

ZDRAVSTVENA NEGA ŽENE

JOŽICA JELEN JURIČ



- ◉ **ZV žensk:** zdravstvena dejavnost ginekologije in porodništva.
- ◉ **GINEKOLOGIJA:** delovanje, bolezni, zdravljenje spolnih organov.
- ◉ **PORODNIŠTVO:** reproduktivno zdravje žensk povezano z nosečnostjo, porodom in poporodnim obdobjem.
- ◉ **Primarno, sekundarno in tercalno**

MREŽA ZDRAVSTVENIH USTANOV KI IZVAJAJO ZDR. VARSTVO ŽENA

- **ZDRAVSTVENI DOMOVI**

- *Dispanzer za žene

- *Posvetovalnica za nosečnice

- *patronažna služba

- šola za starše

- **PORODNIŠKO- GINEKOLOŠKO BOLNIŠNICE**

- **GINEKOLOŠKA KLINIKA**

ZDRAVSTVENI TIM ZA ZV ŽENSK

- ◉ Zdravnik specialist ginekologije in porodništva
- ◉ Ms- babica
- ◉ Dipl. med. ses
- ◉ Sms
- ◉ Fizioterapevt, psiholog, socialni delavec...
- ◉ **BABICA**

ZDRAVSTVENO ZAŠČITO ŽENA UREJA TUDI ZAKONODAJA, KO DOLOČA:

- *delovno dobo
- *delovne pogoje
- *porodniški dopust

ZDRAVSTVENO VARSTVO MATERINSTVA ZAJEMA ŠTIRI OBDOBJA:

- **PREDKONCEPCIJSKO OBDOBJE:** obdobje pred nosečnostjo, načrtovanje nosečnosti
- * **PRENATALNO VARSTVO**, ki obsega skrb za ženo od začetka nosečnosti do poroda(pregledi, zv delo..)
- ***PERINATALNO VARSTVO**, ki obsega strokovno medicinsko pomoč ob porodu, (babica)

- * **POSTNATALNO VARSTVO**, ki zajema obdobje od konca poroda **do končnega prvega leta** po porodu in skrbi za zdravje otročnice ter razvoj in napredek novorojenčka

PORODNIŠKI DOPUST-365 DNI

- JE RAZDELJEN NA:

- **105 DNI PORODNIŠKEGA DOPUSTA** KI GA MORA OBVEZNO KORISTITI MATI

*28 DNI PRED PORODOM(45 DNI ZDRAVSTVENA INDIKACIJA)

*OSTALO PO PORODU

260 DNI DOPUSTA ZA VARSTVO IN NEGO
OTROKA, KI GA LAHKO KORISTI MATI ALI OČE



PORODNIŠKI DOPUST- 365 DNI

- DOPUST SE LAHKO PODALJŠA V NASLEDNJIH PRIMERIH:
 - *OB ROJSTVU **DVOJČKOV ZA 90 DNI**
 - *OB ROJSTVU TROJČKOV, ČETVORČKOV, ZA **VSAKEGA OTROKA PO 90 DNI**



PORODNIŠKI DOPUST-360 DNI

- OB ROJSTVU OTROKA, KI POTREBUJE **POSEBNO NEGO IN VARSTVO**(otroci z motnjami v telesnem in duševnem razvoju) **ZA 90 DNI**
- ČE MATI RODI **NEDONOŠENČKA**, SE DOPUST PODALJŠA ZA TOLIKO DNI KOT JE BILA NOSEČNOST KRAJŠA OD 260 DNI

PORODNIŠKI DOPUST -360 DNI

- ČE STARŠA DOMA VARUJETA **NAJMANJ 2 OTROKA V STAROSTI DO 8 LET**, SE DOPUST PODALJŠA ZA **30 DNI**, ZA 3 OTROKE 60 DNI, ZA 4 ALI VEČ PA 90 DNI
- OB ROJSTVU **MRTVEGA OTROKA** JE PORODNIŠKI DOPUST **45 DNI PO PORODU**

OČETOVSKI DOPUST

- ◉ - **15 DNI PLAČANEGA DOPUSTA**, KI GA MORAJO IZKORISTITI DO DOPOLNJENEGA **6 MESECA + 5 DNI PLAČANEGA DO 1 RAZREDA** OTROKOVE STAROSTI IN **50 DNI NEPLAČANEGA DOPUSTA**, KI GA MORAJO PORABITI NAJKASNEJE **DO 3 LETA** OTROKOVE STAROSTI

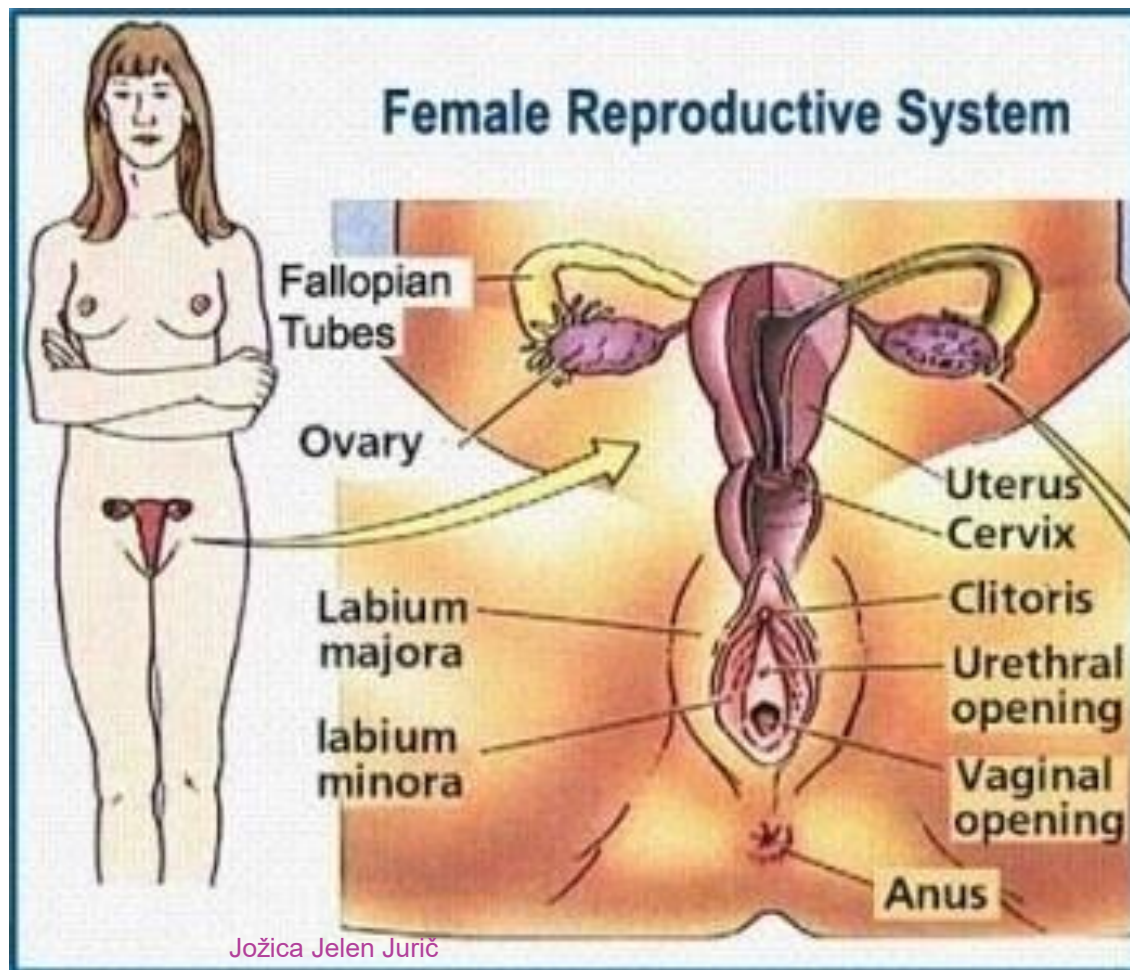


Jožica Jelen Jurič

PONOVIMO

- ◉ 1. Kako je sestavljen zdravstveni tim za ZV žensk?
- ◉ Naštej in opiši 4 področja ZV materinstva
- ◉ . Kako je razdeljen porodniški dopust in kdo ga lahko koristi?
- ◉ 2. V katerih primerih se porodniški dopust podaljša in za koliko?
- ◉ 3. Kako je razdeljen očetovski dopust, koliko in do kdaj ga očetje lahko izkoristijo?

ANATOMIJA IN FIZIOLOGIJA ŽENSKIH SPOLNIH ORGANOV



ŽENSKI SPOLNI ORGANI

- ◉ -ZUNANJE SPOLOVILO
- ◉ -NOTRANJE SPOLOVILO

ZUNANJE SPOLOVILO- VULVA

- NADSRAMJE - **MONS PUBIS**

Poraslo je z dlakami, v podkožju je dosti maščevja

-VELIKE SRAMNE USTNICE- **LABIJA MAJORA**

-MALE SRAMNE USTNICE- **LABIJA MINORA**

- MED MALIMA SRAMNIMA USTNICAMA JE ZUNAN NOŽNIČNI VHOD KI GA ZASTIRA DEVIŠKA KOŽICA- **HIMEN**

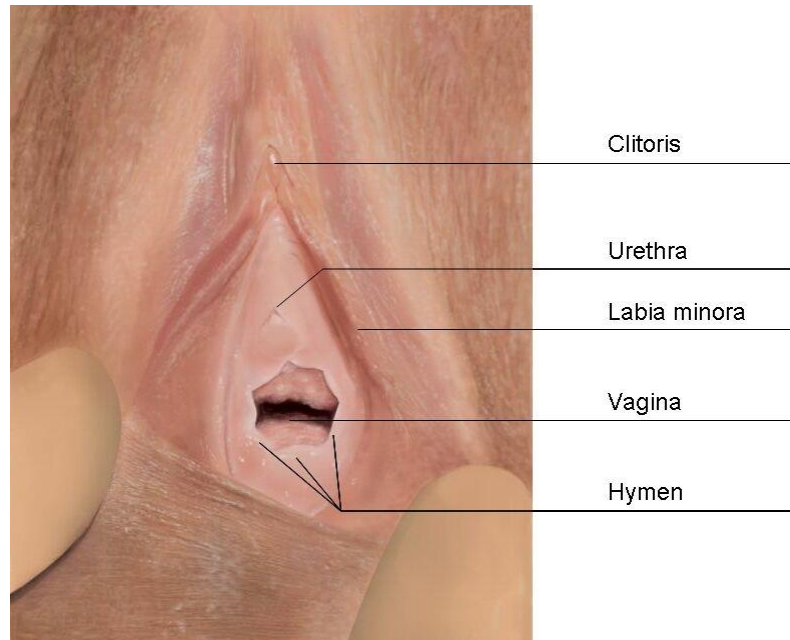


ZUNANJE SPOLOVILO- VULVA

- ŠČEGETAVČEK- CLITORIS

Objemata ga mali SRAMNI USTNICI- LABIJA MINORA

-



ZUNANJE SPOLOVILO- VULVA

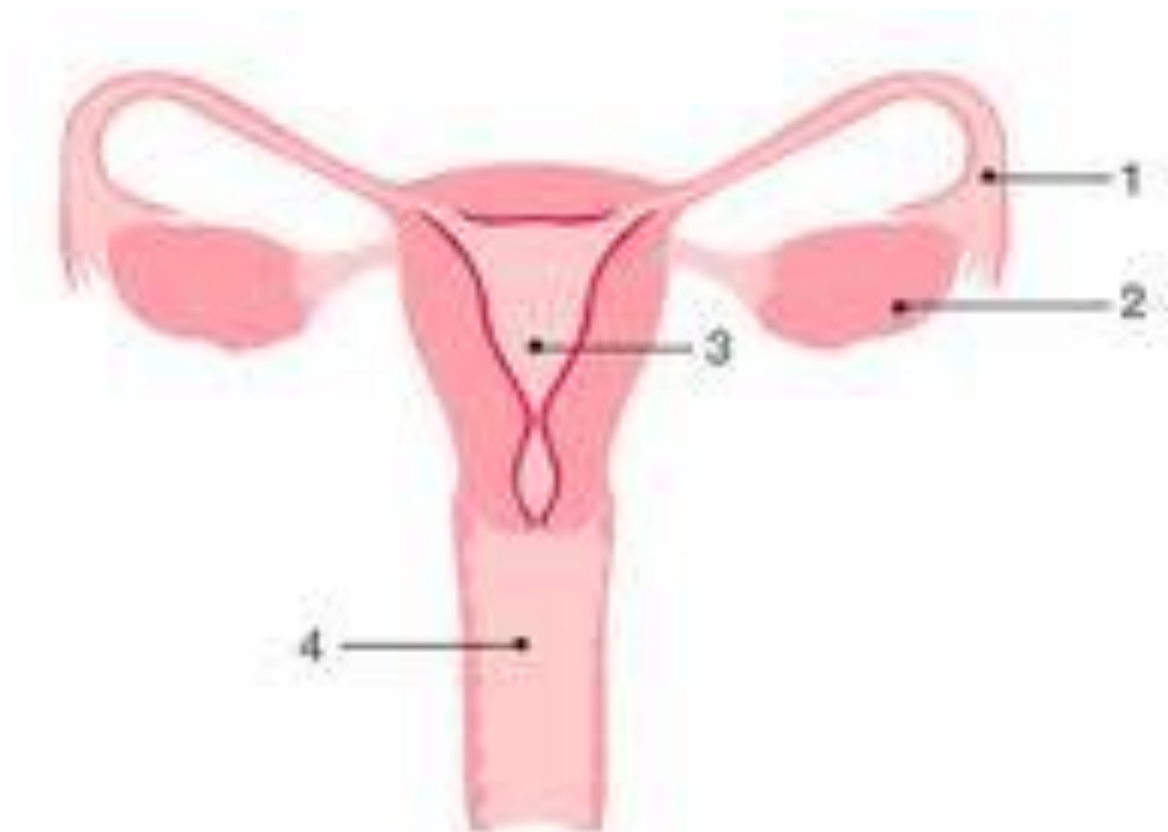
PREDDVOR- VESTIBULUM VAGINAE

leži med deviško kožico in malimi sramnimi ustnicami ter vhodom v sečnico

Tu ležita dve PREDDVORNI ŽLEZI- BARTHOLINIJEVI ŽLEZI KI VLAŽITA SPOLOVILO. (Bartholinijeva cista)

- PRESREDEK- **PERINEUM** LEŽI MED ZADNJIKOM IN NOŽNIČNIM VHODOM(rastezanje med porodom)

NOTRANJI SPOLNI ORGANI



NOŽNICA-VAGINA

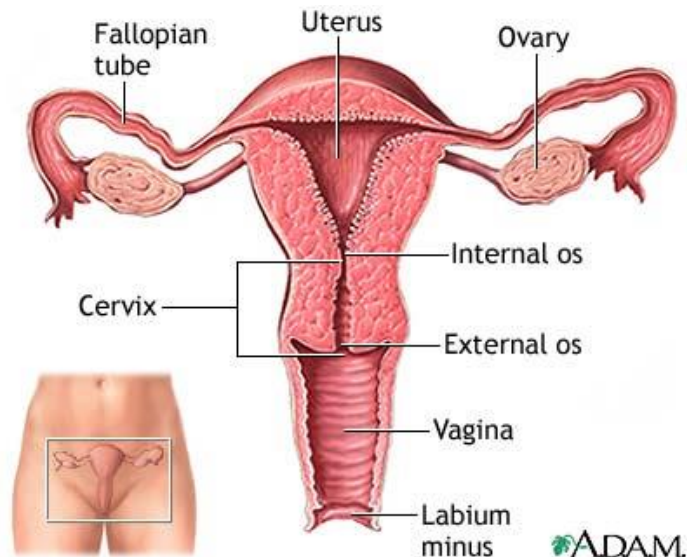
- JE OD 10-12 CM DOLGA RAZTEGLJIVA CEV
- STENA JE IZ GLADKEGA MIŠIČJA, KI JE ZNOTRAJ POKRITO S SLUZNICO, OD ZUNAJ PA OBDANO Z RAHLIM VEZIVOM

NOŽNICA- VAGINA

- SLUZNICA JE IZ PLOŠČATEGA EPITELA , JE NAGUBANA IN NIMA ŽLEZ
- SLUZ PRIHAJA IZ MATERNICE

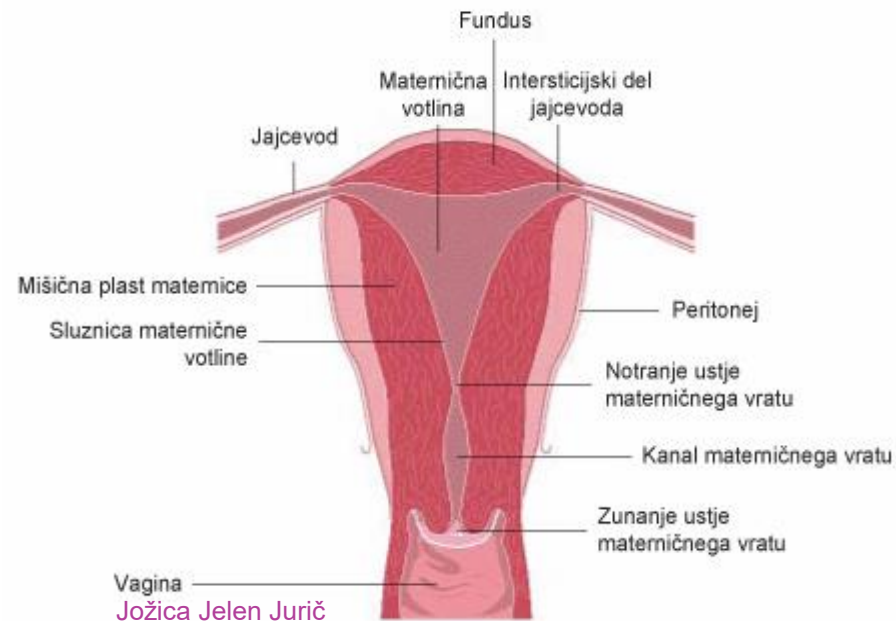
MATERNICA- UTERUS

- JE HRUŠKASTE OBLIKE
- DOLGA 7-9 CM
- TEŽKA 50-70 **gramov**
- LEŽI MED SEČNIKOM IN DANKO V MALI MEDENICI



MATERNICA-UTERUS

- JE VOTLA IN IMA 3 DELE:
- MATERIČNI SVOD- FUNDUS UTERI
- MATERIČNO OŽINO-ISTHMUS UTERI
- MATERIČNI VRAT-CERVIX UTERI



MATERNICA- UTERUS

- MATERIČNA STENA JE DEBELA 2-3 CM IN JE SESTAVLJENA IZ 3 PLASTI:
- SLUZNICA- **ENDOMETRIJ**

MATERNICA UTERUS

- ◉ - SLUZNICA IZLOČA **REDKO SLUZ**, KI JO MIGETALKE POMIKAJO PROTI NOŽNICI IN TAKO NASTANE SLUZAV ČEP KI ZAPIRA MATERičNO USTJE IN VARUJE PRED INFEKCIJAMI

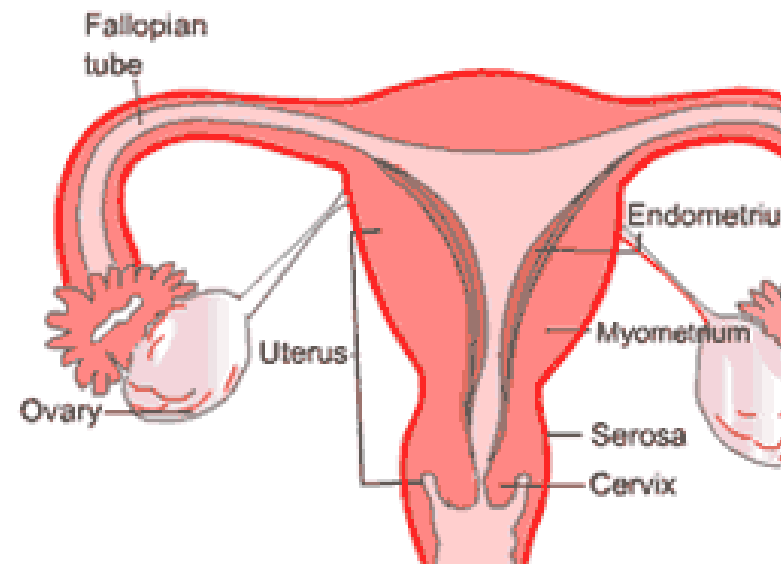
MATERNICA- UTERUS

- MIŠIČNA PLAST- **MIOMETRIJ**

Je najdebelejša plast, ki je zgrajena iz **gladkih mišičnih vlaken in veziva**

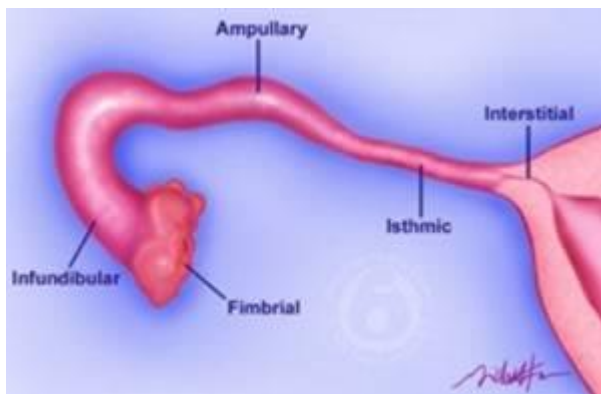
- POTREBUŠNICA- **PERIMETRIJ**

Pokriva celo maternico na zunanji strani



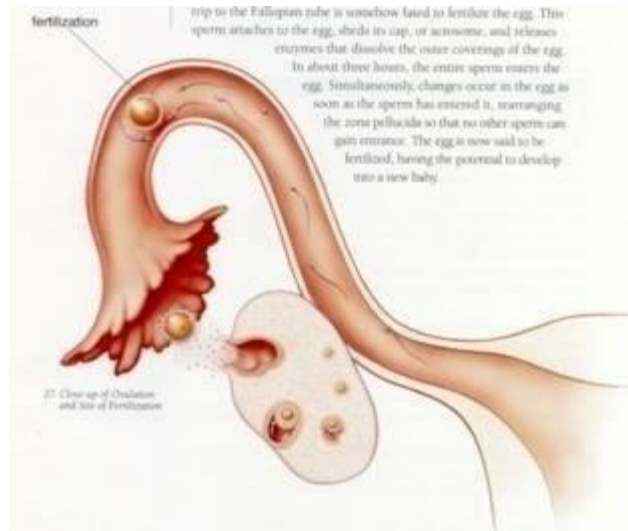
JAJCEVODA - TUBA UTERINA

- - STA NEKAJ MILIMETROV DEBELI IN RAHLO ZVIJUGANI CEVI, DOLGI 10 CM



JAJCEVODA- TUBA UTERINA

- OB JAJČNIKU STA TROBLJASTO RAZŠIRJENA V TREBUŠNO VOTLINO, PROTI MATERNICI STA ZOŽENA
- RESICE JAJCEVODA UJAMEJO JAJČECE, KO SE IZLOČI IZ JAJČNIKA

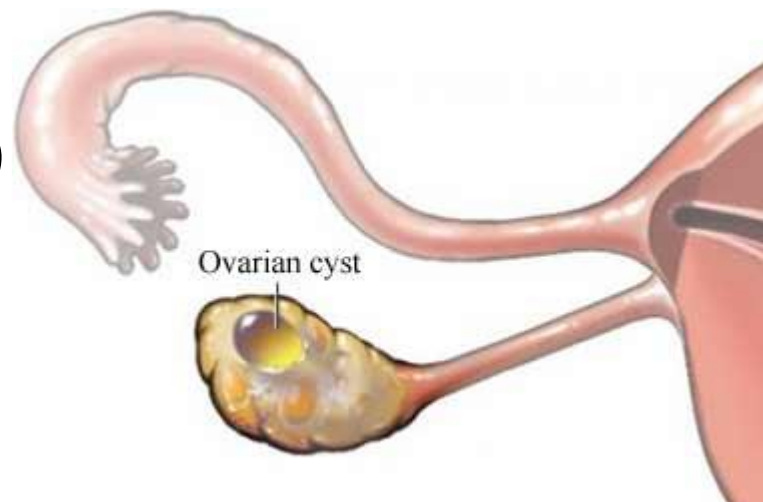


JAJCEVODA- TUBA UTERINA

- - PERISTALTIKA IN MIGETALKE GA USMERITA V MATERNICO

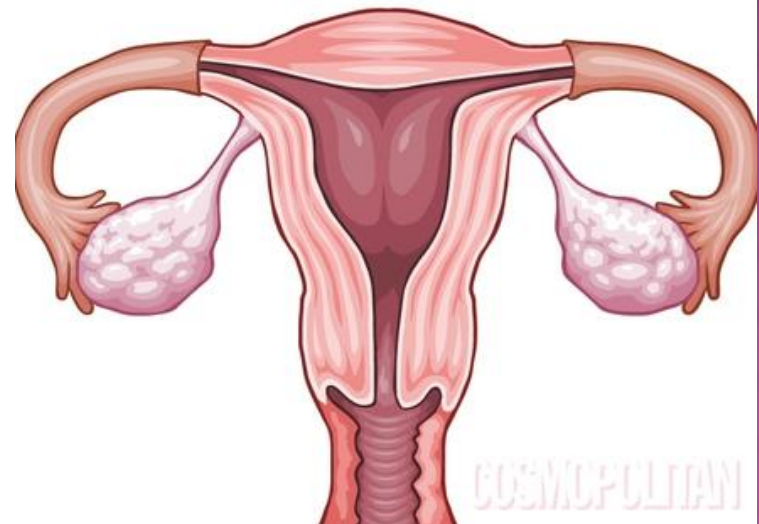
JAJČNIKA- OVARIUM

- VELIKA STA 4 CM , BELE BARVE
- PRI DEKLICAH STA GLADKA, PRI STAREJŠIH ŽENSKIH PA POLNA BRAZGOTIN
- LEŽITA V MEDENICI LEVO OZ. DESNO OB MATERNICI
- SKORJA -FOLIKLI
- SREDICA(žile, živci)



JAJČNIKA- OVARIUM

- PRI NOVOROJENI DEKLICI JE V OBEH JAJČNIKIH OKOLI 300 000- 400 000 PRAMEHURČKOV S PRAJAJČECI
- PRI ZRELI ŽENSKI VIDIMO DOZOREVAJOČE JAJČNE MEHURČKE



DOJKE- MAMMA

- NA VRHU DOJKE JE BRADAVICA, V KATERI SO **DROBNA USTJA ŽLEZNIH IZVODIL**, PO KATERIH SE IZLIVA MLEKO
- BRADAVICO OBDAJA TEMNO PIGMENTIRAN KOLOBAR- **AREOLA**



DOJKE

- V NOSEČNOSTI SE ŽLEZNO TKIVO MOČNO RAZRASTE(ESTROGEN IN PROGESTERON), DOJKE SE POVEČAJO
- PO PORODU HORMON HIPOFIZE(**PROLAKTIN**) SPOŽI LAKTACIJO MLEKA



DELOVANJE ŽENSKIH SPOLNIH ORGANOV



MENSTUALNI CIKUS

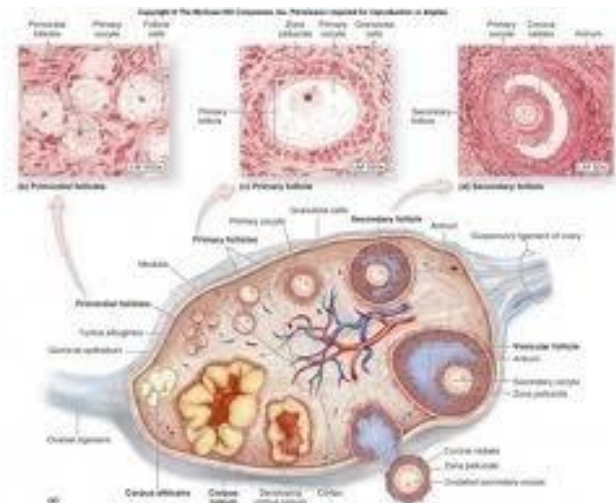
- MENSTUALNI CIKLUS- ZORENJE FOLIKLA IN SPREMINJANJE MATERičNE SLUZNICE
- URAVNAVA: HIPOFIZA, KI IZLOČA FSH- FOLIKEL STIMULAJOČI HORMON- ZORENJE FOLIKLA
- LH- LUTEINIZIRAJOČI HORMON, OVULACIJA

JAJČNIK KOT ŽLEZA

- V OBEH JAJČNIKIH NOVOROJENE DEKLICE JE 300 000- 400 000 PRAJAČEC, KI LEŽIJO V PRAMEHURČKIH ALI PRAFOLIKLIH
- V OTROŠKI DOBI VELIKA VEČINA PRAMEHURČKOV PROPADE

ZORENJE FOLIKLA

- LE MALO JIH OSTANE DO PUBERTETE IN ZAČNEJO DOZOREVATI
- VSAK MESEC DOZORI EN FOLIKEL
- **PRVI** DOZORI MED 14 IN 18 LETOM
- ZREL FOLIKEL SE IMENUJE **GRAFOV FOLIKEL**



ZORENJE FOLIKLA

- KO JE GRAFOV FOLIKEL DOVOLJ NAPET POČI
- IZ NJEGA ODTEČE FOLIKLOVA TEKOČINA Z JAJČECEM KI GA LOVIJO RESICE JAJCEVODA IN GA USMERIJO V JAJCEVOD(OVULACIJA)

ZORENJE FOLIKLA

- IZ POČENEGA GRAFOVEGA FOLIKLA NEKOLIKO KRVAVI
- NEKAJ KRVI SE NABERE V NOTRANJOSTI FOLIKLA, NASTANE **RDEČE TELESCE**
- ČEZ **3-4 DNI** NASTANE NA TEM MESTU RUMENO TELESCE, **CORPUS LUTEUM** KI PROIZVAJA ESTROGEN IN **PROGESTERON**

JAJČNIK KOT ŽLEZA

- ◉ -ČE JAJČECE NI BILO OPLOJENO ZAČNE RUMENO TELESCE 3-6 DNI PRED MENSTRUACIJO PROPADATI
- ◉ -TO RUMENO TELESCE SE IMENUJE **RUMENO TELESCE MENSTRUACIJE**, KER SE PO NJEGOVEM PROPADU POJAVI MENSTRUACIJA

ZORENJE FOLIKLA

- ◉ -NA TEM MESTU SE NAREDI BRAZGOTINA, KI JI REČEMO **BELO TELESCE**
- ◉ ČE JE BILO JAJČECE OPLOJENO, SE RUMENO TELESCE POVEČA. NASTANE **RUMENO TELESCE NOSEČNOSTI**

ZORENJE FOLIKLA

- KO RUMENO TELESCE MENSTRUACIJE PROPADE ZAČNE ZORETI NOV GRAFOV FOLIKEL KI DOZORI V 14 DNEH
- DOBA RUMENEGA TELESCA TRAJA 14 DNI

JAJČNIK KOT ŽLEZA

- TAKO V ZRELI DOBI DOZORI VSAKIH 28 DNI EN GRAFOV FOLIKEL
- JAJČNIK PROIZVAJA 2 HORMONA:
 - ESTROGEN
 - PROGESTERON

- ◉ <https://www.youtube.com/watch?v=Dy6SNFkihIE>

MENSTRUACIJA- SPEMINJANJE MATERNIČNE SLUZNICE

- ◉ - EN JAJČNI MEHURČEK DOZORI PRIBLIŽNO
VSAKIH 28 DNI

1. DOBA RASTI ALI PROLIFERACIJE

- GRAFOV FOLIKEL **PRIČNE ZORETI**, PRIPRAVLJA SE NA OVULACIJO
- ZARADI DELOVANJA ESTROGENA **MATERIČNA SLUZNICA HITRO RASTE, SE DEBELI**, V NJEJ SE RAZRAŠČAJO ŽLEZE

2. DOBA IZLOČEVANJA ALI SEKRECIJE

- ⊙ - **PO OVULACIJI** SE RAZVIJE RUMENO TELESCE
- ⊙ - NA MATERIČNO SLUZNICO PRIČNE POLEG **ESTROGENA DELOVATI ŠE PROGESTERON**
 - ŽLEZE IZLOČAJO **VELIKO SLUZI**, TAKO SLUZNICA POSTANE SOČNA IN MEHKA
 - **ŽILE** V SLUZNICI NABREKNEJO

3. DOBA RAZPADA- LUŠČENJA ALI DESKVAMACIJE

- ◉ - ČE JAJČECE NI BILO OPLOJENO, RUMENO TELESKO POČASI PRENEHA DELOVATI, **PROPADE IN SE ZABRAZGOTINI**(BELO TELESCE, PROGESTERON UGASNE)

- POSAMEZNE ŽILE V MATERičNI SLUZNICI SE STISNEJO
- **KRI ZASTAJA**, SLUZNICA V VRHNJIH PLASTEH ODMRE IN RAZPADE
- POJAVI SE KRVAVITEV- **MENSTRUACIJA**

4. DOBA OBNOVE ALI REGENERACIJE

- PO **KONČANI KRVAVITVI** SE RANJENA MATERIČNA SLUZNICA ZACELI
- SLUZNICA SE OBNOVI IZ **OSNOVNE PLASTI**, KI NI RAZPADLA
- PREVLADA SPET UČINEK **ESTROGENA** (RAST SLUZNICE)
- NASLEDNJI JAJČNI MEHURČEK SE PRIPRAVLJA NA OVULACIJO

MENSTRUALNI CIKLS

- REDEN(NA 27-35 DNI)
- KRVAVITEV TRAJA 3-8 DNI



- ◉ https://www.youtube.com/watch?v=vXrQ_FhZmos

MENSTRUALNI CIKLUS

- ◉ -IZGUBA KRVI JE PRIBLIŽNO 50-200 ML
- ◉ BOLEČINE V TREBUHU, KRIŽU DOJKAH(TUDI NABREKNEJO) GLAVOBOL



MENSTRALNI CIKLS

- NEMIR, SPREMENJENA DUŠEVNOST
- ZMANJŠA SE ODPORNOST



MOTNJE V MESEČNEM CIKLUSU

- MOTNJE V JAKOSTI

HIPOMENOREJA

Šibka menstruacija traja manj **kot 2 dni**

- (op, vnetja, hormonska kontracepcija)

- HIPERMENOREJA

Je močna menstruacija z krvnimi strtki, ki **ne** traja več **kot 7 dni**(vnetja, Ca, motnje v strjevanju krvi, pov, RR)

-MENORAGIJA

Močna in podaljšana menstruacija traja **več**

MOTNJE V MESEČNEM CIKLUSU

- MOTNJE V POGOSTOSTI

-OLIGOMENOREJA- podaljšan cikel

Presledki med menstruacijami so daljši kot 35 dni in manj kot 3 mesece

-POLIMENOREJA- skrajšan cikel

Presledki med menstruacijami so krajši kot 22 dni

- AMENOREJA

Če mesečno perilo izostane za 3 mesece ali pa več

MOTNJE V MESEČNEM CIKLUSU

- DISMENOREJA

Je **zelo boleča** menstruacija kjer krčevite bolečine v spodnjem predelu **trebuha** izžarevajo v **križ**, **stegna**, prisoten je **glavobol**, **vrtoглаvice**, **slabost**, **bruhanje**

Primarna: zaradi prostaglandinov- hormon za krčenje maternice

Sekundarna: zaradi bolezenskih sprememb

PONOVIMO

◉ KAJ JE GRAFOV FOLIKEL

PONOVIMO

- ◉ KAJ JE GRAFOV FOLIKEL
- ◉ RAZLOŽI KAJ JE OVULACIJA

PONOVIMO

- ◉ KAJ JE GRAFOV FOLIKEL
- ◉ RAZLOŽI KAJ JE OVULACIJA
- ◉ RAZLOŽI NASTANEK RDEČEGA TELESCA

PONOVIMO

- ◉ KAJ JE GRAFOV FOLIKEL
- ◉ RAZLOŽI KAJ JE OVULACIJA
- ◉ RAZLOŽI NASTANEK RDEČEGA TELESCA
- ◉ RAZLOŽI POMEN CORPUS-A LUTEUM

PONOVIMO

- ◉ KAJ JE GRAFOV FOLIKEL
- ◉ RAZLOŽI KAJ JE OVULACIJA
- ◉ RAZLOŽI NASTANEK RDEČEGA TELESCA
- ◉ RAZLOŽI POMEN CORPUS-A LUTEUM
- ◉ ZAKAJ JE JAJČNIK STAREJŠE ŽENSKE POLN BRAZGOTIN

PONOVIMO

- ◉ KAJ JE GRAFOV FOLIKEL
- ◉ RAZLOŽI KAJ JE OVULACIJA
- ◉ RAZLOŽI NASTANEK RDEČEGA TELESCA
- ◉ RAZLOŽI POMEN CORPUS-A LUTEUM
- ◉ ZAKAJ JE JAJČNIK STAREJŠE ŽENSKE POLN BRAZGOTIN
- ◉ OPIŠI VSE ŠTIRI DOBE MENSTUALNEGA CIKLUSA

OBDOBJA V ŽIVLJENJU ŽENSKE



1. OTROŠKA DOBA

- TRAJA OD **ROJSTVA DO** prve menstuacije
- DEKLICE SE TELESNO IN DUŠEVNO RAZLIKUJEJO OD DEČKOV, VZROK JE HORMONALNA AKTIVNOST JAJČNIKOV



2. RAZVOJNA DOBA- DOBA PUBERTETE

- ZAČNEJO DELOVATI RODILA IN PLODILA
- POJAVI SE PRVA MENSTRUACIJA
- POJAVIJO SE SEKUNDARNI SPOLNI ZNAKI



3. RODNA DOBA

- **TRAJA OD 18- 45 LETA??**
- ŽENA IMA REDNE MENSTRUACIJE
- ZRELA JE ZA MATERINSTVO



PREHODNA DOBA-KLIMATERIJ

- JE MED 45 IN 50 LETOM IN TRAJA 1-5 LET
- V TEM OBDOBJU POPUŠČA DELOVANJE JAJČNIKOV, ZARADI TEGA SE POJAVIJO NEREDNE MENSTRUACIJE,
- MENOPAVZA: ko ni več menstruacije 12 mesecev)
- Motnje razpoloženja, utrujenost, navali vročine z rdečino, polivi, povešene dojke...

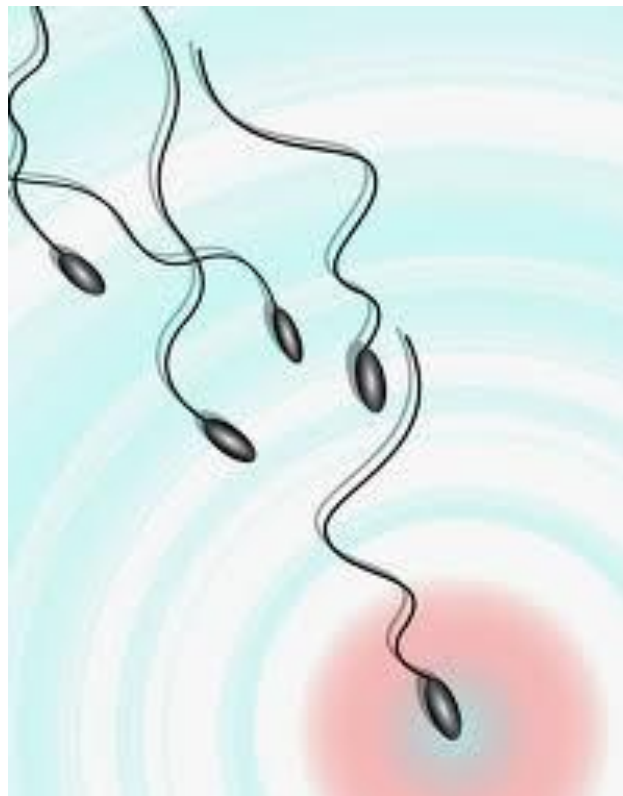
STAROSTNA DOBA

- TRAJA OD **55 LETA DO SMRTI**
- DELOVANJE JAJČNIKOV JE POPOLNOMA PRENEHALO
- ZNAMENJA STARANJA SO VIDNA NA SPOLOVILIH IN PO VSEM TELESU



Jozica Jelen Juric

OPLODITEV IN RAZVOJ PLODA



TRAJANJE NOSEČNOSTI

- NOSEČNOST TRAJA POVPREČNO 280 DNI ALI 40 TEDNOV ALI 10 LUNARNIH MESECEV ALI 9 KOLEDARSKIH MESECEV IN 7 DNI
- TRAJANJE NOSEČNOSTI OPREDELJUJEMO S TEDNI
- ZAČETEK NOSEČNOSTI JE POSTAVLJEN NA PRVI DAN ZADNJE MENSTRUACIJE

OPLODITEV IN RAZVOJ PLODA

- PRI SPOLNEM OBČEVANJU IZBRIZGA MOŠKI **3-5 ML** SEMENSKE TEKOČINE V ZADNJI NOŽNIČNI OBOK
- V **1 ML SEMENASKE TEKOČINE** JE **60- 120 MILJONOV** SPERMIJEV KI SE POMIKAJO SKOZI CERVICALNI KANAL, MATERIČNO VOTLINO PROTI JAJCEVODU

OPLODITEV IN RAZVOJ PLODA

- V ŽENINEM TELESU ŽIVIJO NAJVEČ 5 DNI,
VENDAR LAHKO OPLODIJO JAJČECE LE PRVIH 48
UR
- SAMO JAJČECE PA JE SPOSOBNO ZA OPLODITEV
LE OKOLI 24 UR

OPLODITEV IN RAZVOJ PLODA

- ◉ - ŽENSKA SPOLNA CELICA(JAJČECE, OVULUM, OOCIT) SE OPLODI, KO VANJO VSTOPI MOŠKA SPOLNA CELICA(SEMENČECE, SPERMIJ)



OPLODITEV IN RAZVOJ PLODA

- DO OPLODITEV PRIDE V **AMPULARNEM DELU JAJCEVODA**
- V JAJČECE VSTOPI SAMO **ENA SEMENČICA** VSA OSTALA PROPADEJO

OPLODITEV IN RAZVOJ PLODA

- ◉ - OPLOJENO JAJČECE OZIROMA **ZARODEK** (EMBRIO) IMA V SVOJIH KROMOSOMIH PO **44 TELESNIH KROMOSOMOV IN PO 2 SPOLNA KROMOSOMA, ŽENSKI XX IN MOŠKI XY**

RAZMISLI

- ◉ RAZMISLI, ČIGAV KROMOSOM DOLOČA SPOL OTROKA

OPLODITEV IN RAZVOJ PLODA

- PO OPLODITVI SE PRIČNE OPLOJENA JAJČNA CELICA- ZIGOTA DELITI V 2 CELICI, TI 2 V 4, PA V 8....
- S POMOČJO PERISTALTIKE SE **MORULA** POMIKA PO JAJCEVODU DO MATERNIČNE VOTLINE, KJER SE UGREZNE V SLUZNICO(**NIDACIJA**)

6-5 DNI PO OVULACIJI

- SE CELICE LOČIJO NA
TROFOBLAST(PREHRANJEVALNA PLAST)
- **EMBRIOBLAST**(KASNEJE PLOD)

OPLODITEV IN RAZVOJ PLODA

- V NADALJNI RASTI SE IZ EMBRIOBLASTA RAZVIJA:
- **EKTODERM**- koža s čutili, živčevje in možgani
- **ENDODERM**- prebavni trakt, dihalna, jetra, vranica
- **MEZODERM**- kostno, mišično in vezivno tkivo, srce in ožilje, ledvica, spolni organi

ZARODEK ALI EMBRIO

- O ZARODKU GOVORIMO **PRVIH 8 TEDNOV NOSEČNOSTI**
- ZA TO OBDOBJE JE ZNAČILNA **ORGANOGENEZA**
- KONEC 8 TEDNA POSTANE ZARODEK PODOBEN ČLOVEKU



ZARODEK ALI EMBRIO

- ◉ - RAZVITO IMA VELIKO **GLAVO**, NA KATERI OPAZIMO OČI, NOS, USTA, UHLJE, IZOBLIKUJE SE **VRAT**



ZARODEK ALI EMBRIO

- UDJE DOBIJO **SKLEPE**, NA ROKAH IN NOGAH SE PRIKAŽEJO **PRSTI**
- IZOBLIKOVANA JE ŽE VEČINA **NOTRANJIH ORGANOV**
- VELIK JE PRIBLIŽNO **2 CM.**

RAZVOJ ZARODKA PO TEDNIH NOSEČNOSTI

- ◉ **3-4 teden:** začetek razvoja glave z CŽS
- ◉ 4 teden utrip srca
- ◉ **5 in 6 teden**
- ◉ Izoblikovati se začenejo vsi notanji organi, (pljuča, mehur, črevesje)
- ◉ Na obrazu vidne oči, nos, usta, ušesa
- ◉ Rast rok in nog
- ◉ **7 in 8 teden**
- ◉ Močnejše postanejo kosti
- ◉ Zarodek se začne gibati

PLOD ALI FETUS

- O PLODU GOVORIMO OD KONCA 8. TEDNA PO SPOČETJU PA DO ROJSTVA
KISIK IN HRANO DOBIVA PREKO PLACENTE, S
KATERO JE POVEZAN PREKO POPKOVNICE



PLOD ALI FETUS

- PLOD ZELO HITRO **RASTE** IN PRIDOBIVA NA **TEŽI**
- NA KONCU 40. TEDNA JE VELIK OKROG **50 CM** IN **TEŽAK 3000-3800 GRAMOV**
- PO **16 TEDNU** JE ŽE MOŽNO DOLOČITI **SPOL**

PLOD ALI FETUS

- ◉ - **PO 20 TEDNU** ŽE ZAČUTIMO PLODOVO **GIBANJE**
IN POSLUŠAMO **PLODOV SRČNE UTRIFE**



- ⦿ http://www.youtube.com/watch?v=0A3BU7Xw9_E

RAZVOJ PLODA PO TEDNIH

- ◉ 9-13 teden
 - ◉ Glava je bolj okrogla, razvoj čutnic, izoblikovanje ustnic, vek
 - ◉ Koža začne izločati malanin
 - ◉ plod pije plodovnico in jo izloča
- ◉ 14-19 teden
 - ◉ Celotno telo pokriva lanugo
 - ◉ Koža je posojna
 - ◉ Nogi daljši od rok, prstne blazinice
 - ◉ Začne nastajati mekonij

- ◉ 20-24 teden
- ◉ Rastejo lasje, nohti in vernix, ter podkožno maščevje,
- ◉ Plod sesa palec se odziva na zvoke in dotik
- ◉ 25 - 30 teden
- ◉ Omejeno gibanje ploda, moda v modnik, plod ima odprte oči

- ◉ 31-35 teden
- ◉ Koža rožnata, nagubana
- ◉ Nohti do konca prstov
- ◉ plod intenzivno pridobiva na telesni teži
- ◉ 36- 42 teden
- ◉ Kožne gube in puh izginejo
- ◉ Plod se spusti v medenico

TEŽA IN VELIKOST EMBRIA IN NATO FETUSA V TEDNIH NOSEČNOSTI

Tedni nosečn osti	4	8	12	16	20	24	28	32	36	40
Veliko st ploda v cm	0, 8	2	9	16	25	30	35	40	45	50
teža ploda v g	1	5	30	100	300	600	12 00	2500		3000

NAMESTITEV PLODA V MATERNICI



NAMESTITEV PLODA V MATERNICI

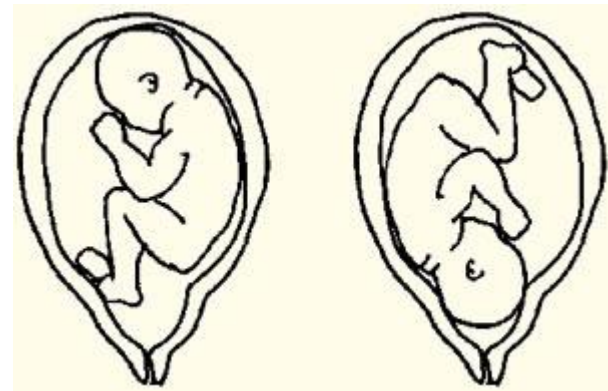
1. LEGA ALI SITUS

- **VZDOLŽNA LEGA** (99,5%)-VZDOLŽNA PLODOVA OS SE UJEMA Z VZDOLŽNO MATERIČNO OSJO
- **POŠEVNA LEGA ALI PREČNA LEGA** (0,5%) VZDOLŽNA PLODOVA OS SE KRIŽA V PRAVEM ALI DRUGAČNEM KOTU Z VZDOLŽNO OJO MATERNICE



2. VSTAVA ALI PREZENTACIJA

- JE ODNOS SPREDNJEGA PLODOVEGA DELA DO VHODA V MALO MEDENICO
- **GLAVIČNA**-95%
- **MEDENIČNA**-4,5%
- **-PRAZEN VHOD V MALO MEDENICO**(PREČNA, POŠEVNA LEGA)0,5%



3. POLOŽAJ ALI POZICIJA PLODA

- TUKAJ OZNAČUJEMO ODNOS PLODOVEGA HRBTA DO MATERNICE, OZ. PRI PREČNI LEGI ODNOS GLAVICE DO MATERNICE
- 1. POZICIJA-na levi strani maternice
- 2. POZICIJA-na desni strani maternice



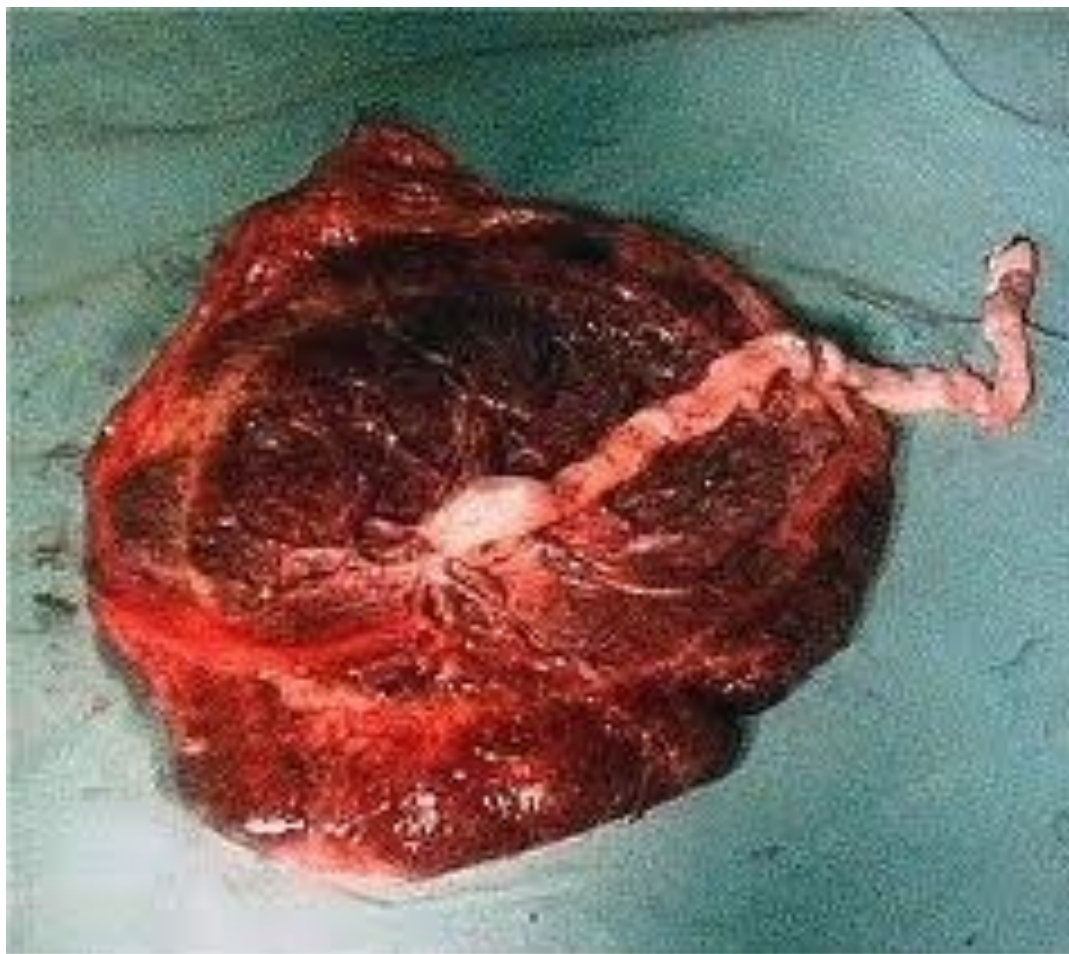
1228_2.jpg

4. DRŽA ALI HABITUS

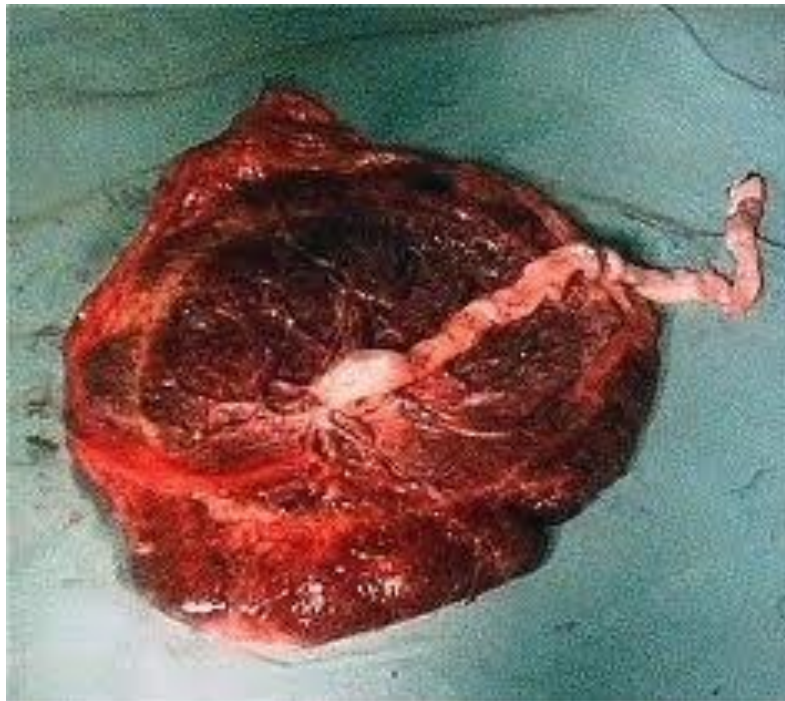
- Pravilna(flektirana glavica)
- Nepravilna (deflektirana glavica)

MATERNICA

- ⊙ - SE **POVEČA**, PREDVSEM TELO MATERNICE
- DOLŽINA.....**9 cm NA 35-40 cm**
- TEŽA.....**60 g NA 1000 g**
- STENA MATERNICE SE STANJŠA NA **1 cm**
- MATERNICA POSTANE **MODRIKASTA**,
MEHKEJŠA(večja prekrvavljenost in sočnost)

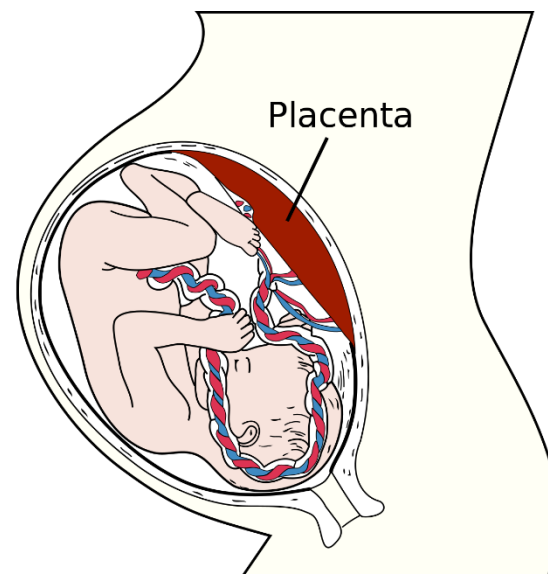


POSTELJICA-PLACENTA



ZGRADBA IN RAZVOJ PLACENTE

- POSTELJICA NASTANE konec **3.MESECA** , IZ
- MATERNIČNE SLUZNICE IN TROFOBLASTA
- LEŽI BOLJ V **SVODU MATERNICE**
- LAHKO JE OKROGLA, PODOLGOVATA ALI LEDVIČASTA



ZGRADBA ALI RAZVOJ PLACENTE

- JE RJAVORDEČE BARVE
- TEŽKA JE 500 g, DEBELA 2-3 cm, NJEN PREMER JE 15-20 cm
- LOČIMO PLODOVO IN MATERINO STRAN
- PLODOVA STRAN JE GLADKA, SVETLA, POKRITA S PLODNIKOM, SKOZI KATEREGA PROSEVAJO ARTERIJE IN VENE

ZGRADBA IN RAZVOJ PLACENTE

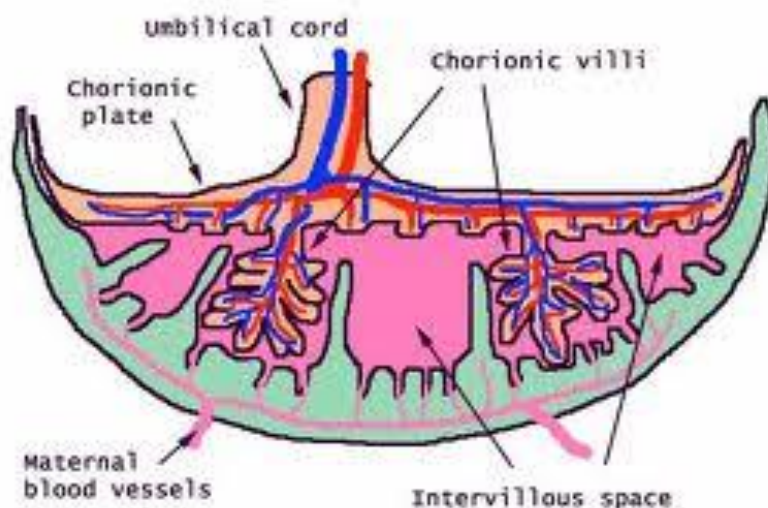
- IZ PLODOVE STRANI IZHAJA POPKOVNICA
- **MATERINA STRAN JE RAZBRZDANA**, ZGRAJENA JE IZ REŽNJEV- LOBUSOV, JE TEMNORDEČA POKRITA **Z MINLJIVO MRENO**

ZGRADBA IN RAZVOJ PLACENTE

- K PLACENTI PRITEKA PO 2 ARTERIJAH PLODOVA
VENOZNA KRI
- ARTERIJE SE RAZCEPIJO V KAPILARE, IZ KAPILAR
SE ARTERIALNA KRI ZBIRA V VENO IN TEČE PO
NJEJ K PLODU

ZGRADBA IN RAZVOJ PLACENTE

- - MATERINA IN PLODOVA KRI SE NE MEŠATA, TO PREPREČUJEJO **RESICE POKRITE Z HORIALNIM EPITELOM** KI OMOGOČA IZMENJAVO MED OBTOKOMA



FIZIOLOGIJA PLACENTE

- PLODU NADOMEŠČA **PREBAVILA, DIHALA IN MOKRILA**
- PLODU POSREDUJE HRANLJIVE SNOVI
- PREKO PLACENTE PLOD ODDAJA ODPADNE SNOVI



FIZIOLOGIJA PLACENTE

- ŠČITI PLOD **PREDINFEKTOM- baterjiskim (TVORI PROTITELESA, od 14 tedna dalje skozi prehajajo materini IG)**
- IZLOČA RAZLIČNE HORMONE:
 - PROGESTERON
 - ESTROGEN
 - PROLAKTIN
 - RELAKSIN

POPKOVNICA-FINICULUS UMBILICALIS

- JE POSREDOVALKA MED **PLODOM IN PLACENTO**
- JE DEBELA ZA PRST
- DOLGA 50-100 cm



JAJČNI OVOJI-VELAMENTA

- ◉ SE DRŽIJO **PLODOVE STANI POSTELJICE IN POPKOVNICE**
- ◉ V NJIH SE NAHAJA PLODOVNICA
- ◉ MED PORODOM ŠIRI PORODNO POT

PLODOVNICA- LIQUOR AMNI

- NA KONCU NOSEČNOSTI JE **OBIČAJNO POL DO ENEGA LITRA PLODOVNICE**
- NORMALNO JE **BISTRA**, NA KONCU NOSEČNOSTI PA POSTANE MOTNA ALI PA MLEČNA

PLODOVNICA- LIQUOR AMNII

- VSEBUJE LOJNE KAPLJICE, PLODOVE DLAČICE, PLODOVE POVRŠNE KOŽNE CELICE, V POSEBNIH POGOJIH PA TUDI MEKONIJ, KAR LAHKO KAŽE PLODOVO DIHALNO STISKO
- VARUJE PLOD PRED POŠKODBAMI

PLODOVNICA-LIQUOR AMNII

- PLODOVNICA OMOGOČA PLODU **GIBANJE IN RAZVOJ**
- SKRBI **ZA STALNO TEMPERATURO** PLODA



ZN NOSEČNICE



SPANJE IN POČITEK

- SPANJE DO 8 UR DNEVNO
- POČITEK JE POTREBEN TUDI ČEZ DAN
- MOŽNE TEŽAVE: ZGAGA, BOLEČINE V KRIŽU, POVEČAN TREBUH, DIHANJE
- PRIPOROČLJIVO JE SPANJE NA LEVEM BOKU (PREKRVAVITEV, VEČ KISIKA IN HRANIL ZA PLOD)



SPREMEMBE, KI VPLIVAJO NA OSEBNO HIGIENO

- ◉ DLESNI- LAHKO NABREKNEJO, KRVAVIJO, BOLIJU(VSTOP MO)
- ◉ INTENZIVNA USTNA NEGA

KOŽA

- JE BOLJ SOČNA IN NAPETA
- HIPERPIGMENTACIJA
- Na obrazu se pojavljajo nosečnostne pege-
chloasma gravidarum
- Na dojkah se temneje obarvata bradavici in
kolobarja
- Na trebuhu se pojavi rjava črta, ki poteka
od simfize do žličke- lina fusca

KOŽA

- ◉ - V DRUGI POLOVICI NOSEČNOSTI SE POJAVLJAJO NOSEČNOSTNE PROGE- **STRIAE GRAVIDARUM**(na koži dojk, trebuha, stegen, zadnjici)



Jožica Jelen Jurič

KOŽA

- ◉ V NOSEČNOSTI SO ŠKRLATNO RDEČE, PO PORODU PA BLEDE

DOJKE

- PORASTEJO NA RAČUN ŽLEZNEGA TKIVA
- V IZVODILIH SE PRIČNE NABIRATI **MLEZIVO**,
HIPERPIGMENTACIJA BRADAVIC IN KOLOBARJEV

POPEK

- JE DO 8. MESCA NOSEČNOSTI VDRT
- V 9 MESECU SE ZRAVNA Z NIVOJM KOŽE
- V 10 MESECU SE IZBOČI(MEHURČEK)



ZUNANJE SPOLOVILO

- ◎ - SE POVEČA, JE MEHKEJŠE, MODRIKASTO IN BOLJ RAZTEGLJIVO

NOŽNICA

- ◎ - POSTANE ŠIRŠA, STENA ČVRSTEJŠA, OBILNEJŠI
JE NOŽNIČNI IZCEDEK

PONOVIMO

- ◉ Kaj več o placenti
- ◉ Kaj več o popkovnici
- ◉ Kaj omogoča plodovnica
- ◉ Spremembe maternice
- ◉ Spremembe na drugih spolnih organih
- ◉ Spremembe nosečnice v smislu hiperpigmentacije
- ◉ Koliko časa traja nosečnost
- ◉ Lega ploda
- ◉ Vstava ploda
- ◉ Položaj ploda

OSEBNA HIGIENA NOSEČNICE

- OSEBNA HIGIENA JE V NOSEČNOSTI ZELO POMEMBNA, KER SE LAHKO **POTIJO**, POVEČAN JE TUDI **IZCEDEK SLUZI** IZ SPOLNIH ORGANOV

OSEBNA HIGIENA NOSEČNICE

- ◉ - **6 TEDNOV** PRED PRIČAKOVANIM PORODOM
ODSVETUJEMO **KOPANJE V KADI**
- ◉ POMEMBNA JE HIGIENA ROK



OSEBNA HIGIENA NOSEČNICE

- NEGA DOJK
- KOŽO MAZATI S HRANLJIVIMI KREMAMI, DA OSTANE ELASTIČNA
- POTREBNA JE DOBRA USTNA HIGIENA IN REDNO OBISKOVANJE ZOBOZDRAVNIKA

OBLEKA IN OBUTEV

- OBLAČILA NAJ BODO **OHLAPNA**, UDOBNA IZ **NARAVNIH MATERIALOV**
- UDOBNA OBUTEV **Z NIŽJIMI PETAMI**
- **NOSEČNIŠKO SPODNJE PERILO**
- **KOMPRESIJSKE NOGAVICE** ZA NOSEČNICE OD 3 M IN ŠE 2 MESECA PO PORODU (PREPREČEVANJE KRČNIH ŽIL IN VENSKE TROMBOZE)

SPOLNI ODNOSI

- **6 TEDNOV** PRED PRIČAKOVANIM PORODOM
SPOLNE ODNOSE ODSVETUJEMO
- **NEVARNOST INFEKCIJE**
- **NEVARNOST PREZGODNJEGA PORODA**

DRŽA NOSEČNICE

⦿ - SE SPREMENI; OS TELESA JE NAGNJENA NAZAJ



- ◉ POSLEDICE: BOLEČINE V KRIŽU
- ◉ ČE JE TREBUŠNA STENA OSLABELA SE MATERNICA POVESI NAPREJ IN NAVZDOL, KAR POVZOČA BOLEČINE V MEDENICI, DIMLJAH IN KRIŽU

POJAVIJO SE LAHKO **KRČNE ŽILE**

- - KI POVZOČAJO BOLEČINE IN UTRUJENOST NOG
- (LEŽANJE Z DVIGNJENIMI NOGAMI,
KOMPRESIJSKE NOGAVICE)



TELOVADBA- RAZGIBAVANJE

- NOSEČNICE NAJ SE VELIKO GIBAJO NA SVEŽEM ZRAKU, PLAVAJO, PLES VAJE ZA KREPITEV MIŠIC MEDENIČNEGA DNA



TELOVADBA- RAZGIBAVANJE

- ◉ -TELOVADBA JE V NOSEČNOSTI ZELO POMEMBNA ZARADI:
 - ŽENSKAM OMOGOČA, DA OSTANEJO V DOBRI **TELESNI KONDICIJI**
- *VARUJEJO NOSEČNICO PRED PREVELIKIM POVEČANJEM **TEL.TEŽE**
- POVEČA SE PREKRVAVLJENOST IN S TEM DOVAJANJE ZADOSTNE KOLIČINE **KISIKA** V ORGANIZEM

TELOVADBA- RAZGIBAVANJE

- IZOGIBA NAJ SE VELIKIM NAPOROM
- IZOGIBA NAJ SE KOLESARJENJU, JAHANJU, POTAPLJANJE, SMUČANJE, KONTAKTNI ŠPORTI

Z VABDO MORA TAKOJ PRENEHATI OB:

- MOČNIH BOLEČINAH V TREBUHU, MEČIH,
HRBTENICI, MEDENICI,
- KRVAVITVI Z NOŽNICE,
- OTEŽKOČENEM DIHANJU,
- OMOTICI,
- SLABOSTI
- IN MOČNEM GLAVOBOLU
- NOSEČNICE, KI SO NAGNJENE K SPLAVU
NAJ NE TELOVADIJO

DIHANJE IN KRVNI OBTOK

- ◉ V NOSEČNOSTI SE POTREBA PO KISKU POVEČA ZA 15 -20%
- ◉ ZATO SE POVEČA DIHALNI VOLUMEN IN OBSEG PRSNEGA KOŠA (5-7 CM)

TREBUŠNA PREPONA

- SE DVIGNE ZARADI VISOKE LEGE MATERIČNEGA SVODA
- ZATO JE POJAČANO PRSNO DIHANJE

DIHANJE IN KRVNI OBTOK

- ◉ PULZ: SE V 7 TEDNU POVEČA ZA 15 UTRIPOV / MIN
- ◉ SINDROM VENE CAVE: LEŽANJE V HRBTU ALI DESNEM BOKU ZMANJŠA UTRIP ZA 25 % KER MATERNICA IN HRBTENICA PRITISKATA NA VENO, KAR ZAMANJŠA DOTOK KRVİ V SRCE
- ◉ POSLEDICE: HIPOTENZIJA, BRADIAKARDIJA, OMOTICA, SLABOST, KOLAPS

RR

- ◉ ZARADI PROGESTERONA...VAZODILATACIJA...
NIŽJI RR

KRI

- ◉ VOLUMEN KRVI SE ŽE NA ZAČETKU POVEČA ZA 1-1,5L
- ◉ FIZIOLOŠKA ANEMIJA, NIZEK HEMATOKRIT(3 MESEC)
- ◉ FIZIOLOŠKA LEVKOCITOZA IN TROMBOPENIJA

PREHRANA NOSEČNICE



PREHRANA NOSEČNICE!!!!

- S PRAVILNO PREHRANO NOSEČNICA SEBI IN PLODU DOVAJA VSE SESTAVINE KI SO POTREBNE ZA **OBNOVO, RAST IN RAZVOJ ORGANIZMA**
- ZARADI NEPRAVILNE PREHRANE LAHKO PRIDE DO **SPONTANEGA SPLAVA, PREDČASNEGA PORODA, SLABŠE ODPORNOSTI OTROKA PRED INFEKCIJAMI**

PREHRANA NOSEČNICE!!!

- PREHRANA NAJ BO
RAZNOVRSTNA, URAVNOTEŽENA KVALITETNA
IN SVEŽA
- BOGATA Z BELJAKOVINAMI IN VITAMINI
- KALORIČNA VREDNOST DNEVNO ZAUŽITE
HRANE NAJ BO 2500-3000 kcal



PRIPOROČENA PREHRANA!!!

- ◉ - BOGATA Z BELJAKOVINAMI (MESO, MLEKO, JAJCA, SIR)



PRIPOROČENA PREHRANA!!!

- OGLJIKOVI HIDRATI- OMEJITI SLADKARIJE
- HRANA BOGATA S **Ca IN P(MLEKO)**
- PRIPOROČENO JE UŽIVATI MORSKE RIBE(**JOD**)
- VLAKNINE(ZELENJAVA, STROČNICE, POLNOLZNATE ŽITARICE)



Jožica Jelen Jurič

PRIPOROČENA PREHRANA!!!

- HRANA BOGATA Z **ŽELEZOM**(temno meso, rumenjak, rdeča pesa, regrat)
- VELIKO **TEKOČINE**(voda, manj sladek čaj)



FOLNA KISLINA

- ◉ B9
- ◉ 400 MIKROGRAMOV
- ◉ ŽE PRED ZANOSITVIJO+PRVE 3 MESECE
- ◉ ZAMNJŠAMO ANOMALIJE NEVRALNE CEVI-
SPINA BIFIDA

ODSVETOVANA PREHRANA

- IZOGIBATI SE MORA NASIČENIH MAŠČOBAM KOT SO SVINJINA, DROBOVINA, CVRTJE
- IZOGIBA NAJ SE SLANI HRANI
- IZOGIBA NAJ SE KONZERVIRANI HRANI
- IZOGIBA NAJ SE OSTRIM ZAČIMBAM
- SUROVIM JAJCEM, ŠKOLJKAM, SIROM S PLESNIJO

ODSVETOVANA PREHRANA!!!

- IZOGIBA NAJ SE ŽIVIL, KI **NAPENJAJO**
- **OPUSTITEV RAZVAD**



PREHRANJEVANJE IN PITJE

- PORAST TELESNE TEŽE 8-12

KG(PLOD 3-4KG MATERNICA 1 KG, DOJKE 1 KG, POSTELJICA 0,5 KG, PLODOVNICA 0,5 KG,VOLUMEN KRVI 1 KG, PODKOŽNO MAŠČEVJE 0.5 DO 1 KG)



- SLABOST IN BRUHANJE... DEHIDRACIJA

IZLOČANJE IN ODVAJANJE SEČNI MEHUR

- JE UTESNjen MED MATERNICO IN SPREDNJO TREBŠNO STENO, KAR SILI K POGOSTEMU URINIRANJU
- PROTI KONCU NOSEČNOSTI LAHKO PRIDE DO UHAJANJA URINA

IZLOČANJE IN ODVAJANJE

- - POGOSTO URINIRANJE V 2. IN 3. MESECU NOSEČNOSTI TER NA KONCU NOSEČNOSTI NI NEVARNO
- POTREBNA JE STALNA KONTROLA URINA, DA SE IZKLJUČIJO OBOLENJA(CISTITIS, PIELITIS)

IZLOČANJE IN ODVAJANJE

- ◉ - V NOSEČNOSTI SE POGOSTO POJAVI **OBSTIPACIJA**, KI VODI DO NASTANKA **HEMEROIDOV** , ZATO SVETUJEMO **GIBANJE**, TER UŽIVANJE HRANE Z VELIKO **BALASTNIH SNOVI** IN **PITJE TEKOČINE**

IZOGIBANJE NEVARNOSTIM V OKOLJU

- UČINKI INFEKCIJ NA PLOD SO NAJHUJŠI V ZGODNJEM EMBRIONALNEM OBDOBJU-OBDOBJU **ORGANOGENEZE**, KO SE ZAČNEJO RAZVIJATI POSAMEZNI ORGANI

OBRAMBA PROTI BOLEZNIM

- ◎ - **PO 12 TEDNU** NOSEČNOSTI JE PRVI RAZVOJ PLODOVIH ORGANOV V GLAVNEM ZAKLJUČEN, ZATO SO INFEKCIJE V STAREJŠI NOSEČNOSTI MANJ NEVARNE

OBRAMBA PROTI BOLEZNIM

- ZELO NEVARNA OBOLENJA SO:
- LUES- SPOLNO PRENESLJIVA BOLEZEN
- TOKSOPLAZMOZA- POVZROČITELJ JE TOXOPLASMA GONDII
- CITOMEGALOVIRUS
- HEPATITIS C IN B
- OŠPICE
- ZIKA
- RDEČKE

TOKSOPLAZMOZA

- TOKSOPLAZMOZA je pogosto obolenje.
Prebolimo jo brez večjih posledic.

Okužba v nosečnosti povzroči prirojeno obliko bolezni z težjimi okvarami ploda, če ni bila zdravljena pravočasno



TOKSOPLAZMOZA

- ⊙ PRENOS:
- ⊙ SUROVO, SLABO PREKUHANNO MESO
- ⊙ STIK Z OKUŽENO MAČKO OZ. IZTREBKI
- ⊙ NEUMITO SADJE IN ZELENJAVA
- ⊙ Z NOSEČNICE NA PLOD

TOKSOPLAZMOZA

- ◉ ZNAKI:
- ◉ NOSEČNICA: GLAVOBOL, VNETO GRLO, RDEČ IZPUŠČAJ NA KOŽI, UTUJENOST, POV, TT ALI ASIMPOTMATSKO
- ◉ PLOD: ZAOSTALOST V INTELEKTUALNEM IN ČUSTVEM RAZVOJU, KRČI, CEREBRALNA PARALIZA, OKVARE SLUHA, VIDA, MIKROCEFALUS, HIDROCEFALUS

TOKSOPLAZMOZA

- ◉ DG: SEROLOŠKI TESTI V NOSEČNOSTI, IŠČEJO SPECIFIČNE IG, ČE JE NOSEČNICA TO PREBOLELA ŽE PREJ JO ZA IG VARUJEJO
- ◉ ZDRAVJENJE PRI PRVI OKUŽBI V NOSEČNOSTI: ANTIBIOTIČNO, VEDNO NE ZAŠČITI PLODA
- ◉ ZATO PREVENTIVA OKUŽBE!!!

ZIKA

- ◉ PIK KOMARJA AEDES..AFRIKA, AZIJA, SREDNJA IN J AMERIKA
- ◉ LAHKO TUDI OKUŽBA MATERE IN PLODA S SPERMO
- ◉ ZNAKI: SPLOŠNI ZNAKI OKUŽB ALI ASIMPTOMASTSKO,
- ◉ PRI PLODU MIKROCEFALIJA

DUŠEVNA OBČUTLJIVOST

- V ZAČETKU NOSEČNOSTI SE POVEČA **DUŠEVNA OBČUTLJIVOST** (nerazpoloženje, depresija)
- V DRUGI POLOVICI NOSEČNOSTI SE STANJE IZBOLJŠA

DELO IN ZAPOSLOITEV

- DELOVNI POGOJI

- *VARSTVO NOSEČNIC PRED **TEŽKIM DELOM**
- *VARSTVO NOSEČNIC PRED **ŠKODLJIVIMI**
VPLIVI PRI DELU
- *NE SMEJO OPRAVLJATI **NADURNEGA DELA**
- ***NE NOČNEGA DELA**

UČENJE IN SKRB ZA LASTNO ZDRAVJE

MATERINSKA ŠOLA- ŠOLA ZA STARŠE

- ◉ -CILJ: pripraviti bodoče starše na zdrav potek nosečnosti, normalen porod, zdravo poporodno obdobje in pravilno nego otroka, ter na srečno starševstvo



TEČAJ ZA ZGODNJO NOSEČNOST

- ◉ - NAMEN TEGA TEČAJA JE SEZNANITI NOSEČNICO **ŽE NA ZAČETKU S POTEKOM** NOSEČNOSTI, ZDRAVIM NAČINOM ŽIVLJENJA, PRAVILNO PREHRANO, HIGIENO IN REKREACIJO V ČASU NOSEČNOSTI IN S TEM PRISPEVATI K ČIM BOLJ NORMALNMU POTEK NOSEČNOSTI

TEČAJ PREDPORODNE PRIPRAVE

- PO 7. MESECU NOSEČNOSTI SEZNANITI NOSEČNICE IN NJIHOVE PARTNERJE S POTEKOM NOSEČNOSTI, **S PRIPRAVO NA SAM POROD**, S POPORODNIM OBDOBJEM IN PREHRANO DOJENČKA(9 PREDAVANJ PO 2 ŠOLSKI URI)

TEČAJ ZA BODOČE OČETE

- NAMENJEN JE TISTIM BODOČIM OČETOM, KI NISO USPELI SODELOVATI PRI PREJŠNEM TEČAJU.
- SEZNANIJO SE O PORODU, O POPORODNEM OBDOBJU IN NEGI DOJENČKA



TELOVADBA ZA NOSEČNICE

- OD TRETJEGA MESECA NOSEČNOSTI DALJE



PREGLED NOSEČNICE

NALOGE POSVETOVALNICE ZA NOSEČNICE

- * REDNI PREGLEDI
 - Naj bi bili **vsaj dvanaajstkrat** v nosečnosti(10x pregled 2x UZ)
 - Do osmega meseca enkrat mesečno
 - V osmem mesecu dvakrat mesečno
 - V devetem mesecu štirikrat
 - Po potrebi večkrat

ANAMNEZA

OSEBNA ANAMNEZA: IME, PRIIMEK, STAROST, POKLIC, PODATKI O OTROŠKIH IN KASNEJŠIH OBOLENJIH, ALERGIJE...

DRUŽINSKA ANAMNEZA

GINEKOLOŠKA ANAMNEZA: PODATKI O MESEČNEM PERILU, PODATKI O PREJŠNIH NOSEČNOSTIH IN PORODIH, PODATKI O SEDANJI NOSEČNOSTI

SPLOŠNI PREGLED NOSEČNICE

- KONTROLA **TELESNE TEŽE**
 - Ob vsakem pregledu.
 - Idealen porast tel. teže je od osem do 12 kilogramov

KONTROLA **KRVNEGA PRITISKA IN PULZA**

- Je potrebna ob vsakem pregledu

KONSTITUCIJA (HRBTENICA, MEDENICA, KOŽA, SLUZNICA, OBLIKA TREBUHA)

GINEKOLOŠKI PREGLED NOSEČNICE

- ◉ INSPEKCIJA
- ◉ **PALPACIJA** MATERNICE IN NJENE VSEBINE
 - Zunanja
 - Notranja
 - PELVEMETRIJA

MATERNICA

- RAST MATERNICE V NOSEČNOSTI
 - 1. MESEC SE MATERNICA BISTVENO NE POVEČA
 - 2. MESEC JE V VELIKOSTI **KURJEGA JAJCA**
 - 3. MESEC JE VELIKA KOT **MOŠKA PEST IN SEGA TIK NAD SIMFIZO**

MATERNICA

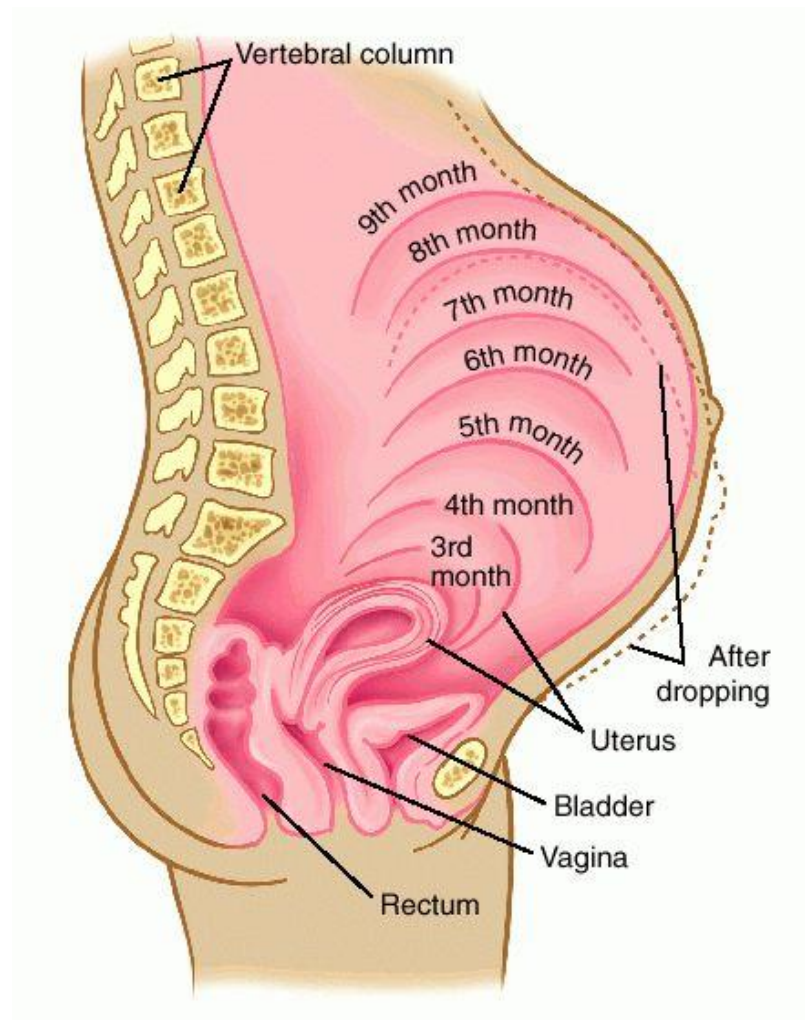
- 4. MESEC SEGA VRH MATERNICE 1/3 MED SIMFIZO IN POPKOM
- 5. MESEC SEGA VRH MATERNICE 2/3 MED SIMFIZO IN POPKOM
- 6. MESEC SEGA VRH MATERNICE DO POPKA

MATERNICA

- 7. MESEC SEGA VRH MATERNICE **1/3 MED POPKOM IN ŽLIČKO**
- 8. MESEC SEGA VRH MATERNICE **2/3 MED POPKOM IN ŽLIČKO**
- 9. MESEC SEGA VRH MATERNICE **SKORAJ DO ŽLIČKE**

MATERNICA

- ⦿ * 10. MESEC SEGA VRH MATERNICE DO 2/3 MED POPKOM IN ŽLIČKO



KONTROLA PLODOVIH SRČNIH UTRIPOV

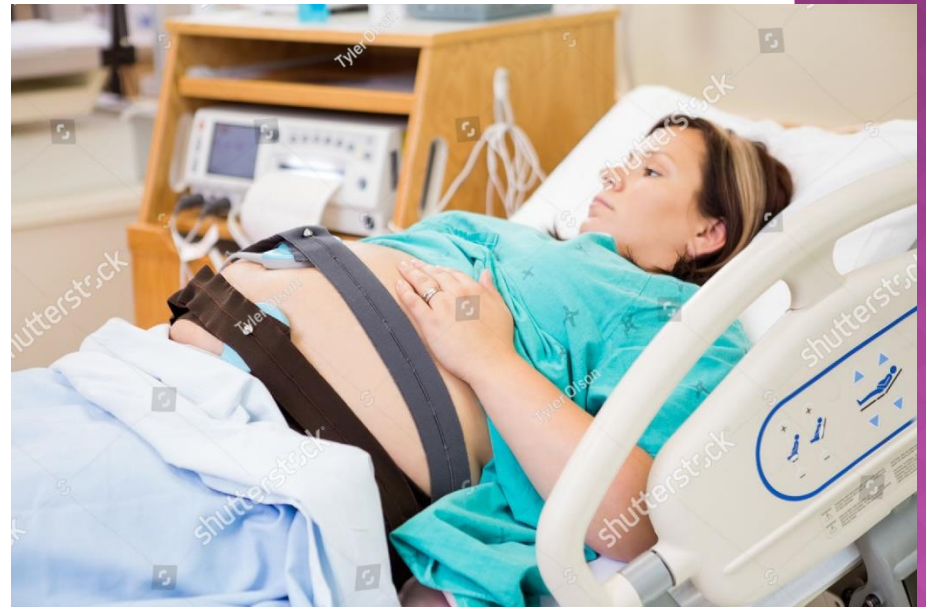
- V prvi polovici nosečnosti spremljamo plodove srčne utripe z ultrazvokom.
- **drugi polovici nosečnosti** začnemo kontrolirati plodove srčne utripe (120-160/ min)
 - Z pinardovo slušalko
 - Z minifetonom
 - Z kardiotokogramom





Download from
Dreamstime.com
This watermarked comp image is for previewing purposes only.

44221421
Tetyana Sokolova | Dreamstime.com



shutterstock

IMAGE ID: 164535368
www.shutterstock.com

MATERINSKA KNJIŽICA

- - Vsaka nosečnica dobi tudi materinsko knjižico, v katero se zapisujejo vsi pregledi in preiskave narejene v nosečnosti
- NAGELJEVA FORMULA:



LABORATORIJSKE PREISAVE

- ◉ - HEMOGRAM(Eritrociti, Levkociti, Hemoglobin, Hematokrit) nam pokaže pomanjkanje železa, morebitna vnetja in mnoge druge redkejša bolezni.
- ◉ Spodnja meja Hemoglobina v nosečnosti 110g/l



Jožica Jelen Jurič

LABORATORIJSKE PREISKAVE

- **KRVNA SKUPINA IN RH FAKTOR**
- **INDIREKTNI COOMBSOV TEST (ICT)**, ki nam pokaže prisotnost protiteles proti rdečim krvničkam. Nekatera teh protiteles lahko napadejo rdeče krvničke ploda, povzročijo lahko hude okvare ali celo smrt ploda

LABORATORIJSKE PREISKAVE

- ◉ -WAR-WASSERMANOVA REAKCIJA je krvna preiskava s katero ugotavljamo sifilis, ki lahko močno poškoduje plod.
- ◉ Kri za to preiskavo moramo obvezno vzeti v začetku nosečnosti

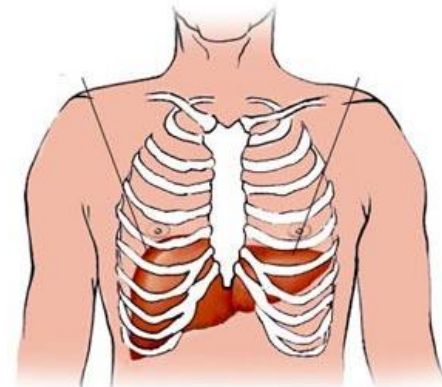
LABORATORISKE PREISKVE

- TOKSOPLAZMOZA ugotaljamo IgM, ki kaže svežo okužbo.
- Če so prisotne IgG je nosečnica zaščitena.



LABORATORIJSKE PREISKAVE

- **HEPATITIS B** je pomembna preiskava ker so okuženi ljudje kužni celo življenje. če je mamica nosilka antigena HB je potrebno otroka takoj po rojstvu cepiti in dati protitelesa.
- **HIV** je potrebno kontrolirati, če obstaja možnost, da je nosečnica okužena z virusom aidsa



LABORATORIJSKE PREISKAVE

- **URINSKE PREISKAVE**(glukoza, beljakovine, sediment)

Z njimi nadzorujemo sečila nosečnice, pri katerih zaradi slabšega praznjenja mehurja in pritiska maternice na sečevode, pogosto pride do bakterijskih okužb. Z ugotavljanjem prisotnosti beljakovin v urinu in merjenje RR aktivno iščemo zaplete nosečnosti- **gestoze**



UZ PREISKAVE

- ◉ UZ v prvi tretjini nosečnosti (8-12 t):
ugotovitev in potrditev nosečnosti
- ◉ Uz v drugi tretjini nosečnosti (18-23 t):
morfologija
- ◉ UZ v tretji tretjini nosečnosti (32 t), pri
nosečnicah s tveganji

SPECIALNE PREISKAVE PLODA

Za ugotavljanje različnih prirojenih anomalij ploda

merjenje nuhalne svetline, (10-14 t)

amniocenteza,

kordocenteza, po 19 t (odvzem krvi(ze hemogram-,anemija, infekcije) ali tkiva intaruterino)

biopsija horionskih resic,

preiskava krvi za hormonski test(biokemični označevalci za kromosomske anomalije ploda

TEŽAVE V NOSEČNOSTI

- JUTRANJA SLABOST
- BLUVANJE
- POGOSTO URINIRANJE
- ZAPRTJE
- NESPEČNOST
- OTEKANJE NOG
- VAGINALNI IZCEDEK
- SPREMENJEN OKUS
- UTRUJENOST



NEVARNA ZNAMENJA PRI KATERIH MORA NOSEČNICA TAKOJ K ZDRAVNIKU SO:

- KRVAVITVE IZ NOŽNICE
- NENADNO ODTEKANJE PLODOVNICE
- MOTNJE VIDA
- MOČAN ALI TRAJEN GLAVOBOL



NEVARNA ZNAMENJA PRI KATERIH MORA NOSEČNICA TAKOJ K ZDRAVNIKU SO:

- HITRO NARAŠČANJE TELESNE TEŽE
- KRČI IN POPADKI
- MOČNE BOLEČINE V KRIŽU IN TREBUHU
- OTEKLE NOGE, LICA, VEKE, ROKE

NEVARNA ZNAMENJA PRI KATERIH MORA NOSEČNICA TAKOJ K ZDRAVNIKU SO:

- ČE DALJ ČASA NE ČUTI **PLODOVEGA GIBANJA**
- MRZLICA IN POVIŠANA TELESNA **TEMPERATURA**

BOLEZNI V NOSEČNOSTI

- ◉ GESTACIJSKI DIABETES
- ◉ PREKLAMPSIJA
- ◉ HEMOLITIČNA BOLEZEN NOVOROJENCA
- ◉ OKUŽBE
- ◉ GROZEČI PREZGODNJI POROD
- ◉ SPONTANI SPLAV
- ◉ IZVENMATERNIČNA NOSEČNOST
- ◉ ZAPLETI S DELOVANJEM POSTELJICE

GESTACIJSKI DIABETES

- ◉ DG- OGTT
- ◉ ZAPLETI HIPERGLIKEMIJE V NOSEČNOSTI:
- ◉ SPONTANI SPLAV ALI SMRT V ZADNJEM MESECU NOSEČNOSTI
- ◉ PREZGODNJI POROD
- ◉ VELIK PLOD
- ◉ RAZVOJ PREKLAMPSIJE, GLOBOKE VENSKE TROMBOZE, UROINFJEKTOV PRI NOSEČNICI
- ◉ ANOMALIJE PLODA, HIPOGLIKEMIJA PRI NOVOROJENCU

ZDRAVLJENJE GESTACIJSKEGA DIABETESA

- ◉ HRANA Z NIZKIM GI
- ◉ TELESNA AKTIVNOST
- ◉ MERJENJE KS
- ◉ ZDRAVLJENJE Z INSULINOM

- ◉ PO PORODU OBIČANO DIABETES IZGINE

PREKLAMPSIJA

- **BOLEZENSKO STANJE**
- **POJAVIJO SE PO 20. TEDNU** NOSEČNOSTI,
MED PORODOM IN DO 6 TEDNOV PO PORoDU
, ZARADI MOTENJ V DELOVANJU POSTELJICE
- **ZNAKI**
 - proteinnurija
 - hipertenzija

DEJAVNIKI TVEGANJA ZA PREKLAMPSIJO

- ◉ STAROST POD 18 ALI NAD 35 LET
- ◉ PRVA NOSEČNOST
- ◉ VEČPLODNA NOSEČNOST
- ◉ PREKLAMSIJA V PREJŠNJI NOSEČNOSTI
- ◉ SLADKORNA BOLEZEN
- ◉ HIPERTENZIJA
- ◉ LEDVIČNA OBOLENJA
- ◉ AVTOIMUNE BOLEZNI
- ◉ PREKOMERNA TT

ZNAKI

- ◉ HIPERTENZIJA
- ◉ PROTEINURIJA
- ◉ EDEMI
- ◉ GLAVOBOL
- ◉ SLABOST BRUHANJE
- ◉ BOLEČINE V TREBUHU ALI SP. DELU HRBTA
- ◉ HITER PORAST TT
- ◉ MOTNJE VIDA
- ◉ DISPNEA
- ◉ TESNOBA

ZDRAVLJENJE

- ◉ ZGODNJE PREPOZNAVANJE PREKLAMSIJE
- ◉ MERJENJE VF
- ◉ LABORATORJSKE PREISKAVE URINA IN KRV
- ◉ SPREMLJANJE PLODOVE RASTI
- ◉ ZDRAVILA PO ZD. NAROČILU (MAGNEZIJ, ANTHIPERTENZIVI)
- ◉ PP. PREDČASNA SPROŽITEV PORODA
- ◉ ZAPLETI: ZASTOJ PLODOVE RASTI, PREZGODAJ LOČENA POSTELJICA, PREZGODNJI POROD, SMRT MATERE IN PLODA

EKLAMPSIJA

- ◎ -...TO JE ZELO NEVARNO OBOLENJE, KI LAHKO NASTOPI V NOSEČNOSTI, MED PORODOM, LAHKO PA TUDI PO PORODU
- ZA TO OBOLENJE SO ZNAČILNI NAPADI KRČEV CELEGA TELESA, BOLEČINE V MIŠIČAH IN NEZAVEST

HEMOLITIČNA BOLEZEN NOVOROJENCA

- ◉ RhD- MATI , IMA Ig proti RhD + PLODU
- ◉ RhD + OČE
- ◉ KAR BI PRI DRUGEM PLODU POVZROČILO HEMOLIZI HUDE OKVARE ALI SMRT
- ◉ PREPREČEVANJE: Ig aniti D, s tem preprečimo da bi mamino telo tvorilo protitelesa proti RhD +.
- ◉ Prej Coompsov test
- ◉ Injekcija v 28 tednu
- ◉ Po porodu
- ◉ Po splavu, po zunajmaternični nosečnosti

GROZEČI PREZGODNJI POROD

- ◉ Ko se znaki poroda pojavijo med 22 in 37 tednom
- ◉ DEJAVNIKI TVEGANJA:
 - ◉ Hipertenzija
 - ◉ Diabetes
 - ◉ predhodnji prezgodnji porod
 - ◉ Prva nosečnost nad 33 let
 - ◉ Ginekološka obolenja
 - ◉ neznano

ZNAKI

- ◉ Popadki
- ◉ Krvavitev
- ◉ Razpok jajčnih ovojev
- ◉ Povečan in spremenjen vaginalni izloček
- ◉ Stalna ledvena bolečina
- ◉ Stalen pritisk v mali medenici
- ◉ Pogostejše uriniranje

ZDRAVLJENJE

- ◉ Hospitalizacija
- ◉ Strogo mirovanje
- ◉ Zadostna hidracija
- ◉ Tokoitiki
- ◉ Zdravljenje kronične bolezni
- ◉ Če ni mogoče drugače...porod

IZVENMATRNIČNA NOSEČNOST- GRAVIDAS EXTRAUTERINA

- ◉ Oplojeno jajčece se vgnezi **zunaj maternične votline v**
- ◉ Jajčevodu
- ◉ Na jajčniku
- ◉ Na trebušni mreni
- ◉ V materničnem vratu
- ◉ **Znaki:**
- ◉ simptomi nosečnosti
- ◉ Krvavitev
- ◉ Bolečine v spodnjem delu trebuha
- ◉ Tipanje zatrdline v predelu jajčnika,

ZDRAVLJENJE IN ZAPLETI

- ◉ Zdravljenje: potrdilo z UZ, KRG odstanitev
- ◉ ZAPLETI: ruptura jajcevoda
- ◉ Zarastline
- ◉ Odstanitev jajcevoda
- ◉ Zmanjšanja plodnost

KAJ JE SPLAV?

- ◉ Je prekinitev nosečnosti, ki se konča s smrtjo zarodka,
- ◉ Poznamo spontani ali umetni splav



SPONTANI SPLAV- NENAMERNA PREKINITEV NOSEČNOSTI

- ◉ Pred 22 tednom
- ◉ Teža ploda je pod 500g

SPONTANI SPLAV- NENAMERNA PREKINITEV NOSEČNOSTI

VZROKI

- ◉ Manjvrednosti jajčeca ali semenčece v njunih dednih zasnovah iz katerih nastane zarodek
- ◉ Nerazvitost maternice, anatomske napravnosti
- ◉ Nepravilnost v razvoju ploda
- ◉ Insuficientno rumeno telo na jajčniku
- ◉ Ohlapen maternični vrat
- ◉ Okužbe z virusi v nosečnosti
- ◉ Izredni napor nosečnice
- ◉ Kronične zastrupitve-alkohol, nikotin, droge

ZNAKI

- ◉ Bolečina
- ◉ Krvavitev

LOČIMO:

- ⊙ grozeči, popolni in nepopolni splav
- ⊙ zgodnji spontani splav do 12. tedna (1. tromesečje)
- ⊙ pozni spontani splav do 22. tedna (2. tromesečje)



STOPNJE SPONTANEGA SPLAVA

- ◉ Grozeči: pojavi se krvavitev
- ◉ Začetni: močnejša krvavitev, odpiranje materničnega vratu
- ◉ Potekajoči: krvavitev, boleči krči maternice
- ◉ Popolni: iztisne se celotna vsebina maternice
- ◉ Nepopolni splav: iztis ploda, jajčni ovoji ostanejo v maternici

ZADRŽANI SPLAV

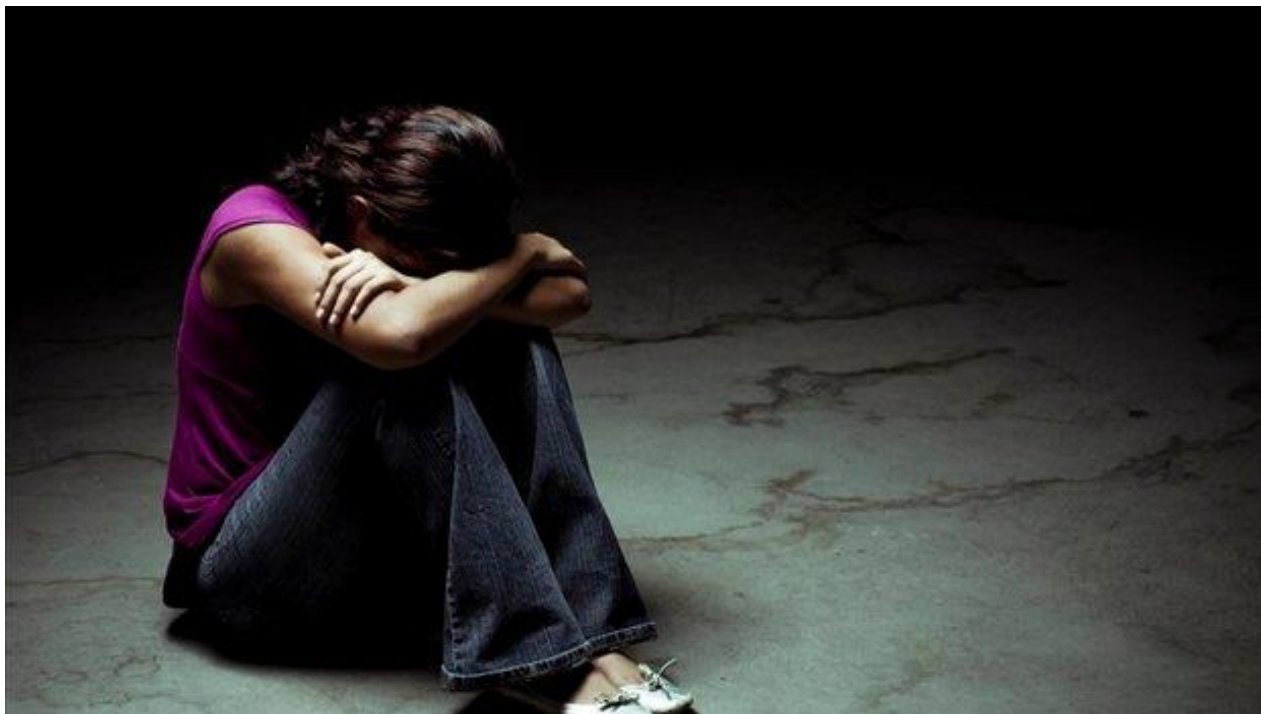
- ◉ 6-9 teden nosečnosti
- ◉ Na Uz se vidi odsotnost plodovih srčnih utripov

ZDRAVLJENJE IN ZN

- ◉ Počitek
- ◉ Hormonsko
- ◉ Pp. KRG

MOŽNE KOMPLIKACIJE

- Vnetja spolnih organov-možna neplodnost
- Poškodbe spolnih organov(maternice, nožnice)
- ◉ Anemija zaradi možnih krvavitev
- ◉ Psihične težave



Jožica Jelen Juric

SPREDAJ LEŽEČA POSTELJICA- PLACENTA PRAEVIA

- OPLOJENO JAJČECE SE UGNEZDI V
SPODNJEM DELU MATERNIČNE VOTLINE
- NA TEM MESTU SE RAZVIJE POSTELJICA, KI PA
LAHKO:
 - POVSEM PREKRIJE NOTRANJE USTJE KANALA
MATERIČNEGA VRATU(popolna)
 - DELNO PREKRIJE NOTRANJE USTJE KANALA
MATERIČNEGA VRATU(delna)

SPREDAJ LEZECA POSTELJICA- PLACENTA PRAEVIA

- ◉ -POJAVI SE **MOČNA KRVAVITEV**
- ◉ **DIAGNOSTIKA Z ULTRAZVOKOM**



SPREDAJ LEZECA POSTELJICA- PLACENTA PRAEVIA

ZDRAVLJENJE: MIROVANJE

- PORODI PO NARAVNI POTI SO RIZIČNI, ZATO
NAJPOGOSTEJE NAREDIJO **CARSKI REZ**

PREZGODNJA LOCITEV POSTELJICE-ABRUPTIO PLACENTAE

- NORMALNO SE POSTELJICA LOČI OD STENE MATERNICE V **TRETJI PORODNI DOBI**, KO JE PLOD ŽE POROJEN
- O PREZGODNJI LOČITVI GOVORIMO TAKRAT KO SE POSTELJICA LOČI:
 - ⊙ **ŽE V NOSEČNOSTI**
 - ⊙ ***V PRVI PORODNI DOBI**
 - ⊙ *** V DRUGI PORODNI DOBI**

ZNAKI POPOLNE LOČITVE PLACENTE

- **MOČNA KRVAVITEV**, KI JE LAHKO ZUNANJA ALI NOTRANJA
- NAPETA, POVEČANA ALI TRDA IN BOLEČA MATERNICA
- **PRENEHAJO PLODOVI SRČNI UTRIP**
- NE ČUTI VEČ **PLODOVIH GIBOV**

VZROKI ZA NASTANEK

- POVIŠAN KRVNI PRITISK
- POŠKODBE TREBUHA
- GROBO POTISKANJE NA MATERNICO MED PORODOM
- PO ROJSTVU PRVEGA DVOJČKA



PRI HUDIH OBLIKAH JE POTREBNO NOSEČNOST KONČATI

- S CARSKIM REZOM
- S POSPEŠITVIJO PORODA

POROD- PARTUS

KDAJ V PORODNIŠNICO

- ◉ - **PRVORODKE**: KO SO REDNI POPADKI NA **5 MINUT**, ČE ŽIVI BLIZU, ČE ŽIVI DALEČ, KO SO REDNI POPADKI NA **10 MINUT**



KDAJ V PORODNIŠNICO

- **MNOGORODKE:** KO SO REDNI POPADKI NA **10-15 MINUT**
- ČE JE POČIL JAJČNI MEHUR IN JE ODTEKLA **PLODOVNICA**
- ČE SE POJAVI **KRVAVA SLUZ**
- ČE SE POPADKI **NE POJAVIJO TEDEN PO ROKU PORODA**

POROD- PARTUS

- ◉ -GLEDE NA TRAJANJE NOSEČNOSTI PORODE DELIMO NA:
 - PRAVOČASEN POROD- PO 37 TEDNU DO 42 TEDNA
 - PREZGODNJI POROD-PRED 37.TEDNOM

POROD-PARTUS

- PREDČASEN POROD- **PRED 28 TEDNOM**
- ZAKASNEL POROD- **PO 42 TEDNU**



POROD-PARTUS

- PORODE DELIMO ŠE NA:
- **SPONTAN POROD:** POROD SE ZAČNE Z POPADKI NA 5 MINUT ALI SPONTAN RAZPOK JAJČNIH OVOJEV
- **IZZVAN ALI INDUCIRAN POROD:** POPADKE JE POTREBNO IZZVATI Z ZDRAVILI, PREDRETI JAJČNE OVOJE



POROD- PARTUS

- ◉ PRAVILEN ALI NORMALEN POROD
- ◉ NEPRAVILEN ALI NENORMALEN: ČE GRE ZA BOLEZENSKA ODSTOPANJA

PRVA PORODNA DOBA-DOBA ODPIRANJA

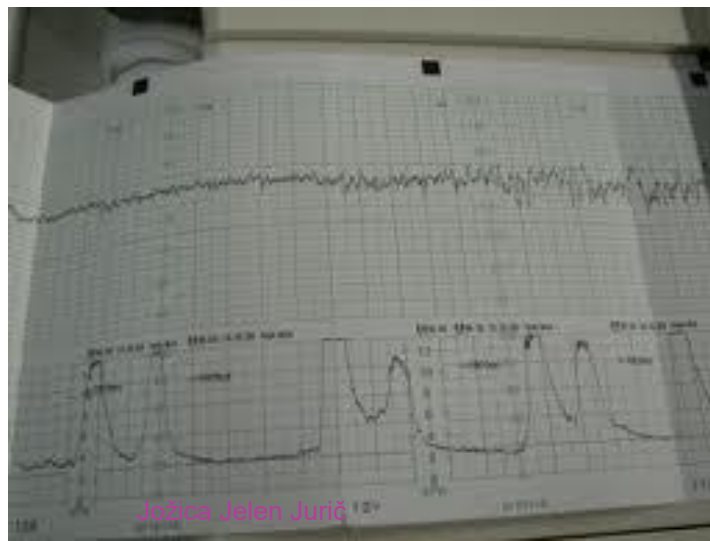
- TRAJA OD REDNIH POPADKOV NA 5 MINUT DO
POPOLNEGA ODPRTJA MATERIČNEGA VRATU



Jožica Jelen Jurič

NALOGE BABICE V TEJ POODNI DOBI

- MERJENJE VITALNIH FUNKCIJ
- KONTROLA ZAVESTI IN SPLOŠEN PREGLED PORODNICE
- KONTROLA PLODOVIH SRČNIH UTRIPOV
- KONTROLA POPADKOV



NALOGE BABICE V TEJ PORODNI DOBI

- KONTROLA JAJČNEGA MEHURJA IN PLODOVNICE
- KONTROLA MATERIČNEGA USTJA
- KONTROLA VODILNEGA PLODOVEGA DELA
- KONTROLA SEČNEGA MEHURJA IN DANKE

NALOGE BABICE V TEJ PORODNI DOBI

- PREHRANA
- IZVAJA **ANOGENITALNO NEGO**
- IZVAJA **USTNO NEGO**
- DAJE PREDPISANA ZDRAVILA

DRUGA PORODNA DOBA- DOBA IZTISA

- TRAJA OD POPOLNEGA **ODPRTJA**
MATERIČNEGA USTJA DO IZTISA PLODA
- V TEJ PORODNI DOBI SE POPADKOM PRIDRUŽI
ŠE **TREBUŠNI PRITISK**, KI POVEČA IZTISNO
SILO, KI JE POTREBNA ZA IZTIS PLODA



Jožica Jelen Jurič

DRUGA PORODNA DOBA- DOBA IZTISA

- V TEJ PORODNI DOBI JE POTREBNO VAROVATI **PRESREDEK**
- KO SE PORODI PLOD JE **NOVOROJENČKA** POTREBNO OSKRIBETI
- (verniX)



TRETJA PORODNA DOBA- PLACENTARNA DOBA

- TRAJA OD IZTISA PLODA DO IZTISA PLACENTE
- PLACENTO JE POTREBNO NATANČNO PREGLEDATI
- ČE SE PLACENTA NI IZLOČILA V CELOTI JE POTREBNO NAREEDITI IZTIPANJE IN LUŠČENJE



Jožica Jelen Jurič

ČETRТА PORODNA DOBA

- TRAJA OD IZTISA PLACENTE ŠE 3 URE
- PORODNICA JE POD STALNIM NADZOROM
- PREGLED MEHKE PORODNE POTI
- ANOGANITALNA NEGA

ČETRТА PORODNA DOBA

- LEŽI NA HRBTU Z PREKRIŽANIMI NOGAMI
- KONTROLA UTERUSA
- KONTROLA SEČNEGA MEHURJA
- KONTROLA SPLOŠNEGA STANJA
- MERJENJE VITALNIH FUNKCIJ

PONOVIMO

- ◉ Kako delimo porode glede na čas trajanja nosečnosti?
- ◉ Kako delimo porode glede na začetek poroda?
- ◉ Od kdaj do kdaj govorimo o prvi porodni dobi?
- ◉ Delo M.S. babice v prvi porodni dobi
- ◉ Druga porodna doba
- ◉ Delo M.S. babice v 2. porodni dobi
- ◉ Tretja porodna doba
- ◉ Četrta porodna doba

ZDRAVSTVENA NEGA ŽENE V POPORODNI DOBI



POPORODNA DOBA

- POPORODNA DOBA ALI **PUERPERIJ** JE OBDOBJE PO PORODU V KATEREM IZGINEJO SPREMEMBE, KI SO NASTALE V ČASU NOSEČNOSTI IN PORODA
- ZAČNE SE **3 URE PO IZLOČITVI PLACENTE**

POPORODNA DOBA

- DELIMO JO NA:
- OŽJE POPORODNO OBDOBJE, KI TRAJA 9 DNI
- ŠIRŠE POPORODNO OBDOBJE KI TRAJA 6- 8 TEDNOV
- ŽENA SE IMENJE OTROČNICA ALI **PUERPERA**

ROOMING- IN

- **ZGODNJI IN STALNI STIK** MED MATERJO IN NOVOROJENČKOM POZITIVNO VPLIVA NA OBA



ROOMING - IN

- PREDNOSTI SKUPNEGA BIVANJA SO:
- FIZIČNE PREDNOSTI:
- PSIHIČNE PREDNOSTI
- IZOBRAŽEVALNI POMEN



FIZIČNE PREDNOSTI ROOMING- INA

- **DOJENJE** JE USPEŠNEJE, KER GA MATI DOJI, KADAR OTROK ŽELI
- **NOVOROJENČEK** JE V STIKU TUDI Z OSTALIMI DRUŽINSKIMI ČLANI



PSIHIČNE PREDNOSTI

- NOVOROJENČEK SE POČUTI BOLJ **VARNEGA**, KAJTI S TELESNIM DOTIKOM MU MATI NUDI TOPLOTO, NEŽNOST, LJUBEZEN
- SKUPNO BIVANJE ZMANJŠUJE MATERINO **ZASKRBLJENOST**



IZOBRAŽEVALNI POMEN

- MATI SE ŽE V PORODNIŠNICI NAUČI **NEGOVATI** SVOJEGA OTROKA
- PRAV TAKO SE NAUČI **PRAVILNE TEHNIKE DOJENJA**

ROOMING- IN

- POPORODNO DOBO IMENUJEMO TUDI DOBO **PRILAGAJANJA**
- ROOMING IN JE **NAČIN UREDITVE** PRI KATEREM IMA MATI NOVOROJENČKA OB SVOJI POSTELJI PODNEVI IN PONOČI

ROOMING -IN

- **ZMANJŠA SE MOŽNOST INFEKCIJE**, KER JE NOVOROJENČEK INDIVIDUALNO OSKRBOVAN

ZA PUERPERIJ SO ZNAČILNI ŠTIRJE PROCESI

1. KRČENJE MATERNICE
2. **PROCESI CELJENJA**- ZNAK CELJENJA RANE
JE IZCEDEK IZ MATERNICE- **POPORODNA
ČIŠČA**
3. **NASTOP LAKTACIJE** IN NJENO VZDRŽEVANJE
4. **VZPOSTAVLJANJE OVARIJSKE AKTIVNOSTI**



Jožica Jelen Jurič

NADZOR MATERNICE

- TAKOJ PO PORODU SE PRIČNE MATERNICA KRČITI
- **LEGO IN STANJE MATERNICE** NADZIRAMO Z OTIPAVANJEM
- PRVI DAN PO PORODU SEGA VRH MATERNICE PRIBLIŽNO V VIŠINO **POPKA**, POTEM SE KRČI PRIBLIŽNO ZA **1 CM NA DAN**

NADZOR MATERNICE

- ZA SIMFIZO IZGINE 12. DAN PO PORODU
- POLNO ČREVO IN POLN SEČNI MEHUR OVIRA KRČENJE MATERNICE, DOJENJE(OKSITOCIN) PA KRČENJE MATERNICE POSPEŠUJE

IZLOČANJE ČIŠČE

- POPORODNA ČIŠČA ALI **LOHIJA** JE IZCEDEK IZ MATERičNEGA TELESA IN JE ZNAK ČIŠČENJA MATERičNE SLUZNICE
- ČIŠČA IZ MATERičNEGA TELESA **NIMA BAKTERIJ**

IZLOČANJE ČIŠČE

- ◉ - KONTAMINIRA SE V CERVIKSU IN NOŽNICI
KJER SO PRISOTNI STREPTOKOKI IN
STAFILOKOKI
- KVALITETA ČIŠČE SE V POPORODNEM
OBDOBJU SPREMINJA
- OPAZUJEMO BARVO, GOSTOTO, KOLIČINO IN
VONJ ČIŠČE

PREISKAVA ČIŠČE

- KOLIČINA ČIŠČE SE RAZLIKUJE OD DNEVA DO DNEVA PA TUDI INDIVIDUALNO OD ŽENE DO ŽENE
- VONJ PO TROHNOBI OPOZARJA NA INFEKCIJO

BARVA ČIŠČE

- PRVI IN DRUGI DAN JE ČIŠČA KRVAVA S KRVNIMI STRDKI
- TRETJI IN ČETRTEI DAN JE RDEČA
- PETI IN ŠESTI DAN JE RJAVA

BARVA ČIŠČE

- SEDMI IN OSMI DAN JE RUMENA
- PO DEVETEM DNEVU JE BELA
- IZCEDEK JE NORMALEN PO TREH DO ŠTIRIH TEDNIH PO PORODU

DELOVANJE JAJČNIKOV PO PORODU

- PRI OTOČNICI, KI NE DOJI SE POJAVI MENSTUALNI CILUS IN S TEM OVULACIJA ŽE **PO 6 TEDNIH PO PORODU**
- PRI DOJEČI MATERI PA VELIKO KASNEJE, ČE POLNO DOJI **TUDI 1 LETO-**

PONOVIMO

- ◉ Opište vse štiri porodne dobe
- ◉ Otročnica ali_____’
- ◉ Za purperji so značilni 4 procesi, kateri
- ◉ Kako delimo purperji
- ◉ Opiši osebno higieno purpere
- ◉ Kako spremljamo celjenje in čiščenje v maternici
- ◉ Opiši kaj opazujemo pri lohiji
- ◉ Kako se lohija spreminja
- ◉ Involucijski proces maternice
- ◉ Kaj vse vpliva na krčenje maternice

DOJENJE PONOVI ZNO



TEŽAVE PRI DOJENJU

- RAGADE NA BRADAVICAH SO NAJPOGOSTEJŠE IN SO POSLEDICA **NEPRAVILNEGA DOJENJA**
- NAŠA NALOGA JE:
- * OTROČNICO MORAMO NAUČITI PRAVILNE **TEHNIKE DOJENJA**

BOLEZNI DOJK

- *OPOZORITI NA HIGIENO DOJK IN ROK
- * RAGADE ZDRAVIMO Z MAZILI, KI LAJŠAJO BOLEČINO IN POSPEŠIJO CELJENJE
- Z DOJENJEM NE PRENEHAMO

MASTITIS

- DO INFEKCIJE PA LAHKO PRIDE V SAMEM ŽLEZNEM TKIVU ZARADI SLABEGA PRAZNENJA DOJKE
- NAŠA NALOGA JE:
- * OPAZOVANJE DOJK
- TAKOJŠNJE ZDRAVLJENJE

MASTITIS

- * OPOZORITI NA **HIGIENO ROK IN DOJK**



MASTITIS

- * OPOZARJATI NA PRAVILNO TEHNIKO DOJENJA
- REDNO DOBRO PRAZNJENJE DOJK



MASTITIS

- * **MASAŽA DOJK, DAJANJE TOPLIH OBKLADKOV**
- * **POSKRIBETI ZA DOBRO POČUTJE OTROČNICE**
- * **DAJATI PREDPISANA ZDRAVILA**



Jožica Jelen Jurič

MASTITIS

- S TEM PREPREČIMO, DA SE NE BI RAZVIL **ABSCES**
ALI OGNOJEK

ZN OTROČNICE MERJENJE VITALNIH ZNAKOV

- TEMPERATURO IN PULZ MERIMO DVAKRAT NA DAN
- TEMPERATURA ZDRAVE OTROČNICE SE DVIGNE NAJVEČ DO 37, 5 STOPINJ CELZIJA.
- VSAKA VIŠJA TEMPERATURA JE PATOLOŠKA

MERJENJE VITALNIH ZNAKOV

- PULZ MORA BITI **NORMALEN**
- KRVNI PRITISK JE LAHKO PO PORODU NEKOLIKO **POVEČAN**
- KASNEJE SE NORMALIZIRA



PREHRANA OTROČNICE

- Primerna prehrana je pomembna za hitrejše okrevanje mame ter za dojenje.
- KALORIČNA VREDNOST HRANE NAJ BO PRIBLIŽNO **3000 kcal** NA DAN

PREHRANA NOSEČNICE

- HRANA NAJ BO RAZNOVRSTNA IN KVALITETNA, BOGATA Z BELJAKOVINAMI, VITAMINI MINERALI
- UŽIVA NAJ SADJE IN ZELENJAVO, PRVE 2 DNI KUHAMO, KASNEJE SUROVO

PREHRANA OTROČNICE

- PRIPOROČAMO, DA PIJE **MLEKO**, KER VSEBUJE POLEG BELJAKOVIN TUDI MINERALE(**Ca, P**) IN **VITAMINE(A, B ,C,D E)**



PREHRANA OTROČNICE

- PIJE NAJ VELIKO, NAJMANJ **3 LITRE TEKOČINE** NA DAN(NARAVNI SOKOVI, KOMPOTI, ČAJ)



PREHRANA OTROČNICE

- IZOGIBA NAJ SE MASTNE, ZAČINJENE, KISLE, PRETIRANO SLANE HRANE, KONZERVIRANE HRANE TER ŽIVIL KI NAPENJAJO
- ODSVETUJE SE PITJE, PRAVE KAVE IN PRAVEGA ČAJA
- PREPOVEDANO JE PITJE ALKOHOLA, KAJENJE IN PSIHOAKTIVNE SNOVI

IZLOČANJE IN ODVAJANJE

- ⊙ - **PRVE DNI** PO PORODU SE TVORI VELIKO **URINA**, KER LEDVICE IZLOČAJO TUDI **VODO**, KI SE JE PRED NOSEČNOSTJO NABRALA **V TKIVIH**

URINIRANJE IN DEFEKACIJA

- ŽENA MORA URINIRATI ČIMPREJ PO PORODU V TREH URAH
- TER VSAJ 4 KRAT NA DAN, ČEPRAV NE ČUTI POTREBE(EDEM MEHURJA)
- ČE NE MORE URINIRATI SE POSVETUJMO Z ZDRAVNIKOM

URINIRANJE IN DEFEKACIJA

- TUDI **DEFEKACIJA** MORA BITI PO PORODU REDNA
- ČE OTROČNICA **DRUGI DAN PO PORODU** NE ODVAJA, JI ZDRAVNIK PREDPIŠE SVEČKO



GIBANJE IN USTREZNA LEGA



PRVO VSTAJANJE OTROČNICE

- OTROČNICA LAHKO ŽE **TRI URE PO PORODU** VSTANE, SEVEDA ČE SE DOBRO POČUTI
- DO STARNIŠČA- URINIRANJE



Jožica Jelen Jurič

PRVO VSTAJANJE OTROČNICE

- PREDNOSTI ZGODNJEGA VSTAJANJA SO:
- - PREPREČEVANJE NASTANKA **TROMBOZE IN EMBOLIJE**
- PREPREČEVANJE **VRTOGLAVICE**
- IZBOLJŠA SE **PERISTALTIKA ČREVESJA**

PRVO VSTAJANJE OTROČNICE

- ...- OLAJŠANO JE URINIRANJE
- - PREPREČEVANJE RETENCIJE ČIŠČE
- -UGODNO VPLIVA NA SPLOŠNO POČUTJE IN RAZPOLOŽENJE OTROČNICE

TELOVADBA

- VSAKI OTROČNICI SVETUJEMO, DA ZAČNE TELOVADITI ŽE V PORODNIŠNICI POD NADZOROM FIZIOTERAPEVTA.
- PO 6 TEDNIH LAHKO TELOVADI KOT PRED NOSEČNOSTJO.



TELOVADBA

- OTROČNICAM PRIPOROČAMO NASLEDNJE TELESNE VAJE:
- VAJE ZA **STIMULACIJO CIRKULACIJE V SPODNJIH OKONČINAH**
- **DIHALNE VAJE** - BOLJŠA OSKRBA S KISIKOM IN BOLJŠA PRESNOVA

TELOVADBA

- VAJE ZA KREPITEV TREBUŠNIH MIŠIC
- VAJE ZA KREPITEV HRBTNIH MIŠIC
- VAJE ZA KREPITEV MIŠIC MEDENIČNEGA DNA-KEGLOVE VAJE

SPANJE IN POČITEK

- NOSEČNOST IN POROD PREDSTAVLJATA ZA ŽENE VELIK **PSIHIČNI NAPOR**
- PO PORODU SO POGOSTO **UTRUJENE, NEPRESPANE, LAHKO PA TUDI PRETIRANO ZASKRBJENE ZARADI OTROKA**



Jožica Jelen Juric

SPANJE IN POČITEK

- ◎ - ŽENA SE MORA PO PORODU SPOČITI, KO SPI OTROK TUDI ČEZ DAN. OTROKA NAJ NAVAJA NA DNEVNO NOČNI RITEM.



OSEBNA HIGIENA OTROČNICE

- ◉ - ŽENE SE PO PORODU **ZNOJIJO**, ZATO JE DOBRA OSEBNA HIGIENA ZELO POMEMBNA, KER S TEM PREPREČUJEMO **PRENOS INFEKCIJ IZ GENITALIJ, S PREDMETOV IN OKOLICE NA DOJKE IN OTROKA**

OSEBNA HIGIENA OTROČNICE

- OTROČNICA SE PO PORODU LAHKO **TUŠIRA**
- KOPANJE V KADI ODSVETJEMO ŠE **6 TEDNOV PO PORODU**



OSEBNA HIGIENA OTROČNICE

- VELIK POUDAREK JE NA HIGIENI ROK, DOJK IN ANOGANITALNEGA PREDELA
- OSEBNO IN POSTELJNO PERILO NAJ BO VEDNO ČISTO.

OSEBNA HIGIENA OTROČNICE

- UMIVANJE IN RAZKUŽEVANJE ROK JE POTREBNO **PRED IN PO DOJENJU**, PO UPORABI STRANIŠČA, PO MENJAVI PREDLOG, PRED IN PO JEDI.



OSEBNA HIGIENA OTROČNICE

- TUŠIRANJE ANOGANITALNEG PREDELA, MENJAVA PREDLOG IN HLAČK SE PRIPOROČ **NAJMANJ DVAKRAT NA DAN, OZIROMA PO VSAKEM URINIRANJU IN DEFEKACIJI**
- DOJKE UMIVAMO Z **VODO**, P.P MAŽE Z **MAZILI**, **UPORABLJA BLAZINICE ZA DOJENJE**
- BITI MORAJO VEDNO ČISTE IN **SUHE**

NEGA EPIZIOTOMIJSKE RANE

- ⊙ - **EPIZIOTOMIJA JE PREREZ PRESREDKA**, KI GA JE POTREBNO PREREZATI, KADAR NI DOVOLJ ELASTIČEN IN JE NEVARNO, DA SE BO RAZTRGAL. ZACELI SE V DVEH TEDNIH.



NEGA EPIZIOTOMIJSKE RANE

- KADAR SE EPIZIOTOMIJSKA RANA **CELI PAR PRIMEM** NI POTREBNO NOBENEGA ZRAVLJENJA
- POTREBNA JE LE DOBRA HIGIENA **ANOGANITALNEGA** PREDELA.
- LEŽI NAJ NA LEVEM BOKU, P.P HLADNI OBKLADKI, PAZLJIVO VSTAJANJE IN POSEDANJE
- RANA MORA BITI VEDNO **ČISTA IN SUHA**

NEGA EPIZIOTOMIJSKE RANE

- ⊙ - V PRIMERU NEPRAVILNOSTI CELJENJA-RANA SE CELI **PER SECUNDAM(VNETJE, DEHISCENCA)** JE POLEG DOBRE HIGIENE POTREBNO RAVNATI PO **ZDRAVNIKOVEM** NAVODILU.
- ⊙ CELJENJE 6-8 TEDNOV.

- ◉ Opiši uriniranje in defekacijo po porodu
- ◉ VF po porodu
- ◉ Kdaj in zakaj se naredi epizotomija
- ◉ Opiši oskrbo epizotomijske rane

UČENJE IN PRIDOBIVANJE ZNANJA

- ◉ V PORODNIŠNICI IMAJO OTROČNICE NAJVEČ VPRAŠANJ O:
- ◉ **NEGI NOVOROJENCA** (UMIVANJE, OBLAČANJE, OSKRBA POPKA)
- ◉ **DOJENJU**
- ◉ **NEGI OTROČNICE** (KRČENJE MATERNICE, ČIŠČA, EPIZOTOMIJSKA RANA)

PRED ODPUSTOM MORA VSAKA OTROČNICA DOBITI NAVODILA GLEDE

- * NEGE OTROČNICE
- KOPANJE V KADI JE DOVOLJENO PO 6 TEDNIH PO PORODU
- ČE PA ŽENA DOJI, PA ŠE DLJE, DA NE PRIDE DO INFEKCIJE DOJK

PRED ODPUSTOM MORA VSAKA OTROČNICA DOBITI NAVODILA GLEDE

- * **NEGO NOVOROJENČKA**
- NAJ IZVAJA TAKO KOT SE JE NAUČILA V PORODNIŠNICI, DOKLER SE **POPEK** NE BO POPOLNOMA ZACELIL
- * **HRANJENJE NOVOROJENČKA**
- NAJ BO DOJENJE, RAZEN ČE NIMA MLEKA NAJ GA HRANI Z NADOMESTNIM MLEKOM

PRED ODPUSTOM MORA VSAKA OTROČNICA DOBITI NAVODILA GLEDE

- ***OBISK BABICE**
- **IN PATRONAŽNE SESTRE NA DOMU**
- ***SPREHODI V NARAVO-POZIMI PO 3 TEDNIH, POLETI PO 14 DNEH**



PRED ODPUSTOM MORA VSAKA OTROČNICA DOBITI NAVODILA GLEDE

- *PRVI OBISK OTROKA V POSVETOVALNICI **PO 4 TEDNIH**
- ***PO 6 TEDNIH PRVI OBISK PRI GINEKOLOGU**
- REDNO NAJ SI PREGLEDUJE **DOJKE**
- **KONTRACEPCIJA**

PRED ODPUSTOM MORA VSAKA OTROČNICA DOBITI NAVODILA GLEDE

- * ČE BI SE V TEM ŠIRŠEM PUERPIJU POJAVILA KRVAVA ČIŠČA, KI BI TRAJALA DALJ ČASA, MORA NA PREGLED, DA SE UGOTOVIJO VZROK
- SPOLNI ODNOSI SO DOVOLJENI PO 6 TEDNIH PO PORODU
- ČAS MED ENIM IN DRUGIM PORODOM NAJ BO VSAJ 2 LETI

OBLAČENJE IN SLAČENJE

- ◉ NARAVNI MATERJALI
- ◉ NEDERČEK ZA DOJENJE

KOMUNIKACIJA, ODNOSI Z LJUDMI IN IZRAŽANJE ČUSTEV

- ◉ - Z ŽENO JE POTREBNO ČIMPREJ VZPOSTAVITI KONTAKT, SE Z NJO POGOVARJATI IN JO HRABITI

KOMUNIKACIJA, ODNOSI Z LJUDMI IN IZRAŽANJE ČUSTEV

- POMEMBNO JE PRAVOČASNO OPAZITI **PRETIRANO VZNEMIRJENOST, NEOBIČAJNO OBNAŠANJE**
- POSVETOVATI SE JE POTREBNO Z ZDRAVNIKOM, KER SO TO LAHKO ZNAKI **POPORODNE OTOŽNOSTI.**
- **BOLEČINA : VAS**

ZAPLETI V POPORODNEM OBDOBJU

1.KRVAVITVE

- **NORMALNA IZGUBA KRVI PRI PORODU JE DO 300-500ML**

PRIMARNA KRVAVITEV

- KADAR NASTOPI KRVAVITEV V 24.URAH PO PORODU, IN PRESEŽE 500 ML GOVORIMO O PRIMARNIH KRVAVITVAH
- NAJPOGOSTEJŠI VZROKI SO: NAPRAVILNO KRČENJE MATERNICE,
- POŠKODBA MATERNICE IN PORODNEGA KANALA,
- NEPRAVILNOST PRI LUŠČENJU PLACENTE, MOTNJE V STRJEVANJU KRV

SEKUNDARNA POPORODNA KRVAVITEV

- KADAR NASTOPI KRVAVITEV PO 24.URAH PA VSE DO 12 TEDNA PO PORODU, GOVORIMO O SEKUNDARNIH KRVAVITVAH.
- NAJPOGOSTEJŠI VZROKI SO SO:ENDOMETRITIS, VNETJE LEŽIŠČA POSTELJICE, OSTANKI POSTELJICE
- ZELO REKDO PA PRIDE DO KRVAVITEV IZ RAZTRGANIN IZ EPIZOTOMIJE

ZNAKI:

- ◉ MOČNA NENADNA KRVAVITEV Z NOŽNICE
- ◉ BOLEČINE
- ◉ SMRDEČA ČIŠČA
- ◉ POVEČANA MATERNICA
- ◉ POVIŠANA TT
- ◉ SLABO POČUTJE

ZN PRI KRVAVITVAH

- NAŠA NALOGA JE, DA ČIMPREJ USTAVIMO KRVAVITEV IN S TEM PREPREČIMO NASTANEK ANEMIJE
- MERIMO VF, OCENJUJEMO KOLIČINO IZGUBLJENE KRVI,
- BOLNICO NAMESTIMO V USTREZEN POLOŽAJ, MASIRAMO MATRNICO ČEZ TREBUŠNO STENO
- *NA SPODNJI DEL TREBUHA NAMESTIMO HLADNE OBKLADKE,
- * DAMO PREDPISANA ZDRAVILA-UTEROTONIKE

2. POPORODNE OKUŽBE

- NAJPOGOSTEJŠE SO OKUŽBE GENITALNEGA in URINSKEGA TRAKTA
- NAŠA NALOGA JE:
- *MERIMO TELESNO TEMPERATURO, PULZ, KRVNI PRITISK, DIHANJE



Jožica Jelen Jurič



POPORODNE OKUŽBE

- * NATANČNO OPAZUJEMO ČIŠČO
- * SMO POZORNI NA BOLEČINE V PREDELU TREBUHA
- *KONTROLIRAMO MIKCIJO PRI OTROČNICI IN OPOZARJAMO NA REDNO URINIRANJE
- *O VSEH OPAŽANJIH TAKOJ OBVESTIMO ZDRAVNIKA

OKUŽBE DOJK

◉ GLEJ ZGORAJ

ZN PRI POPORODNIH OKUŽBAH

- * DAJEMO PREDPISANA ZDRAVILA
- MERIMO VF
- OCENJUJEMO PRISOTNOST BOLEČINE
- SPREMLJAMO DOJENJE IN NUDIMO POMOČ
- * POSKRIBIMO ZA USTREZNO HIGIENO IN POČITEK
- * V PREHRANI POSKRIBIMO, DA BO OTROČNICA POPILA DOVOLJ TEKOČINE(NAJMANJ 3 L)



3. VENSKA TROMOZA

- * SE NAJPOGOSTEJE POJAVLJA V STENI MATERNICE, V VENAH MALE MEDENICE IN V VENAH SPODNJIH OKONČIN
- ZNAKI: PONOVI VENSKA TROMBOZA

VENSKA TROMBOZA- INTERVECIJE ZN

- * POSKRIBIMO ZA STROGO LEŽANJE OTROČNICE
- OBOLELA NOGA MORA BITI V DVIGNJENEM POLOŽAJU, PODLOŽENA
- MERJENJE OBSEGA PRIZADETE OKONČINE NA TOČNO DOLOČENEM MESTU
- KOMPRESIJSKO POVIJANJE NOG

VENSKA TROMBOZA- INTERVENCIJE ZN

- *DAJANJE PREDPISANE **ANTIKOAGULANTNE TERAPIJE**
- **OTROČNICI POMAGAMO PRI NEGI NOVOROJENČKA IN DOJENJU**

4. HEMEROIDI

- SE POJAVIJO POGOSTO ŽE PROTI KONCU NOSEČNOSTI IN V POPORODNEM OBDOBJU

HEMEROIDI- INTERVENCIJE ZN

- POSKRBIMO ZA PRAVILNO PREHRANO(VLAKNINE+ TEKOČINA)
- REDNO ODVAJANJE BLATA
- DOBRO HIGIENO ANOGENITALNEGA PREDELA
- VAJE ZA KREPITEV MEDENIČNEGA DNA
- HLADNE OBKLADKE NA ZUNANJE HEMEROIDE
- DAJEMO PREDPISANA ZDRAVILA (ANTIHEMEROIDNE SVEČKE IN MAZILA)

POPORODNA DEPRESIJA

- ◉ **Poporodna otožnost** ...3-5 dan po porodu, zaradi hormonskih sprememb (spremembe razpoloženja, jok tesnoba)
- ◉ V 10 dneh mine.
- ◉ **Poporodna depresija** ...3-6 tednov po porodu, lahko tudi prej ali kasneje, zaradi hormonskih sprememb in kemijskega neravnovesja v telesu, nepravilnega dojemanja materinstva, socialnih razmer...

POPORODNA DEPRESIJA- ZNAKI

- ◉ Huda utrujenost
- ◉ Nihanje razpoloženja
- ◉ Razdražljivost, otopelost
- ◉ Nepojasnjen jok
- ◉ Občutki tesnobe, krivda
- ◉ Napadi panike
- ◉ Občutek osamljenosti
- ◉ Pozabljivost, neorientiranost
- ◉ Pretirana skrb za novorojenčka, ki preide v popolno nezanimanje
- ◉ Glavoboli, nespečnost, telesna zanemarjenost

PONOVIMO

- ◉ Zn otročnice s krvavitvijo
- ◉ Kako odkrivamo okužbe v poporodnem obdobju?
- ◉ ZN bolnice po porodu z okužbami
- ◉ Zn purpere s vensko trombozo?
- ◉ Opiši ZN bolnice s hemeroidi
- ◉ Opiši katera zdravstveno vzgojna navodila mora dobiti otročnica pred odpustom?

CARSKI REZ-SECTIO CAESAREA

- JE OPERATIVEN POSEG, KJER SE PLOD PORODI SKOZI REZ NAREJEN **NA TREBUŠNI STENI IN STENI MATERNICE**
- **LAPAROTOMIJA**
- OBIČAJNO :PREČNI REZ JE NAREJEN TIK NAD SIMFIZO
- *VZDOLŽNI REZ OD POPKA DO SIMFIZE
- INDIKACIJE: ZDRAVSTVENE
- ABSOLUTNE
- RELATIVNE



1.ELEKTIVNE-VNAPREJ DOGOVORJENE INDIKACIJE

- * KPD-KEFALOPELVINA DISPROPORCIA
- TO JE NESORAZMERJE MED VODILNIM PLODOVIM DELOM IN MEDENIČNIM VHODOM
- PREČNA LEGA PLODA- ABSOLUTNA



1.ELEKTIVNE-VNAPREJ DOGOVORJENE INDIKACIJE

- *SPREDAJ LEŽEČA PLACENTA- ABSOLUTNA
- *MIOPIA ALTA-MOČNA KRATKOVIDNOST(nevarnost odstopa mrežnice med porajanjem vaginalno zaradi povečanega pritiska v glavo)- RELATIVNA
- *MNOGOPLODNOST- RELATIVNA
- *MIOMI MATERNICE- RELATIVNA

1.ELEKTIVNE-VNAPREJ DOGOVORJENE INDIKACIJE

- *INVALIDNOST NOSEČNICE(distrofik, paraplegik)
- *PREDHODNE POŠKODBE **MEDENICE** - RELATIVNA
- NAPREDUJOČE EPH GESTOZE- RELATIVNA
- * AKTIVNI **GENITALNI HERPES- ABSOLUTNA**



2. AKUTNE INDIKACIJE

- INTRAUTERINO POMANJKANJE KISIKA PRI PLODU
- ODPSTOP PRAVILNO LEŽEČE PLACENTE
- IZPAD POPKOVNICE
- PODALJŠANA PRVA PORODNA DOBA

AKUTNE INDIKACIJE

- GROZEČE RAZTRGANJE MATERNICE
- FETALNI DISTRES- DELOVANJE POSTELJICE POPUŠČA



PRIPRAVA PORODNICE NA CARSKI REZ

- ◉ ODVISNO OD INDIKACIJ
- ◉ SPLOŠNA ALI PODROČNA ANESTEZIJA
- ◉ PO POSEGU NA ODD. ZA INTENZIVNO NEGO

ZDRAVSTVENA NEGA PORODNICE PO CARSKEM REZU(ZN KRG BOLNIKA, ZN OTROČNICE ZN NOVOROJEČKA)



PRVIH 24 UR NADZORUJEMO

- ◉ Zavest in budnost
- ◉ VF
- ◉ Krvavitev
- ◉ operativno rano
- ◉ Diurezo
- ◉ Bilanco tekočin
- ◉ Krčenje maternice in čiščo
- ◉ Terapijo
- ◉ Naročene preiskave

1. MERJENJE VITALNIH ZNAKOV

- SPREMLJANJE VITALNIH ZNAKOV JE ŠE POSEBEJ POMEMBNO ZARADI MOREBITNEGA ŠOKA ALI INFEKCIJE
- VITALNE ZNAKE KONTROLIRAMO VES ČAS HOSPITALIZACIJE, ZELO POMEMBNA PA JE KONTROLA PRVIH 48 UR

1. MERJENJE VITALNIH ZNAKOV

- MERIMO PULZ, DIHANJE, KRVNI PRITISK IN TEMPERATURO IN SICER **TAKOJ** OB PRIHODU OPERIRANKE NA ODDELEK- MONITOR



Jožica Jelen Jurič



1.MERJENJE VITALNIH ZNAKOV

- NAJPREJ JE POTREBNO KONTROLIRATI **KRVNI PRITISK, PULZ IN DIHANJE** VSAKIH 15 MINUT, NATO NA 30 MIN NATO NA 2 URI IN DRUGI DAN PO PORODU 2X/ DAN OZ. ČE JE POTREBNO TUDI POGOSTEJE.
- REZULTATE MERITEV IN OPAZOVANJA SPROTI BELEŽIMO NA **LIST INTENZIVNE NEGE**

TELESNA TEMPERATURA

- IZMERIMO TAKOJ OB SPREJEMU V SOBO, NATO VSAJ 2X / DAN
- TEMPERATURA OKOLJA NAJ BO 22 C, BREZ PREPIHA
- NAD 37.5 OBVESTIMO ZDRAVNIKA

KOMUNIKACIJA, ODNOSI Z LJUDMI, IZRAŽANJE ČUSTEV

- MEDICINSKA SESTRA NE SME ZAPUSTITI OPERIRANKE DOKLER JE TA V ANASTEZIJI, OZ NE **MORE VZPOSTAVITI STIKA Z NJO**
- OPERIRANKA JE BUDNA ŠELE TAKRAT, KO JE **PROSTORSKO, ČASOVNO IN OSEBNO POPOLNOMA ORIENTIRANA**
- **PRVE URE- SOMNOLENCA**
- **OCENA BOLEČINE: VAS**

IZLOČANJE IN ODVAJANJE

- NORMALNO SE KOLIČINA ZAUŽITE IN IZLOČENE TEKOČINE **STABILIZIRA PRVIH 48 UR** PO OPERACIJI
- ZATO SE VODI **LIST BILANCE TEKOČIN DO DRUGEGA DNEVA PO OPERACIJI** OZ. PO NAROČILU ZDRAVNIKA

IZLOČANJE IN ODVAJANJE

- POOPERATIVNO INFEKCIJO UROPOETSKEGA TRAKTA PREPREČIMO S TEM DA SKRBIMO ZA REDNO URINIRANJE PORODNICE
- OPERIRANKA MORA SPONTANO URINIRATI NAJKASNEJE 5 UR PO OPERATIVNEM POSEGU

NADZOR DIUREZE

- V SKRAJNEM PRIMERU JO KATETERIZIRAMO



IZLOČANJE BLATA

- ◉ ČE DO 2 DNE PO OP. NE IZLOČA BLATA
SPONTANO DOBI ODVAJALA

NADZOR VELIKOSTI MATERNICE IN ČIŠČE

- VRH MATERNICE ZARADI OPERATIVNE RANE TEŽJE KONTROLIRAMO
- NA INVOLUCIJO SKLEPAMO PO IZGLEDU ČIŠČE
- ČISČA JE ZNAK CELJENJA RANE IN JO OPAZUJEMO ENAKO KOT PRI ŽENSKI KI JE RODILA VAGINALNO

NADZOR VELIKOSTI MATERNICE IN ČIŠČE

- PRI NEKATERIH ŽENAH JE PO CARSKEM REZU KOLIČINA **LOHIJE MANJŠA** ZARADI OPERATIVNE TEHNIKE PRI ODSTRANITVI PLACENTE IN HEMOSTAZE
- VEDETI MORAMO, DA PO CARSKEM REZU LAHKO POSAMEZNE **FAZE TRAJAJO NEKOLIKO DLJE (RJAVI IZCEDEK)**
- **POZOR ZN ABDOMINALNEGA DRENA**

PREHRANJEVANJE IN PITJE

- **NA DAN** OPERACIJE DOBI OPERIRANKA **INFUZIJO** + **TEKOČINO**
- **ODVZAMEMO** PA JI TUDI **KRI** ZA **UGOTAVLJANJE KOLIČINE ELEKTROLITOV, HEMOGRAM IN CRP**



PREHRANJEVANJE IN PITJE

- **PRVI DAN** PO OPERACIJI DOBI **TEKOČO DIETO**
- **DRUGI DAN** PO OPERACIJO DOBI **PASIRANO**
- **NATO : LAHKO PREBAVLJIVA HRANA**

GIBANJE IN USTREZNA LEGA

- PRVO VSTAJANJE(VEČ KOT 4 URE PO POSEGU)
- S POMOČJO MEDICINSKE SESTRE, S POVITIMI NOGAMI,
- TELESNE VAJE IZVAJA OPERIRANKA POD NADZOROM FIZIOTERAPEVTA

GIBANJE

- ŽENSKE PO CARSKEM REZU NAJ ZAČNEJO TELOVADITI PRVI DAN PO ODSTRANITVI ŠIVOV, TO JE OBIČAJNO OSMI DAN PO OPERACIJI.
- INTENZIVNA VADBA 6 TEDNOV PO PORODU

OSEBNA HIGIENA IN UREJENOST

- ◉ 1 DAN PO PORODU SEM OB NADZORU MS LAHKO TUŠIRA.

NADZOR OPERACIJSKE RANE IN KRVAVITVE



NADZOR RANE

- **OVOJE** MORA MEDICINSKA SESTRA SKRBNO OPAZOVATI

NADZOR RANE

- TAKOJ KO SE POJAVIJO SPLOŠNI ALI LOKALNI **ZNAKI INFEKCIJE** MORA OBVESTITI ZDRAVNIKA DA OSKRBI RANO
- V INTENZIVNI SOBI JE PREVEZA RANE ŽE **PRVI DAN, KER OBIČAJNO KRVAVI**
- KASNEJE SE OPERACIJSKA RANA PREVEZUJE **KOLIKOKRAT JE POTREBNO**

ZAPLETI PO CARSKEM REZU

BRUHANJE

- ZARADI **SPLOŠNE ANESTEZIJE** LAHKO PRIDE PO OPERACIJI DO BRUHANJA
- NUDIMO JI POMOČ IN PO BRUHANJU IZVEDEMO NEGO



KRVAVITVE

- TAKOJ NUDIMO PRVO POMOČ-DVIGNEMO VZNOŽJE, NA TREBUH DAMO MRZLE OBKLADKE, RAHLO MASIRAMO MATERNICO, POKLIČEMO ZDRAVNIKA, POMIRIMO OPERIRANKO, MERIMO VITALNE FUNKCIJE, OPAZUJEMO OPERIRANKO

INFEKCIJE

- OPAZUJEMO KLINIČNE ZNAKE INFEKCIJE, MERIMO **TEL. TEMPERATURO**, RAVNAMO PO ZDRAVNIKOVEM NAROČILU

BOLEČINA

- JE NAJPOGOSTEJŠA NA MESTU **OPERATIVNEGA POSEGA**
- LAJŠAMO JO S POMOČJO ANALGETIKOV PO ZDRAVNIKOVEM NAROČILU



VRTOGLAVICA

- LAHKO NASTOPI OB **PRVEM VSTAJANJU**
- NUDIMO JI POMOČ PRI VSTAJANJU IN JO OPAZUJEMO

