



ללדת בדרך שלך תכנית לידה אישית

יולדת יקרה,

מטרתנו להכיר אותך, את הרגישויות האישיות שלך, ללמוד אותך ואת דרכי ההתמודדות שלך. במטרה להגיע לחוויה המושלמת עבורך. יחד נאתר דרכים להתמודדות מול קשיים/פחדים שתביעי ונחשוב יחד על דרכים שיסייעו לך בלידתך. לצורך כך מיועדת תכנית הלידה שלך.

שמי: _____.

זוהי לידה מספר: _____.

למלווים תפקיד חשוב עבורי במהלך הלידה, שני המלווים שמחזקים אותי הם: _____,

חשוב לי שתדעו עליי ש:(טראומות, פחדים, אירועי עבר) _____

החלום שלי ללידה מושלמת וחוויה מעצימה נראה כך: _____

בלידה קודמת סייע לי: _____

בלידה קודמת הפריע לי: _____

ללדת בדרך שלך

העדפותיי הן:

- מעוניינת בביצוע חוקן
- מעוניינת בעמעום האורות
- אבקש לשמוע מוזיקה באמצעות מכשיר שהבאתי עימי

ההתמודדות שלי עם צירים במהלך הלידה

- איני מעוניינת במשככי כאב קונבנציונליים
- תנועתיות - אבקש חופש תנועה מקסימלי, תנועה על כדור פיזיו, מוניטור אלחוטי
- מקלחת - אבקש לאפשר לי שהייה ממושכת במקלחת
- אפידורל
- פטידין
- טרם החלטתי

תנוחות בלידה - אני מעוניינת לנסות תנוחות שונות בלידה

- שכובה על הגב
- כריעה
- עמידה על שש
- כסא הולנדי

לאחר הלידה

- מעוניינת ב-Skin to Skin מיד לאחר יציאת התינוק.
- מעוניינת שהמלווה יחתוך את חבל הטבור.
- מעוניינת בהנקה בחדר לידה.
- מעוניינת באפס הפרדה / ביות מלא / ביות חלקי / ללא ביות (סמני בעיגול המבוקש).

שם מיילדת מלווה: _____.

צוות אגף האימהות מאחלים לך לידה קלה ומעצימה