

Questo *piano del parto* è un modello da cui partire, puoi:

- Aggiungere alti desideri;
- Modificare le richieste con dettagli personali;
- Eliminare ciò che non è di tuo interesse;
- Personalizzare il testo con il nome del piccolo/a...
- Firmarlo in basso con i nomi della mamma e del papà o della mamma e del bimbo/a.

Inoltre puoi stamparlo così o scriverlo a mano a parole tue.

Insomma... puoi presentarlo come vuoi tu!

Ricorda solo di scrivere con gentilezza così da non entrare in conflitto con gli operatori;
e che scriverlo insieme a chi ti accompagnerà in sala travaglio lo aiuterà a prepararsi al meglio per far sì che in quel momento i tuoi desideri vengano realizzati.

Prenditi con calma tutto il tempo che ti serve...
e buona preparazione!



Piano del parto

Durante le gravidanza abbiamo maturato alcune desideri che speriamo possano essere realizzati così da poter vivere al nostro meglio i periodi del travaglio e del parto.

Abbiamo scelto di partorire presso la vostra struttura perché riteniamo che sia la scelta migliore e siamo consapevoli del fatto che qualora si presenti una reale necessità potrebbe non essere possibile realizzare tutte le richieste, ma ci auguriamo solo che possiate aiutarci a vivere questa esperienza così come ce la siamo sempre immaginata.

I nostri desideri:

Per il TRAVAGLIO:

- Vorrei avere il papà vicino per tutto il tempo;
- Vorrei non vengano prese decisioni senza coinvolgermi e senza spiegarmi bene cosa stia accadendo;
- Vorrei poter avere un'atmosfera rilassante nella sala travaglio con luci soffuse, musica e possibilmente il più possibile con solo il mio compagno e una ostetrica;
- Vorrei che il battito cardiaco venisse monitorato con l'auscultazione intermittente evitando, se non necessaria, la cardiocografia in continuo;
- Vorrei che le visite vaginali vengano praticate solo quando strettamente necessario;
- Vorrei che non mi venga proposta l'epidurale ma vorrei invece richiederla io se ne sentirò il bisogno;
- Vorrei venissero praticati metodi non invasivi per l'aumento dell'attività contrattile.

Per il PARTO:

- Vorrei poter essere libera di muovermi e di partorire in una posizione a mia scelta evitando la posizione litotomica;
- Vorrei che fossero rispettati i miei tempi senza accelerazioni con metodiche meccaniche, farmacologiche o con interventi invasivi;
- Vorrei non fosse praticata l'episiotomia se non strettamente necessaria e che comunque vorrei che mi fosse chiesto il consenso prima di praticarla;
- Rifiuto la manovra di Kristeller.

Per il POST-PARTO:

- Vorrei praticare subito dopo la nascita il contatto pelle a pelle;
- Vorrei che il cordone ombelicale non venisse tagliato prima che smetta di pulsare, ma comunque non prima di 3 minuti, possibilmente dal papà;
- Vorrei poter espellere la placenta attraverso le spinte senza che l'ostetrica faccia pressione sul mio ventre se non necessario;
- Vorremmo che nostra figlia potesse rimanere sempre con noi, in specifico sul petto della mamma e attaccata al seno soprattutto per le prime 2 ore postparto;
- Il padre desidera accompagnare il figlio in caso di controlli lontano dalla mamma;
- Vorrei che per qualsiasi somministrazione di presidi o sostanze a me o al bambino ci venga chiesto il permesso e ottenuto il nostro consenso;
- Vorrei che non venga praticato il bagnetto;
- Vorrei, durante la degenza, non essere separata dal bambino se non strettamente necessario e senza che mi venga spiegato il motivo.

Ringraziamo sin da ora voi che ci accompagnerete in questo evento così importante per noi, fiduciosi dell'accoglienza di queste richieste, e sapendo che farete di tutto per il nostro benessere.