

Kiedy jechać do szpitala?



Poród zazwyczaj nie zaczyna się nagle – poprzedzają go pewne sygnały przepowiadające. Jak je rozpoznać, by nie wyruszyć na porodówkę za wcześnie?

■ TEKST: MAŁGORZATA WÓJCIK



NASZ EKSPERT

Arleta Kwiatkowska-Król
-Król
położna
zwycięzcy konkursu
i ambasadorka kampanii
„Położna na medal”

Chociaż lekarz oblicza termin porodu dwa razy – na podstawie daty ostatniej miesiączki oraz oceny wielkości płodu podczas USG – to jednak daty te są tylko orientacyjne. Dlatego każda kobieta pod koniec ciąży zastanawia się, czy objawy, które u siebie obserwuje, to już oznaki porodu, czy tylko fałszywy alarm. Spróbujemy wam wyjaśnić, jakie sygnały wskazują na konieczność jechania na porodówkę, a kiedy nie musicie się tam spieszyć. Zaczniemy od tego, że proces rodzenia dziecka nie zaczyna się nagle. Najczęściej poprzedza go długi okres przygotowywania się organizmu do tego wydarzenia. Kilka lub kilkanaście dni przed porodem

przyszła mama zaczyna odczuwać nieregularne skurcze przepowiadające, niekiedy odchodzi jej czop śluzowy, czasem ma gorsze samopoczucie. To jeszcze nie sam poród, choć sygnały są podobne. Dlatego łatwo je pomylić. Efekt? Ruszasz do szpitala o kilka dni lub kilka godzin za wcześnie. Są jednak objawy, które powinny kazać ci wsiadać do samochodu bez zwłoki.

JEDŹ DO SZPITALA, GDY...

MASZ REGULARNE SKURCZE CO 5 MINUT

Skurcze można obserwować już od początku trzeciego trymestru, ale wtedy są nieregularne i niebolesne. Gdy jednak zaczynają pojawiać się w stałych odstępach czasu i stają się coraz silniejsze, to sygnał, że rozpoczęła się akcja porodowa. Charakterystyczna dla skurczu porodowego jest też zmiana natężenia bólu w trakcie jego trwania – narasta on aż do szczytu, a potem ustępuje. Początkowo skur-

NIE MUSISZ SIĘ SPIESZYĆ, JEŚLI...

• Odszedł ci czop śluzowy, ale nie masz innych objawów porodu

Czop może odejść kilka tygodni przed porodem lub kilka godzin przed nim. Jego zadaniem jest zamykanie szyjki macicy na okres ciąży oraz chronienie jej przed infekcjami i czynnikami zewnętrznymi. Wypadnięcie czopu świadczy o zbliżającym się porodzie – ale niekoniecznie o tym, że już się zaczął. Jeśli zauważysz wypadnięcie czopu na kilka lub kilkanaście dni przed terminem porodu, ale nie będziesz mieć żadnych innych objawów (skurczów, odejścia wód itd.), nie musisz jechać do szpitala. Poinformuj jednak o tym swojego ginekologa: być może będzie chciał ocenić stan szyjki macicy. Koniecznie zgłoś się do lekarza, jeśli czop wypadł przed 36. tygodniem ciąży.

• Masz skurcze, ale są nieregularne i słabnące

Jeśli poczujesz skurcze przypominające bóle menstruacyjne, które nie nasilają się i nie występują regularnie, nie musisz jechać z ich powodu do szpitala. To prawdopodobnie skurcze przepowiadające. Nie panikuj, tylko połóż się lub zmień pozycję ciała, weź ciepłą kąpiel, zacznij równo i spokojnie oddychać. Jeśli ból będzie się zmniejszał, a „atak” ustanie po godzinie czy dwóch, możesz być pewna, że doświadczyłaś skurczów, które nie zwiastują jeszcze porodu, a jedynie są oznaką „treningu macicy”. Skurcze takie mogą się pojawiać nawet kilka razy dziennie (każdy trwa 15–30 sekund).