



תוכנית לידה

שם פרטי: _____ שם משפחה: _____ ת.ז: _____

הלידה מתקרבת וזהו זמן מצוין לעצור, לחשוב, ולהגדיר כיצד היית רוצה לחוות את הרגעים החשובים האלה. תוכנית הלידה שלפניך נועדה לעזור לך לנסח את רצונותייך, לשתף את המלווים שלך, וליצור תיאום ציפיות עם הצוות המקצועי שילווה אותך בחדר הלידה.

אנחנו כאן כדי להעניק לך לידה בטוחה, מקצועית ומותאמת אישית, ונעשה כל שביכולתנו לכבד את בחירותייך ואת הדרך שבה תרצי להביא את תינוקך לעולם.

מומלץ למלא את הטופס לאחר קורס הכנה ללידה. חשוב לזכור שלידה היא תהליך דינמי, ולעיתים ייתכנו התאמות בהתאם לצורך. בכל שלב תוכלי להתייעץ עם הצוות שלנו, שמעמיד בראש סדר העדיפויות את בריאותך ורווחתך ואת אלו של תינוקך.

מידע שחשוב לי לשתף

מידע רפואי מיוחד: _____

מידע אישי נוסף: _____

רצונות והעדפות במהלך הלידה:

- ☐ חשוב לי לקבל הסבר לפני כל בדיקה ולהיות מעורבת בהחלטות.
- ☐ אני מעוניינת / לא מעוניינת בביצוע חוקן מיקרולט כהכנה ללידה.
- ☐ אווירה בחדר: עמעום תאורה / מוזיקה / חפצים אישיים.
- ☐ צפייה בלידה בעזרת מראה: כן / לא.
- ☐ הדרכת המלווה שלי לעיסוי גב בזמן צירים.

שיכון כאבים:

- ☐ מעוניינת בגז צחוק / אפידורל.
- ☐ אבקש תרופות מיוזמתי במידת הצורך.
- ☐ מעוניינת בלידה ללא משככי כאבים.

תנוחות מועדפות: שכבה / כריעה / כיסא לידה / שכבה על הצד / עמידה על 6 / אחרת: _____.

אחרי הלידה

- ☐ ניתוק חבל הטבור: מושהה
- ☐ איסוף דם טבורי (נדרש רישום מראש): כן / לא.
- ☐ חיתוך חבל הטבור על ידי המלווה: כן / לא.
- ☐ הנחת התינוק על החזה בגישת עור לעור: כן / לא.
- ☐ הדרכה להנקה ראשונית בחדר הלידה: כן / לא.
- ☐ ביות: אפס הפרדה / ביות גמיש.

מה יעזור לי להרגיש רגועה (בקשות או מחשבות נוספות): _____.

מאחזקת לידה טובה, בטוחה ומעצימה, ברגע שבו הכל מתחיל

