předat budoucím maminkám i tatínkům každou důležitou maličkost. Podrobně jsme vysvětlily, kdy přijet do porodnice, čemu věnovat zvláštní pozornost, jak podpořit přirozený průběh porodu. Maminky u nás mohou využívat blahodárné účinky teplé vody i úlevových pomůcek, jako jsou balóny, vaky, masážní pomůcky nebo třeba akupresurní hřebínky. Na porodní sál si lze přinést i svoji hudbu či aromalampu s oblíbeným olejem. Vyzkoušely jsme si úlevové polohy, masáže, nácvik na tlačení. Naučily jsme se jak správně dýchat hlubokým břišním dýcháním a spojily jsme to s velmi příjemnou relaxací, která je velmi důležitá při přípravě na porod. Probraly jsme s nastávajícími tatínky jejich úlohu u porodu: masírovat, pomáhat, doprovázet, osvěžovat, podávat nápoj, podporovat, chválit - to je to nejdůležitější.

Další bod programu byl věnován kojení. O důležitosti prvního láskyplného kontaktu maminky při kojení s novorozencem hovořila porodní asistentka Věra Richterová. Jičínská porodnice kojení plně podporuje a respektuje přání maminek. Přednáška zahrnuje jak přípravu na kojení, kojící polohy, důležitost kojení, tak i stravu kojící ženy.

Fotodokumentaci celého dne průběžně pořizovala naše skvělá fotografka Zuzana Horáková, která je také autorkou fotografií připojených k tomuto článku.

***Byl to krásný den, prosluněný jarním sluníčkem a naplněný krásnou energií nastávajících maminek.***

***Moc děkujeme za Vaši důvěru kterou nám prokazujete, když přijdete porodit k nám do naší jičínské porodnice.***

***Naším cílem je šťastná, spokojená maminka a***

***zdravé, šťastné miminko 😊!!!***

***Děkujeme a těšíme se na Vás, kolektiv GYN – POR 😊***