

TRAVAGLIO: PERIODO ESPULSIVO E SECONDAMENTO

Vedi video n.1

Ostetrica Claudia Fiorini





CHE COS'È IL PERIODO ESPULSIVO ?

E' il periodo che va da quando il tuo collo dell'utero è completamente aperto (10cm) e il tuo bimbo inizia a scendere in vagina fino alla nascita.

Sarà impegnativo... perché dovrai spingere, ma non doloroso come il periodo dilatante.





QUANTO DURA?

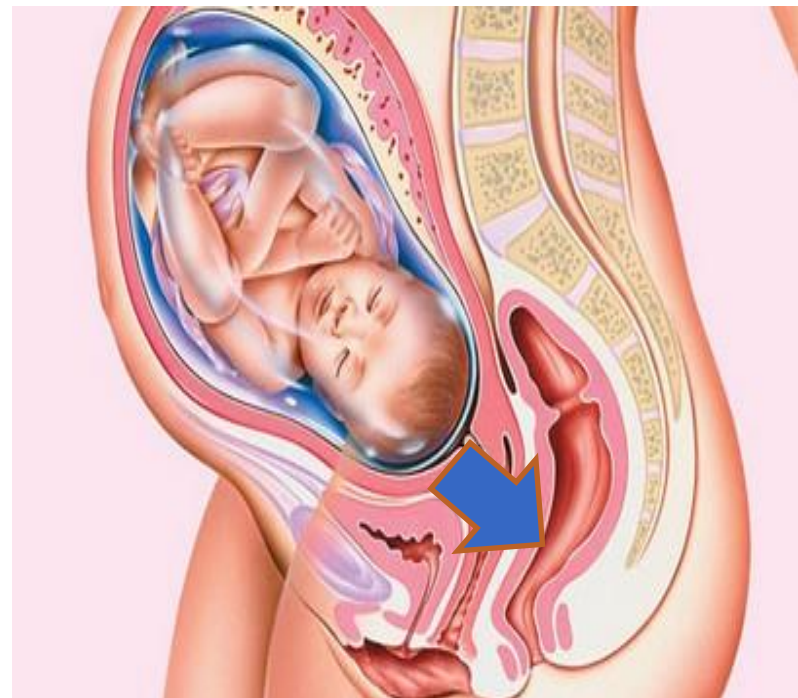
Per chi è al primo figlio in media dura 1ora/1.30, ma può essere più breve o più lungo. Dipende da diversi fattori: dai tuoi tessuti, da quanto sei rilassata, da come è messo il bimbo e da quanta voglia ha di nascere... è importante rispettare i suoi tempi e dare il tempo ai tuoi tessuti di distendersi gradatamente





Cosa sento? come me ne accorgo?

Te ne accorgi perché' quando il tuo bimbo inizia a scendere con la sua testolina, ti premerà il retto dandoti la sensazione uguale identica di dover andare di corpo. All'inizio solo lievemente poi, man mano che scende questa sensazione aumenterà fino al punto di sentire un premito irrefrenabile, spontaneo.





Cosa posso fare per aiutarlo a scendere ? Come mi devo mettere ?

Non c'è una posizione ideale per tutte, ognuna dovrebbe essere libera di mettersi nel modo che le risulta più comodo, per agevolare la discesa del bambino lungo il canale vaginale. Perché ogni donna è diversa ma soprattutto ogni parto è diverso.

Occorre mettersi in ascolto del proprio corpo, seguire l'istinto. Noi ti proponiamo delle posizioni, le provi, ma sarai tu a scegliere quella più comoda, quella che ti aiuti a spingere meglio. Vediamo quali sono





Posizione consigliate nel periodo espulsivo:

- Accovacciata: (video 2)
- Seduta sullo sgabello olandese: (video 3)
- A carponi: (video 4)
- In piedi : (video 5)
- Sdraiata su un fianco : (video 6)
- Ginecologica: (video 7)





E l'episiotomia? Cos'è? Viene fatta a tutte?

L'episiotomia è quel «tagliettino» che viene fatto con le forbici sul perineo poco prima dell'uscita della testa del bimbo. Viene prima praticata l'anestesia locale.

Non si fa a tutti i parti, anzi al giorno d'oggi viene fatta solo in determinati casi:

- Se il perineo è molto rigido e blocca la testa del bimbo
- Se c'è la necessità di far uscire velocemente il bimbo in caso di sofferenza





Naturalmente, in qualsiasi momento del travaglio, se il tuo bimbo inizia ad avere problemi, o non ti dilati o il bimbo non scende, si interviene eventualmente con il taglio cesareo. Sia di giorno che di notte sia feriali che festivi.





Il secondamento o espulsione della placenta

Una volta nato il bimbo, dobbiamo attendere l'uscita della placenta. Di solito dopo 15-30 minuti. Non è doloroso, compariranno alcune nuove contrazioni uterine, ti verrà chiesto di dare ancora qualche piccola spinta (nulla di paragonabile comunque all'intensità di quanto accaduto durante il periodo espulsivo). Si verificheranno in questa fase il distacco della placenta dalla sua sede di inserzione, il successivo passaggio in vagina, quindi la sua espulsione all'esterno.





Dopo l'uscita della placenta,
si controlla il perineo
se si sono verificate delle lacerazioni .

Previa anestesia locale,
si procede alla sutura
di queste lacerazioni.



Sono fili riassorbibili e quindi non sono da rimuovere.
Una volta sistemata e pulita potrai goderti
il tuo bimbo e iniziare subito ad attaccarlo al seno.





ATTESTATO DI NASCITA

Dopo la nascita del vostro bimbo, l'ostetrica che ha assistito al parto compila l'attestato di nascita e ve lo consegna (attenzione: è unico e originale) per poter fare la denuncia di nascita

Se siete sposati:

Può andare il marito direttamente nel vostro comune di residenza (o nel comune di nascita del bimbo se vi è più comodo) entro 10 giorni dal parto.

Se non siete sposati, avete 2 opzioni:

andare insieme nel vostro comune di residenza (o nel comune di nascita del bimbo se vi è più comodo) sempre entro 10 giorni

Fare denuncia di nascita in ospedale entro 3 giorni (compreso quello di nascita del bimbo). In questo caso dovete comunicarne l'intenzione al più presto all'ostetrica in modo da avvertire tempestivamente il personale della direzione sanitaria dell'ospedale. Dovrete essere presenti tutti e due con un documento di identità.





Il parto non è un evento in cui potete stabilire a priori quel che deve accadere, o conoscere in anticipo le vostre sensazioni e i vostri desideri. Come altri momenti fondamentali dell'esistenza, che coinvolgono sia il corpo sia la sfera emotiva, non può essere pianificato in ogni particolare, ma va soltanto vissuto. Noi ostetriche saremo lì con voi per sostenervi, incoraggiarvi. Cammineremo accanto a voi fino all'incontro con il vostro bimbo.





GRAZIE DELL'ATTENZIONE

