

PŘÍLOHY

Příloha I: Dotazník pro ženy na oddělení šestinedělí

ANONYMNÍ DOTAZNÍK PRO ŽENY PO VAGINÁLNÍM PORODU NA ODDĚLENÍ ŠESTINEDĚLÍ

Dobrý den,

jmenuji se Pavlína Fabiánová a jsem studentkou 3. ročníku bakalářského studia porodní asistence na 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy.

Obracím se na Vás s prosbou o vyplnění tohoto anonymního dotazníku. Získané informace budou podkladem pro výzkumnou část bakalářské práce s názvem „*Porodní poranění ženy při vaginálním porodu pohledem porodní asistentky*“.

Děkuji Vám za účast na výzkumném šetření.

Pavlína Fabiánová

1. Do jaké věkové kategorie patříte?

- méně než 18 let
- 18 – 20 let
- 21 – 25 let
- 26 – 30 let
- 31 – 35 let
- 35 – 40 let
- 40 let a více

2. Jaké je Vaše nejvyšší dosažené vzdělání?

- základní
- vyučena
- středoškolské s maturitou
- vyšší odborné
- vysoká škola

3. Kolikátý den jste po porodu?

- nultý (dnes jste rodila)
- první den po porodu
- druhý den
- třetí den
- čtvrtý den
- pátý den a více

4. Celkem jste rodila (vaginálně, spontánně) – uveďte rok/y předešlých porodů:

- nyní poprvé
- podruhé
- potřetí a více

5. Rodila jste v minulosti císařským řezem?

- ano – uveďte rok/y:
- ne

6. Jaká byla porodní váha Vašeho miminka (nyní)?

- méně než 2000 g
- 2001 – 2500 g
- 2501 – 3000 g
- 3001 – 3500 g
- 3501 – 4000 g
- 4000 g a více

7. Připravovala jste nějakým způsobem hráz k porodu? (hráz = místo mezi pochvou a konečníkem)

- ano
- ne (přejděte na otázku č.:11)

8. Jakým způsobem jste hráz k porodu připravovala?

- požíváním lněného semínka
- pitím odvaru z maliníku
- masáž hráze
- pomocí balonku (Epi-no, Aniball a jiné)
- jiné: uveďte

9. Kde jste získávala informace o přípravě hráze k porodu? (zde můžete vybrat více odpovědí)

- předporodní kurz
- od kamarádky
- od lékaře
- od porodní asistentky
- z internetu
- z jiných zdrojů, uveďte, prosím:

10. Od jakého týdne těhotenství jste hráz k porodu připravovala?

- od 35. týdne a dříve
- od 36. týdne
- od 37. týdne
- od 38. týdne
- od 39. týdne

11. Pokud jste hráz k porodu nepřipravovala, uveďte důvod:

- nevěděla jsem o tom
- neměla jsem dost informací o způsobech přípravy hráze k porodu
- nebála jsem se poranění hráze
- nezajímala jsem se o to
- jiný důvod- uveďte jaký:

12. Prodělala jste v minulosti porodní poranění?

- nyní jsem rodila poprvé
- ano, uveďte jaké:
- ne
- nevím

13. Vzniklo u Vás porodní poranění při současném porodu?

- ano
- ne
- nevím

14. Jaké porodní poranění jste prodělala?

- epiziotomii (nástřih hráze)
- malá trhlinka bez nutnosti šití (lacerace)
- trhlinka se šitím (ruptura)
- hematom hráze (modřina s otokem)
- poranění močové trubice
- poranění řitního svěrače a hráze
- nevím

15. Rodil Vás lékař nebo porodní asistentka?

- lékař
- porodní asistentka
- nevím

16. V jaké poloze jste rodila?

- na zádech
- na boku
- vkleče
- jiná:

17. Jak dlouho trval Váš porod? (=od nástupu pravidelných kontrakcí k porození miminka)

18. Byla jste poučena, jak pečovat o porodní poranění?

- ano
- ne

19. Jak často sprchujete genitál? (po porodu)

- jedenkrát za den
- dvakrát za den
- třikrát za den
- po každém použití WC
- po každém kojení

20. Brání Vám porodní poranění v péči o sebe samu?

- ano
- ne

21. Brání Vám porodní poranění v péči o dítě?

- ano
- ne

22. Kdy jste se poprvé po porodu vymočila?

- na porodním sále 2 hodiny po porodu
- do šesti hodin po porodu
- musela jsem být vycévkována

23. Kolikátý den po porodu jste šla na stolicí?

- první
- druhý
- třetí
- zatím jsem na stolicí nebyla

24. Bylo zapotřebí Vám se stolicí pomoci? (gel, čípek...)

- ano
- ne

Ještě jednou bych Vám ráda poděkovala za Váš čas, který jste věnovala vyplnění tohoto dotazníku.

Příloha II: Schválení etické komise

Etická komise
Všeobecné fakultní nemocnice v Praze
ETHICS COMMITTEE
of the General University Hospital, Prague

Na Bojišti 1
128 08 Praha 2
tel.: 224964131
e-mail: eticka.komise@vfn.cz

14.12.2017
č.j.: 1950/17 S-IV

Etická komise VFN projednala na svém zasedání 14.12.2017 Vámi předložený individuální výzkum – bakalářskou práci č. 1950/17 S-IV – bakalářská práce

Název studie/Title of CT: Porodní poranění ženy při vaginálním porodu pohledem porodní asistentky.

Žadatel/Applicant: Pavlína Fabiánová, Gynekologicko-porodnická klinika 1.LF UK a VFN v Praze Apolinářská 18, 128 51 Praha 2

Lhůta pro podání písemné zprávy o průběhu KH od jeho zahájení/ Time schedule for submission of the written Annual Report: 1x ročně/Once a year Jiná lhůta/Other

Úhrada nákladů spojených s posouzením žádosti a vydáním stanoviska /Reimbursement of costs related to assessment of the EC: Ano/Yes Ne, důvod/No, reasons: Nesponzorovaný projekt

Datum doručení žádosti / Date of submission of the Application Form: 1.12.2017

Datum jednání EK+čas/Date and time of Ethics Committee's session: 14.12.2017(15,30 –18,15hod.)

Seznam míst hodnocení s označením míst, ke kterým se EK vyjádřila jako místní EK a kde vykonává dohled

Místo hodnocení / Jméno zkoušejícího Trial Site / Name of Investigator	Místní EK Local EC	Adresa místní EK Address
Pavlína Fabiánová, Gynekologicko-porodnická klinika 1.LF UK a VFN v Praze Apolinářská 18, 128 51 Praha 2	<input checked="" type="checkbox"/>	EK při VFN, Na Bojišti 1, 128 08 Praha 2

Seznam hodnocených dokumentů / List of all submitted documents:

Název dokumentu, verze, datum Document title, version, date	Schváleno /Approved		Vzato na vědomí / Taken into account	
	ANO Yes	NE No	ANO Yes	NE No
Průvodní dopis a anotace práce, 30.11.2017	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zkrácený formulář EK VFN ze dne 1.12.2017	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Žádost o dotazníkovou akci a vyjádření vedení pracoviště a vedení VFN, 30.11.2017	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Popis výzkumu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dotazník pro pacientky	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Životopis zkoušející: Pavlína Fabiánová	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1.LF UK téma bakalářské práce	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Čestné prohlášení o provádění výzkumu ve VFN a souhlas přednosta kliniky, 4.12.2017	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Stanovisko etické komise:

EK vydává / EC issues

- Souhlasné stanovisko/Favourable opinion
 Nesouhlasné stanovisko/Unfavourable opinion

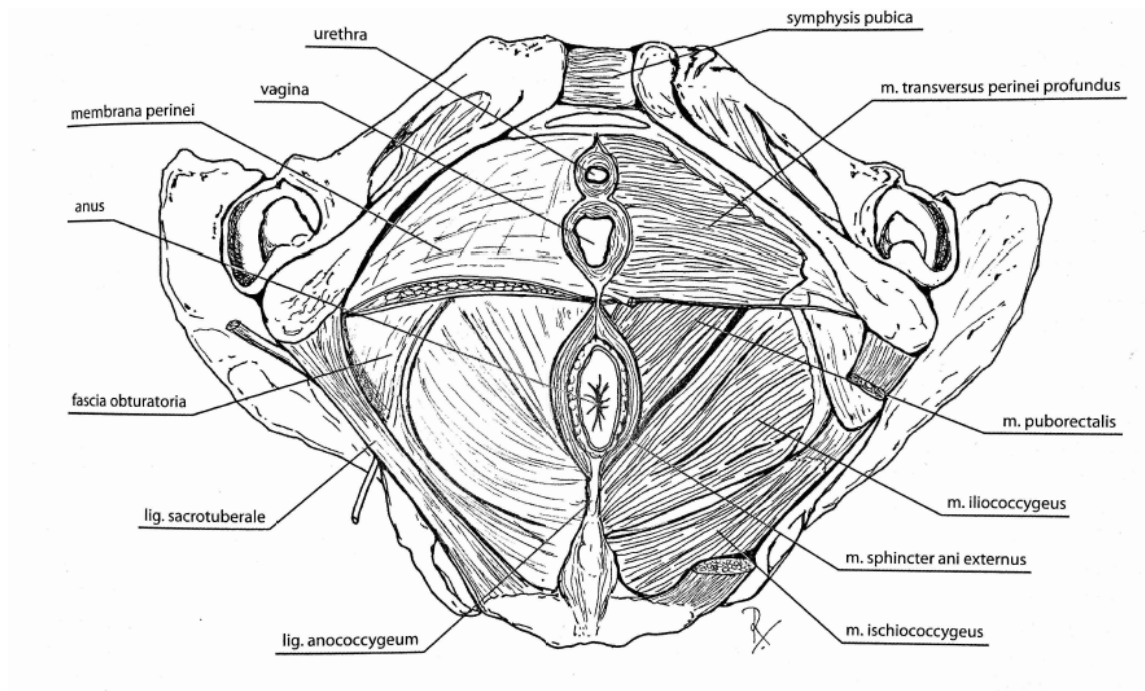
EK VFN vydává **souhlasné** stanovisko k provedení individuálního výzkumu – bakalářské práce: Porodní poranění ženy při vaginálním porodu pohledem porodní asistentky na Gynekologicko-porodnické klinice 1.LF UK a VFN v Praze

Podpis předsedy EK / Signature of Chairperson

Etická komise
Všeobecná fakultní nemocnice
v Praze

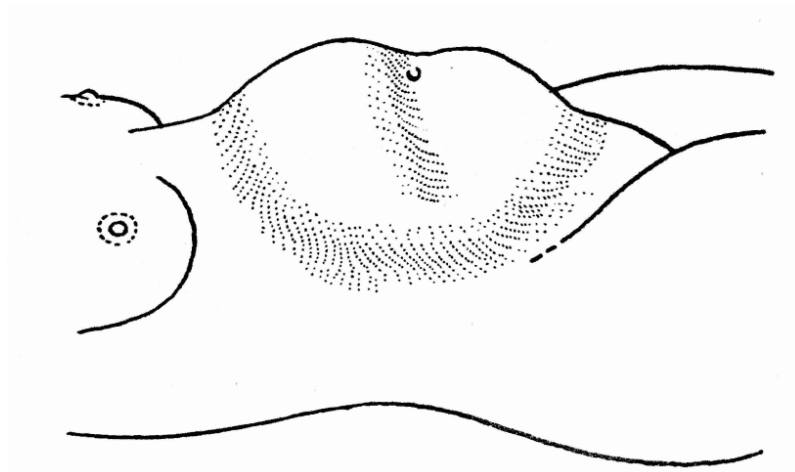
MUDr. Josef ŠEDIVÝ, CSc.

Příloha III: Svaly dna pánevního



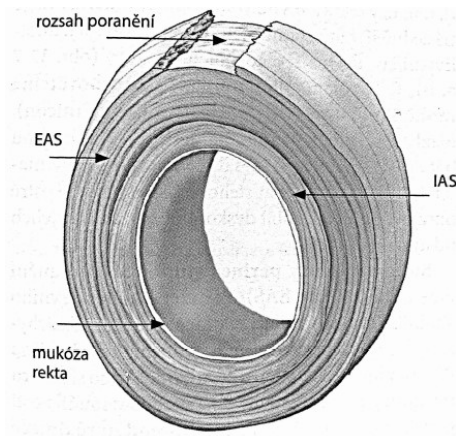
Svaly pánevního dna ženy. In: ROZTOČIL, A., et al. Moderní porodnictví. 2. vyd. Praha: Grada, 2017. 656s. ISBN 978-80-271-9757-6

Příloha IV: Bandlova rýha

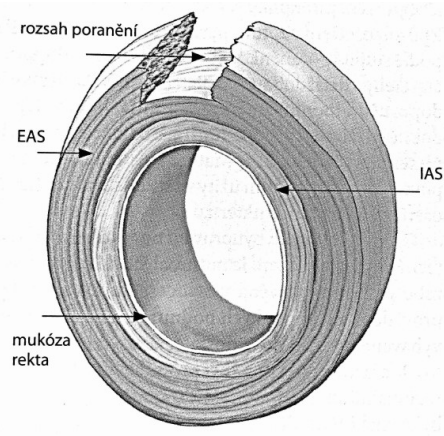


Bandlova rýha. In: ROZTOČIL, A., et al. Moderní porodnictví. 2. vyd. Praha: Grada, 2017. 656s. ISBN 978-80-271-9757-6

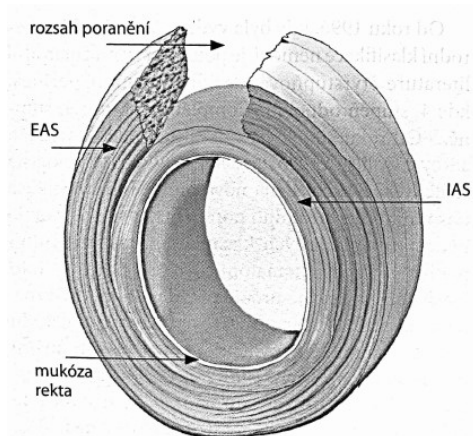
Příloha V: Klasifikace ruptur perinea



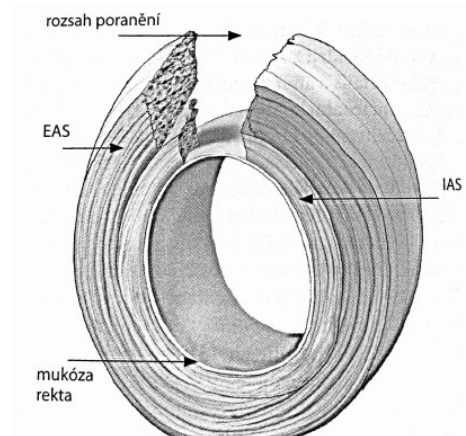
Ruptura perinea 3a dle RCOG. In: PAŘÍZEK, A. Kritické stavy v porodnictví. 1. vyd. Praha : Galén ; Kamenice : MCC Publishing, 2012. xxxii, 285 s. ISBN: 978-80-7262-949-7



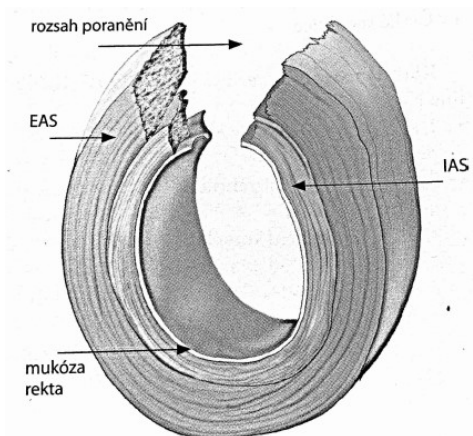
Ruptura perinea 3b dle RCOG . In: PAŘÍZEK, A. Kritické stavy v porodnictví. 1. vyd. Praha : Galén ; Kamenice : MCC Publishing, 2012. xxxii, 285 s. ISBN: 978-80-7262-949-7



Ruptura perinea 3b dle RCOG . In: PAŘÍZEK, A. Kritické stavy v porodnictví. 1. vyd. Praha : Galén ; Kamenice : MCC Publishing, 2012. xxxii, 285 s. ISBN: 978-80-7262-949-7

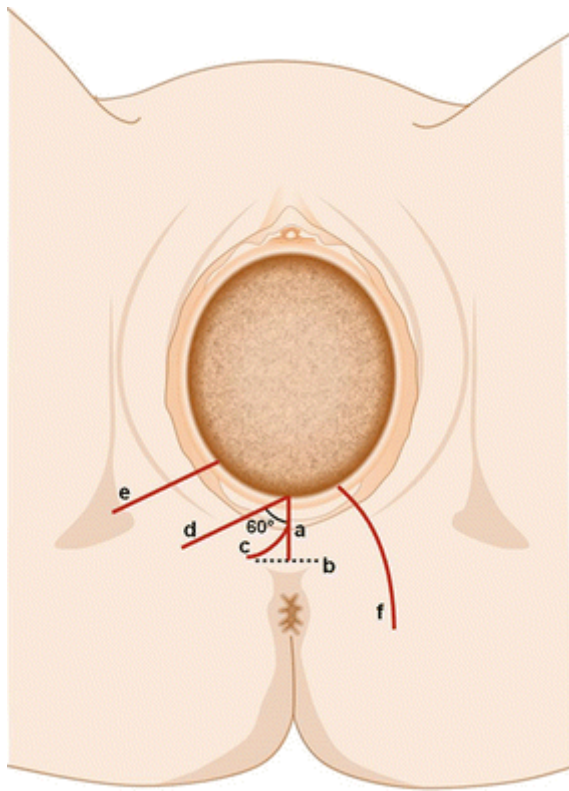


Ruptura perinea 3c dle RCOG . In: PAŘÍZEK, A. Kritické stavy v porodnictví. 1. vyd. Praha : Galén ; Kamenice : MCC Publishing, 2012. xxxii, 285 s. ISBN: 978-80-7262-949-7



Ruptura perinea 4 dle RCOG . In: PAŘÍZEK, A. Kritické stavy v porodnictví. 1. vyd. Praha : Galén ; Kamenice : MCC Publishing, 2012. xxxii, 285 s. ISBN: 978-80-7262-949-7

Příloha VI: Rozdělení epiziotomií

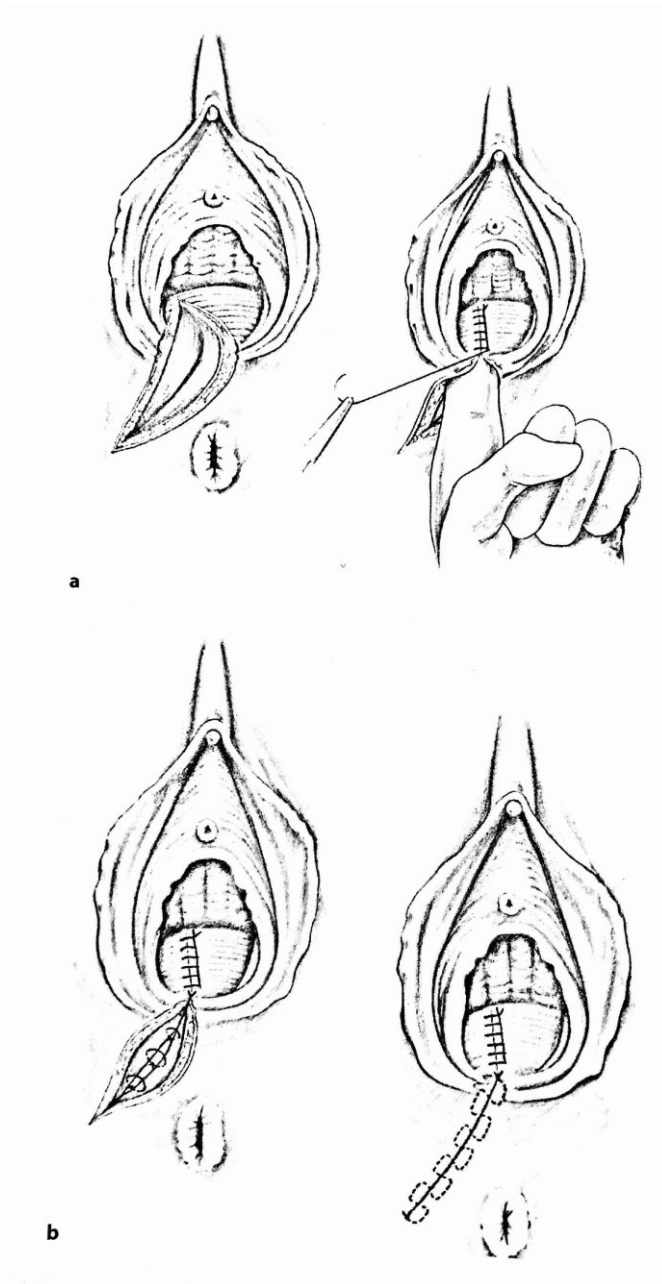


Dělení epiziotomií:

- a) mediální epiziotomie
- d) mediolaterální epiziotomie
- e) laterální epiziotomie

Zdroj: <https://abdominalkey.com/episiotomy/>

Příloha VII: Sutura epiziotomie



Sutura epiziotomie. In: ROZTOČIL, A., et al. Moderní porodnictví. 2. vyd. Praha: Grada, 2017. 656s. ISBN 978-80-271-9757-6

Příloha VIII: Antenatální perineální masáž

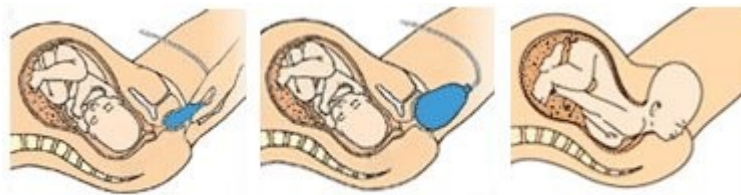


Zdroj: <https://www.modrykonik.cz/rodim/masaz-hraze/>

Příloha IX: Aniball, Epi-no



Zdroj: <https://www.aniball.cz/aniball/co-je-aniball/>



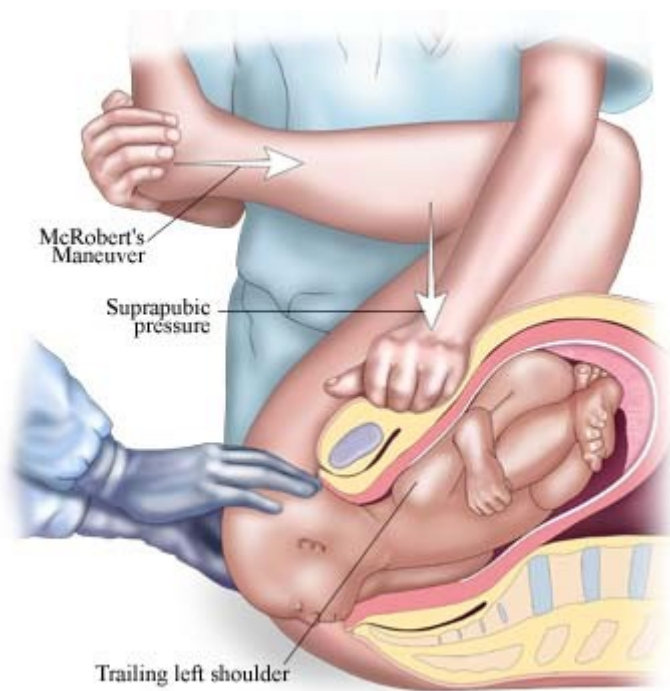
Posílení svalů
pánevního dna

Napínání hráze

Nácvik porodu

Zdroj: <http://www.epino.cz/epi-no/predporodni-priprava.html>

Příloha X: McRobertsova poloha



Zdroj: http://www.illustratedverdict.com/projectreview/IllustratedVerdict_2011v4.asp

Příloha XI: Porodnická stolička



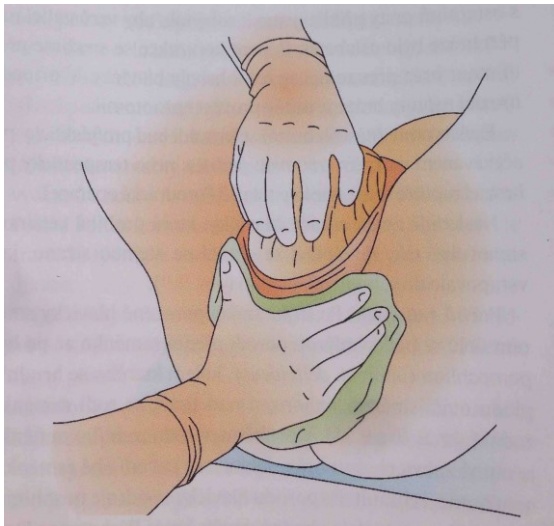
Zdroj: <https://www.emimino.cz/diskuse/porodni-stolicka-45167/>

Příloha XII: Porodnický gel Dianatal

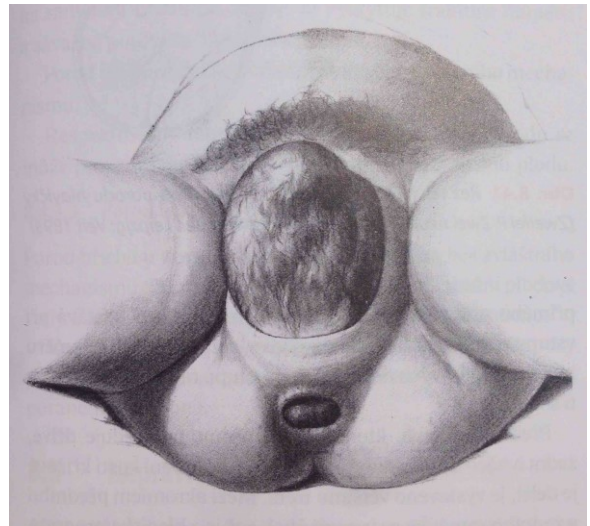


Zdroj: <http://dianatal.cz/obsah/3-proc-dianatal-porodnicky-gel>

Příloha XIII: Chránění hráze



„Hands-on“ technika In: ROZTOČIL, A., et al. Moderní porodnictví. 2. vyd. Praha: Grada, 2017. 656s. ISBN 978-80-271-9757-6



Supercrowning In: ROZTOČIL, A., et al. Moderní porodnictví. 2. vyd. Praha: Grada, 2017. 656s. ISBN 978-80-271-9757-6

Příloha XIV: Edukační leták

JAK ZVÝŠIT ŠANCI PORODU BEZ PORANĚNÍ HRÁZE?

Milé budoucí maminky,

cílem tohoto letáku je, seznámit Vás s některými metodami, které můžete využít během těhotenství k přípravě hráze k porodu. Také je zde uveden význam epiziotomie a hojení ran v období šestinedělí. Na úvod je třeba ale zdůraznit, že ani nejlepší příprava nemusí být vždy stoprocentně účinná. Při porodu nezáleží jen na porodní váze Vašeho miminka, ale například i na kvalitě tkáně hráze, která může být ovlivněna proběhlými záněty.

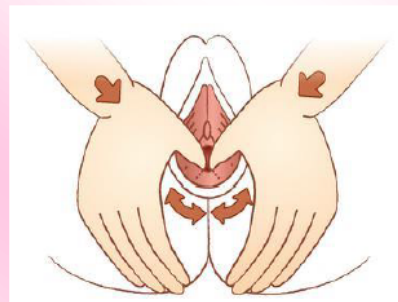
MASÁŽ HRÁZE

Masáž hráze má za cíl zvýšit elasticitu hráze a podpořit její dostatečné rozvinutí při porodu. Můžete ji provádět speciálním olejem na masáž hráze nebo rostlinným olejem či vaginálním lubrikantem. S masáží hráze je vhodné začít přibližně ve 34. týdnu těhotenství. Měla by se provádět jednou až dvakrát denně po dobu 5-10 minut.

Masáž můžete provozovat sama nebo za pomoci partnera.

Zaujměte polohu v polosedu s pokrčenýma nohama. Partner do pochvy zavede nalubrikovaný ukazováček a prostředníček do hloubky přibližně dvou článků prstů.

Pokud chcete provádět automasáž, do pochvy zaveďte palce. Prsty se pak přejíždí po hrázi z jedné strany na druhou, ve tvaru písmene U. Stěnu pochvy tlačíte směrem dolů a dopředu, až do pocitu mírného natažení. Během masírování se soustředte na dýchání a snažte se uvolnit masírované svaly hráze. Masáž se zakončuje mnutím hráze mezi palcem a ukazovákem po dobu přibližně jedné minuty. Nikdy by neměla být bolestivá, samozřejmostí je pečlivá hygiena rukou před i po jejím provedení.



VAGINÁLNÍ DILATAČNÍ BALONEK

Vaginální dilatační balonek je pomůcka, která je určená k posilování svalů pánevního dna a k přípravě porodních cest na porod. Cvičení s dilatátory se doporučuje přibližně 30 minut denně od 36 – 37. týdne těhotenství až do porodu. Dilatátor se skládá ze silikonového balonku a ruční pumpy.

Cvičení se nejprve zaměřuje na posílení svalů pánevního dna. Do pochvy zaveďte nenafouknutý balonek a střídavě stahujte a uvolňujte svaly pánevního dna. Poté balonek nafoukněte až do pocitu mírného tlaku. Při každém dalším cvičení se objem balonku postupně zvětšuje. Nafouknutý balonek pak nechte volně vyklouznout z pochvy. Cvičení můžete provádět do pocitu maximálního napnutí, nikdy by však nemělo být bolestivé.

Výhodou této metody je, že používáním balonku získáte zkušenost s tlakem, který způsobuje hlavička při průchodu porodními cestami.

Silikonový balonek můžete rovněž použít po porodu k regeneraci svalstva pánevního dna.



PROČ SE EPIZIOTOMIE PROVÁDÍ?

Epiziotomie, neboli nástřih hráze, se provádí, aby se zabránilo vzniku nepravidelných ruptur (trhlin) hráze. Nástřih hráze se neprovádí rutinně u všech rodiček, ale pouze v odůvodněných případech, mezi které patří například operativní ukončení porodu (klešťový porod, vakuumextrakce) nebo pokud je zřetelné nebezpečí poškození svěračů konečníku.

HOJENÍ EPIZIOTOMIE V OBDOBÍ ŠESTINEDELI

Porodní poranění se obvykle hojí týden až 10 dní, stehy se používají vstřebatelné a měly by v průběhu hojení samy vypadat. Zpočátku je vhodné sedat si na poporodní polštář nebo nafukovací kruh, abyste



zmírnila bolestivost v okolí hráze.

Po příchodu z porodnice domů můžete využít sedací koupele. Zejména koupele s příměsí dubové kůry, která má díky obsahu tříslovin stahovací a protizánětlivé účinky. První den se doporučuje chladná až vlažná voda. Teplotu vody můžete postupně zvyšovat. Po koupeli je třeba ránu důkladně osušit, nejlépe volně na vzduchu.

