

PRIMO INCONTRO: COMINCIAMO IL NOSTRO PERCORSO





- Qui al Gaslini, vi chiediamo di prenotare la **cartella clinica alla 37° settimana**. Nella cartella raccoglieremo gli esami e i dati per tutte le varie necessità che ci saranno durante il parto.
- Per aprire la cartella clinica, bisognerà essere a digiuno, portare un campione di urine e tutti gli esami fatti in gravidanza.
- Ricordarsi il tesserino sanitario.

LA CARTELLA CLINICA





- Se si è interessati alla **donazione del sangue cordonale**, si può fare un colloquio con il centro trasfusionale.
- Se non ci sono problemi relativi alle analisi e ai valori, verrà inserito in cartella un foglio per autorizzare la donazione.
- E' possibile che non si riesca ad effettuare la raccolta in caso di problemi o urgenze durante il parto oppure se il parto avviene dal venerdì mattina al sabato mattina.

DONAZIONE DEL SANGUE CORDONALE

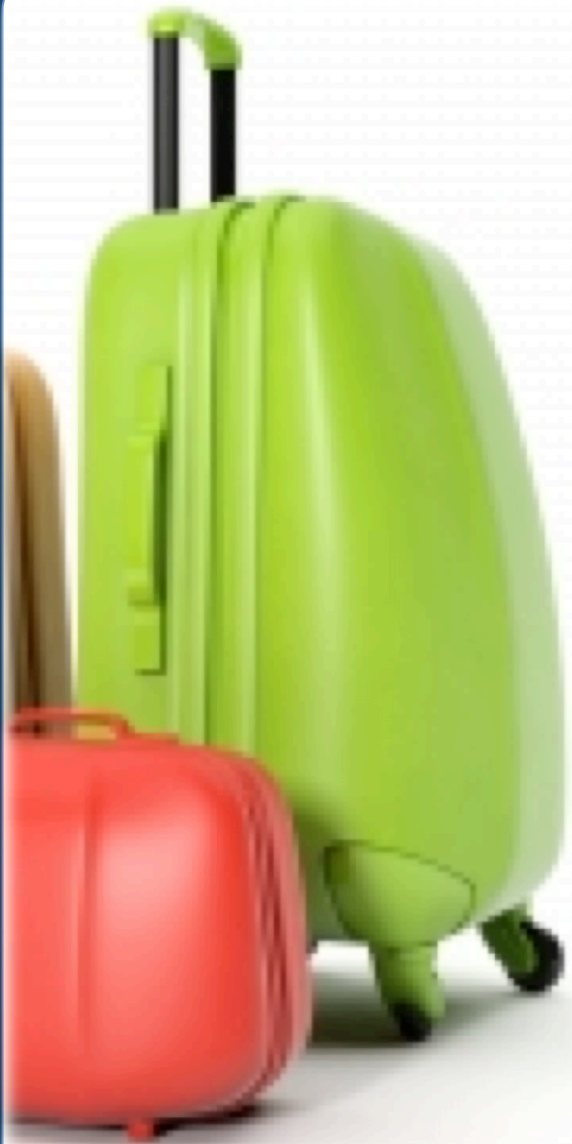




- **37:** colloquio con l'**anestesista**, per le firme al consenso all'analgesia.
- **40+0: monitoraggi** a giorni alterni. Si registrano per 20 minuti battito e contrazioni, utilizzando due sonde sulla pancia, per controllare il benessere fetale e vedere se sta succedendo qualcosa.
- **41+2:** ricovero.
- **41+3:** induzione al parto.

LE ULTIME SETTIMANE





- Camicia da notte (è più pratica)
- Mutande a rete, almeno 2 pacchetti
- Assorbenti post-parto (si trovano in farmacia o in negozi specializzati)
- Prodotti per lavarsi
- Asciugamani
- Coppette per il latte, se le avete
- Fotocopia di carta di identità e codice fiscale
- Ciabatte o ciabatte per la doccia*

* In caso di parto cesareo si può fare in seconda giornata



- In caso di cesareo il ricovero dura 3 giorni, per il parto naturale 2.
- Chi fa il cesareo, inoltre, torna 2 o 3 giorni dopo per togliere i punti. Invece, i punti eventualmente messi durante il parto normale si riassorbono spontaneamente.
- Per il parto in acqua non serve portare niente di particolare.
- Se volete, potete portare il vostro CD preferito per aiutare a rilassarvi.

DURATA DEL RICOVERO





Flickr - Raymond Bryson

- Al Gaslini chiediamo 4 sacchetti, identificati con nome e cognome per, per ciascuno: con un **body** a maniche corte e una **tutina** di cotone a maniche lunghe, calzine.
- Se volete, potete portare la Camicina della Fortuna, usata per buon auspicio al primo cambio.
- I pannolini per il bimbo li forniamo noi. Portate un pacco di **salviette** per i bimbi e delle salviette rinfrescanti per voi.

LA VALIGIA PER IL BIMBO





- Consigliamo di portare una **coperta** e un **cappellino**.
Per quanto riguarda la pesantezza del tessuto, regolatevi a seconda della stagione, ricordando che la temperatura esterna è più bassa di quella della pancia e che quindi si deve mantenere il bimbo al caldo.
- Le **calzine** possono essere usate anche sulle mani per evitare che si graffino.

LA VALIGIA PER IL BIMBO





- Se si rompono le acque in casa e il tampone vaginale e rettale fatti alla 37° settimana sono positivi per lo streptococco, è necessario somministrare un antibiotico.
- Quindi è meglio chiamare l'ospedale per fare dei controlli.
- Informatevi presso l'Ospedale in cui partorirete, per sapere quale numero di telefono chiamare.

ROTTURA DELLE ACQUE E ANTIBIOTICI





- Quando si rompono le acque si viene ricoverate e **entro 18 ore** si deve somministrare antibiotico e indurre il parto.

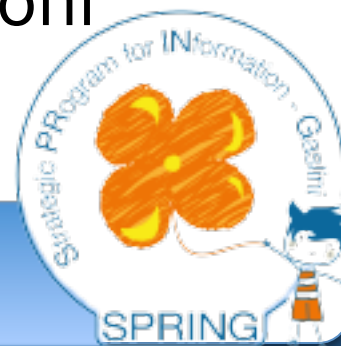
ROTTURA DELLE ACQUE E ANTIBIOTICI





- Per chi sa già di dover fare un cesareo, non servono monitoraggi perchè lo si programma.
- La decisione di effettuare un cesareo si prende a seconda della situazione specifica e comunque solitamente intorno alle 38esima o 39esima settimana.
- Se esistono particolari patologie materne che possono suggerire un cesareo, avremo indicazioni dal ginecologo.

IL CESAREO





Io ho forti attacchi d'asma e durante il parto non potrò prendere il medicinale che uso di solito. Dovrò fare il cesareo?

- Per questa situazione e per altre patologie materne che possono suggerire un cesareo, il ginecologo ci darà tutte le indicazioni del caso.

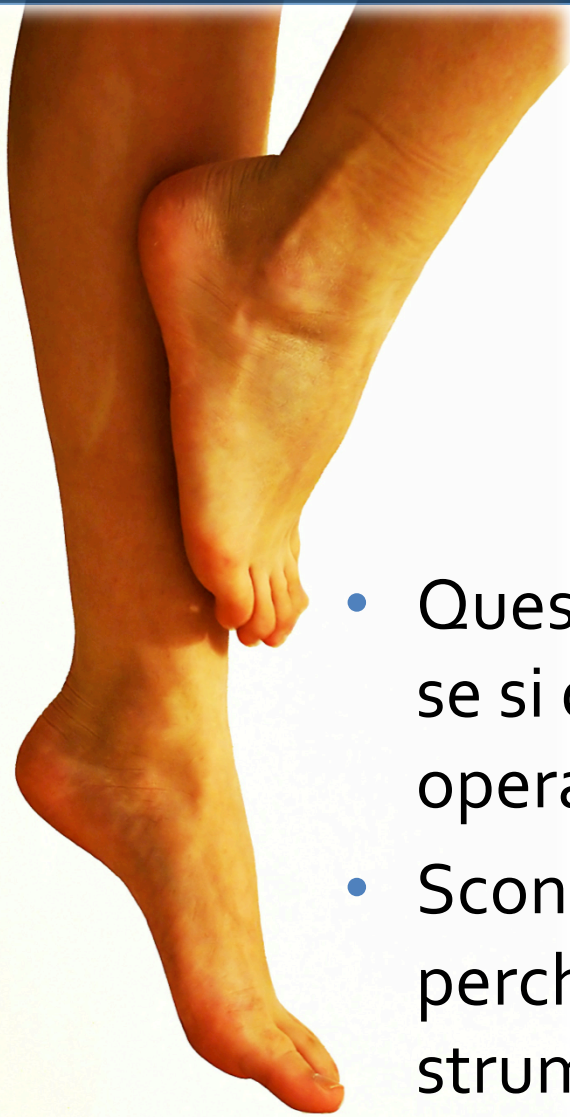
ASMA O ALTRE PATOLOGIE MATERNE





Cosa devo fare se entro in travaglio prima del termine e prima della settimana prevista per l'apertura della cartella?

- In questo caso occorre andare in ospedale portando tutti gli esami effettuati durante la gravidanza, per poter avere comunque il quadro della situazione.



- Alla fine della gravidanza, la ritenzione di liquidi fa gonfiare caviglie e mani. Per caviglie e piedi esistono **calze** apposite. Per le mani, consigliamo di togliere subito la fede o altri **anelli**.
- Questo accorgimento serve anche perchè, se si dovesse fare un cesareo, in sala operatoria si devono togliere tutti i gioielli.
- Sconsigliamo lo **smalto** sulle unghie, perchè alcune valutazioni e esami strumentali funzionano meglio potendo vedere il colorito naturale.

MANI E PIEDI: GONFIORE E SMALTO





Ho problemi di coagulazione.
Cosa devo fare?

- Eventuali problemi di salute o patologie vanno valutate con il ginecologo e vanno fatte presenti all'anestesista.



Posso già comprare il reggiseno per l'allattamento o il seno crescerà ancora?

- Il seno in gravidanza cresce e si modifica.
- Dall'ottavo mese, però, il seno non crescerà più molto.
- Crescerà un po' con la montata lattea, ma non più di tanto e comunque il bimbo poppando lo svuoterà.

IL REGGISENO PER L'ALLATTAMENTO





I colloqui con l'anestesista e per la donazione del sangue cordonale quando avverranno?

- Vi verrà detto quando quando aprirete la cartella clinica.
- Di solito il colloquio con l'anestesista viene fissato una decina di giorni dopo, perchè deve esaminare i vostri esami.



La scelta dell'anestesia epidurale va comunicata alla 37esima settimana?

- Ne parlerete nel colloquio con l'anestesista.
- In casi di particolari situazioni occorre chiedere anche al ginecologo.



Cosa si deve fare per il riconoscimento del bambino?

- Per chi non è sposato, sarebbe meglio fare il **pre-riconoscimento** del bambino, così quando nasce il bimbo prende subito il cognome del papà e non dovrete andare in Comune per cambiarlo in seguito.
- I due genitori devono andare in Comune con il certificato del medico o del ginecologo e l'estratto di nascita dei genitori.
- Informatevi comunque presso il vostro Comune.

IL RICONOSCIMENTO DEL BAMBINO





E' vero che se si partorisce in determinati giorni il personale dell'ospedale non può fare la dichiarazione di nascita?

- L'assistente sanitario passa dal lunedì al venerdì per raccogliere le dichiarazioni di nascita del giorno precedente.
- Se partorite il venerdì e l'assistente non fosse presente per il weekend, lo comunicheremo alla Direzione Sanitaria e loro verranno a raccogliere la dichiarazione.

LA DICHIARAZIONE DI NASCITA





Se lo abbiamo già, il foglio del pre-riconoscimento va portato in ospedale?

- Sì, mettetelo nella cartellina degli esami. In questo modo sarete sicure di non dimenticarlo.
- Questo foglio servirà, alla nascita del bimbo, per sapere che cognome ha.



- La **nausea** è un disturbo che in alcune donne si presenta in modo molto fastidioso, in altre molto meno, in altre ancora non si presenta affatto. Pssa con il procedere della gravidanza.
- Di **caviglie e mani gonfie** abbiamo già parlato.
- Anche il **bruciore di stomaco** è comune. Se dà troppo fastidio, si può prendere il Malox ogni tanto.

DISTURBI IN GRAVIDANZA





- Il **mal di schiena** è altrettanto tipico, perchè si modifica la zona lombare e aumenta il peso.
- Le fasce non le consigliamo, soprattutto quella che si utilizza **dopo il parto**. Possono dare sollievo in certe circostanze, ma i muscoli devono imparare a lavorare da soli.
- Per quanto riguarda la fascia **prima del parto**, si tratta di una scelta soggettiva.

LA FASCIA PER LA SCHIENA E LA PANCIA





- Man mano che la gravidanza procede, possono capitare piccole **contrazioni preparatorie**, perchè l'utero è un muscolo che si sta ingrandendo e comunque si contrae.
- Se sentite questo tipo di contrazioni, non è necessario andare in ospedale.

CONTRAZIONI PREPARATORIE





Dov'è concentrato il dolore della contrazione? Dove si irradia?

- E' un dolore che parte dal basso, simile a quello delle mestruazioni.
- Poi si irradia alla schiena, ai reni.
- Durante le contrazioni del travaglio si vede proprio la pancia che si indurisce e poi si rilassa.
Le prime durano 10-20 secondi.

CONTRAZIONI: IL TIPO DI DOLORE





- Il **travaglio** inizia con una dilatazione del collo dell'utero di 3 cm e contrazioni regolari (3 in 10 minuti) che durano almeno un minuto.
- La **dilatazione completa**, con la quale può iniziare la fase espulsiva, è di 10 centimetri.



FASE PRODROMICA

- E' quella preparatoria al travaglio: si sta cominciando a modificare qualcosa a livello di utero e collo uterino. E' un po' stressante per la mamma perchè non si può fare molto per dar sollievo.
- Se siete a casa e in un periodo di 2 ore avete una contrazione regolare ogni 10 minuti, vi consigliamo di telefonare in ospedale per consigli.
- Una doccia di acqua calda su reni e schiena rilassa e allevia un po' il dolore.

LA FASE PRODROMICA





TRAVAGLIO AVANZATO

- In questa fase si può fare l'anelgesia. Preferiamo non farla prima perchè può rallentare le contrazioni e il parto può diventare più lungo e stressante.

FASE ESPULSIVA

- E' la fase in cui nasce il bimbo.

DOPO IL PARTO

- Mamma, papà e bimbo stanno 2 ore in sala parto e si inizia ad attaccare il bimbo al seno.

TRAVAGLIO AVANZATO





Cos'è l'episiotomia? Si fa sempre?

- E' un taglio che si fa per aiutare l'espulsione del bimbo. Non si fa sempre bensì in particolari situazioni, per esempio se il bimbo è grosso o il travaglio è durato molto a lungo e la mamma è stanca e non riesce a spingere.
- Non sentirete niente. Anche se non avete fatto l'epidurale, viene utilizzata un'anestesia loco-regionale.



Ho sentito parlare dei granuli di apermus. A cosa servono? Funzionano?

- Sono granuli omeopatici che alcune prendono già dalla 34esima settimana.
- Noi al Gaslini non li utilizziamo in quanto non è ancora ben definita la loro efficacia.
- Dovrebbero servire a stimolare un po' di contrazioni, ma prenderle dalla 34esima settimana è forse un po' precoce. Se si vogliono prendere, meglio aspettare la 37esima.



Se avete una gravidanza che sta andando oltre le 40 settimane, noi consigliamo:

- Fare le scale
- Camminare
- Rapporti sessuali.

Lo sperma contiene prostaglandine, che aiutano a stimolare il collo uterino e farlo muovere.

GRAVIDANZA OLTRE LE 40 SETTIMANE

