



Presidio Ospedaliero

Ospedale B. Ramazzini di Carpi
Unità Operativa di Ostetricia e Ginecologia

Il Direttore: Dr. Paolo Accorsi

LETTERA ALLE FUTURE MAMME

Gentile Signora,

fra poco sarà tra noi per l'importante appuntamento del parto. Speriamo possano esserLe utili alcune informazioni sulle abitudini e sui comportamenti più frequenti nella Divisione Ostetrica di Carpi.

In primo luogo La informiamo sui **controlli** che siamo soliti effettuare **prima del ricovero**. La nostra organizzazione prevede di iniziare a controllare la gravidanza a partire dalla **37° settimana** (cioè a 3 settimane dalla data presunta per il parto). Per fare questo, potrà telefonare al n° 059.659545, ogni giorno dal Lunedì al Venerdì dalle ore 12 alle 13,30 circa: una nostra ostetrica le darà direttamente l'appuntamento. Consigliamo di telefonare dalla 34esima settimana di gravidanza per maggior flessibilità nell' organizzazione degli appuntamenti. In caso sia già stato stabilito dal Suo ginecologo che il parto dovrà avvenire mediante un Taglio Cesareo programmato, dovrà comunque prenotare i controlli necessari con le stesse modalità appena descritte; in seguito le verrà comunicata la data stabilita per l'intervento.

Quando si presenterà all' appuntamento (agli ambulatori del primo piano), verrà compilata dall'ostetrica la cartella clinica valutando tutto il decorso della gravidanza, compresi gli esami (ragion per cui, **fin da questo primo incontro della 37° settimana, sarà importante portare TUTTI i controlli cui si è sottoposta, in particolare esami del sangue ed ecografie**); poi le sarà effettuato un tampone vaginale per la ricerca dello streptococco (un batterio presente spesso nel secreto vaginale). Le verrà misurata la pressione arteriosa, sarà ascoltato il battito del bimbo e, qualora sia necessario, sarà effettuato un elettrocardiogramma. A questo controllo presentarsi munite di: tutta la documentazione dell'attuale gravidanza (e di eventuali precedenti gravidanze) come esami del sangue, ecografie, consulenze varie, etc.; documentazione di eventuali precedenti interventi chirurgici e/o malattie rilevanti.

In base all'andamento della gravidanza e alle suddette valutazioni, Le saranno programmati i successivi controlli: visite, tracciati cardiotocografici, ecografie.

E' estremamente importante portare il GRUPPO SANGUIGNO, eventualmente anche in fotocopia, da lasciare in cartella, e gli ultimi esami completi del sangue, il cui elenco è disponibile presso i nostri ambulatori (1° piano).

Quando è il momento di ricoverarsi?

Il nostro consiglio è di venire in ospedale (salendo direttamente in reparto) quando le contrazioni assumono andamento ritmico e regolare, ogni 3-5 minuti, con intensità crescente, oppure quando si rompe il sacco amniotico con perdita di liquido e chiara sensazione di "bagnato". Non tema di sbagliare, anche perché gli errori non esistono, esistono invece dubbi che l'ostetrica o il ginecologo - presenti in reparto 24 ore su 24 - potranno sciogliere, sia personalmente che per telefono (059 659302). Quindi, nel dubbio, siamo sempre a disposizione per ogni controllo o consiglio utile. Quando deciderà di entrare, porterà con sé la famosa " valigia ".

Cosa mettere in valigia?

Ecco quanto Le consigliamo di preparare: 1 maglietta o camicia da notte per il parto (qualcosa di comodo che Le permetta di muoversi liberamente e che non abbia paura di sporcare); biancheria per la degenza (canottiere, T-shirt, mutande monouso in carta o rete, camicie o pigiami in cotone aperte sul davanti per consentire l'allattamento, reggiseni comodi a discrezione, vestaglia, calze di cotone), asciugamani, fermacapelli, ciabatte in plastica, prodotti per l'igiene personale (spazzolino da denti, dentifricio) e quant'altro Le possa far piacere. Durante la degenza verranno forniti assorbenti e detersivi.

Per il **travaglio e il parto in acqua** è utile un accappatoio (comunque sempre utile anche per una comoda doccia dopo il parto).

Le auguriamo un travaglio breve, ma ciò non è prevedibile e non sempre è possibile. Per questo è consigliabile munirsi di materiale per trascorrere più serenamente il tempo: cassette audio, CD, libri, riviste, ecc. Durante il travaglio potrebbe tornarle utile qualche cibo leggero (come biscotti, succhi di frutta, miele,

fette biscottate, yogurt, cioccolato): in ospedale sono comunque in funzione dei distributori automatici di cibi e bevande.

E per il bambino?

E' opportuno portare **5 cambi completi** formati da :

- **nel periodo invernale:** 1 camicino in cotone o seta senza maniche (facoltativo), 1 maglietta intima o body mezza manica di lana e cotone sulla pelle oppure cotone felpato, 1 tutina con i piedini oppure coprifasce e ghettiline con piedini, 1 paio di calzini, cuffia (una sola da mettere dopo il parto).
- **nel periodo estivo:** 1 camicino di cotone o seta senza maniche (facoltativo), 1 maglietta intima o body mezza manica e/o smaniato di cotone, 1 tutina di cotone leggero manica lunga con piedini oppure coprifasce manica lunga e ghettiline con piedini, 1 paio di calzini, cuffia (una sola da mettere dopo il parto).

Consigliamo di preparare delle buste con i **5 cambi completi**, etichettate con i **cognomi della mamma e del papà**, in modo da avere tutto pronto sia al momento della nascita del vostro bambino, sia per vostra comodità durante la degenza. Dall'ospedale verranno forniti pannolini, olio per il cambio, detergente per il neonato, garze per la medicazione del cordone ombelicale. Se lo possedete portate il vostro cuscino dell'allattamento con sopra i cognomi di entrambe i genitori. Ricordiamo a tutte le mamme che l'elenco è puramente indicativo. Per ulteriori chiarimenti è sempre possibile contattare le puericultrici, direttamente o chiamando il numero: **059.659699**.

Cosa succederà in ospedale ?

Al momento dell'ingresso in reparto La attendono, tra le altre, due valutazioni molto importanti : la visita vaginale (per controllare la dilatazione, la posizione del bambino, il sacco amniotico ed il liquido) ed il controllo del battito del bimbo.

La informiamo che ci potrebbe capitare di usare un linguaggio tecnico spesso poco comprensibile; potrà sentir parlare di MONITOR (la macchina per ascoltare o registrare il battito), di AMNIOREXI (la rottura artificiale delle membrane, manovra per altro assolutamente indolore), ANTISPASTICI (che sono dei farmaci usati per favorire la dilatazione), SINTOCINON (altro farmaco utilizzato per provocare o regolarizzare le contrazioni), TUMORE DA PARTO (l'edema che si forma NORMALMENTE sulla testa del bimbo prima del parto). Sicuramente ci saranno altre cose poco comprensibili, ***l'importante è chiedere le necessarie spiegazioni, senza timore alcuno***, gli operatori saranno disponibili a chiarire ogni suo dubbio.

Durante il travaglio le visite vaginali non saranno molto frequenti ma la loro frequenza potrà dipendere sempre da caso a caso (e sono utili per valutare la progressione del travaglio). La registrazione del battito cardiaco del bambino permette di valutare il suo stato di benessere e viene eseguita con modalità diverse nelle varie fasi del travaglio.

Quali posizioni durante il parto ?

Se desidera fare il travaglio in acqua, tenga presente che è consigliabile entrare in vasca quando le contrazioni sono regolari, altrimenti rischiano di scomparire. Di solito in acqua si sta spogliati, ma nulla vieta l'uso di reggiseno, T-shirt o altro. Quando poi si completa la dilatazione del collo uterino, inizia il periodo espulsivo (le "spinte", avvertite da Lei come bisogno irresistibile di spingere); in questa fase, se tutto procede per il meglio, potrà assumere la posizione a Lei più comoda: in vasca per il parto in acqua, ma comunque libera di scegliere molte posizioni diverse tra loro anche con i letti da parto multifunzione; inoltre abbiamo a disposizione altri supporti come alcuni sgabelli, il letto tradizionale, la palla, materassi, la spalliera, ecc... Queste possibilità di scelta non Le toglieranno certo il dolore, ma siamo convinti che l'aiuteranno a vivere meglio questa esperienza unica.

Siamo soliti praticare l'episiotomia ***solo se necessario***; lo stesso dicasi per la tricotomia (la rasatura dei peli) ed il clistere. Poi , qualunque sia la posizione, nascerà il vostro bambino e se le condizioni lo permetteranno, lo potrete stringere subito tra le braccia.

E' infatti nostra abitudine adagiare il neonato, ben coperto, sull'addome della mamma immediatamente dopo la nascita lasciandoli a contatto diretto per qualche tempo, sempre se le condizioni di entrambi lo permettono.

Se l'andamento del travaglio-parto sarà regolare, il personale si impegna ad esaudire nei limiti del possibile i vostri desideri e le vostre richieste.

Nel caso si renda necessario intervenire, o per favorire un rapido espletamento del parto, o per la necessità di un taglio cesareo, ne sarete informati.

Dopo il parto avviene il secondamento, cioè l'espulsione della placenta; poi se è necessario si dovranno applicare i punti di sutura. Questo è un momento di norma poco doloroso, in quanto è possibile praticare una efficace anestesia locale, ma spesso risulta fastidioso in quanto ogni mamma, dopo il parto vorrebbe godersi il proprio bambino ed il meritato riposo.

L'analgesia epidurale

L'analgesia epidurale è a disposizione delle donne che partoriscono a Carpi in forma gratuita, 24 ore su 24. È una tecnica che determina una sedazione parziale del corpo, permettendoti di mantenere uno stato di coscienza

vigile ed una normale possibilità di movimento. La maggior parte delle donne può sottoporsi tranquillamente all'epidurale, **seguendo il percorso dedicato (vedi oltre)**.

Il percorso prevede come fondamentale un incontro informativo che sarà seguito (nei giorni o nelle settimane successive) dal colloquio con l'anestesista, da eseguire entro la 35esima settimana di gravidanza; la valutazione dell'anestesista servirà anche ad accertare se vi sono condizioni particolari in cui la metodica sia da sconsigliare.

L'analgesia epidurale sarà comunque effettuata solo dopo la valutazione ostetrica ed il parere favorevole del ginecologo: infatti alcune situazioni ostetriche che si verificano durante il travaglio possono condizionarne l'esecuzione.

Per accedere alla parto analgesia con epidurale è necessario:

- partecipare all'incontro informativo svolto **ogni secondo giovedì** del mese **dalle 13.30 alle 15.00** presso la **sala multimediale** dei Poliambulatori dell'ospedale di Carpi, ad accesso libero; la partecipazione è vincolante per essere sottoposte all'epidurale;
- effettuare il colloquio con il medico anestesista entro la 35° settimana di gravidanza (modalità di prenotazione sarà fornita all'incontro informativo);
- eseguire gli esami del sangue e l'elettrocardiogramma

Per maggiori informazioni sul percorso della parto-analgesia e per gli appuntamenti è possibile contattare l'ambulatorio della gravidanza a termine dal lunedì al venerdì dalle 12.00 alle 13.30 al numero 059-659545.

Donazione del sangue del funicolo

Da tempo ormai la nostra Unità Operativa si è impegnata nella raccolta del sangue del cordone ombelicale: si tratta di una libera donazione che la mamma può fare per gli scopi terapeutici e di ricerca ben noti. Per valutare se vi sono le condizioni per la donazione, occorre dichiarare la propria disponibilità al momento del primo controllo alla 37° settimana (descritto nelle prime righe di questo opuscolo) e sottoporsi quindi ad un colloquio mirato a valutare se esistono le condizioni per la donazione. Sono disponibili nel nostro reparto volantini informativi nel caso voleste maggiori informazioni prima della decisione.

Accoglienza del bambino in sala parto e contatto pelle a pelle

Solitamente il bambino viene lasciato con la mamma per il primo contatto diretto pelle a pelle, che prosegue fino al termine della prima poppata al seno. Solo dopo un prolungato contatto pelle a pelle, che favorisce l'adattamento del bambino alla vita extrauterina e l'inizio dell'allattamento si procede al bagnetto e alle prime cure al neonato (profilassi, misurazioni, medicazione cordone ombelicale); una volta vestito, il bimbo viene riaffidato ai genitori. Nelle prime ore dopo il parto cerchiamo di lasciare insieme mamma, papà e neonato negli ambienti del travaglio oppure in stanza.

È nostra abitudine effettuare il rooming-in totale, 24 ore su 24, così potrà sempre avere il suo bimbo accanto. Se non ci saranno le condizioni per questo tipo di contatto mamma-bimbo, sarà il pediatra ad informarla ed a fornire le corrette spiegazioni. Se per qualche motivo sarà suo desiderio applicare modalità diverse, ne parli con le puericultrici: cercheremo di soddisfarla.

Rooming-in.

Come già accennato, una delle scelte caratterizzanti del nostro reparto è il rooming-in. Si tratta di una scelta basata sugli studi scientifici che evidenziano come sia fondamentale il rapporto mamma-neonato fin dai primi momenti di vita. Non è quindi una scelta di comodo, anzi... Riuscire a gestire un gruppo di neonati distribuiti in un elevato numero di stanze comporta un impegno per il personale nettamente superiore a quello necessario in un normale nido. Quindi non è una scelta di comodo, bensì un impegno più gravoso accettato dal nostro personale per il benessere dei bimbi e per uno sviluppo armonico delle famiglie. Se poi, soprattutto di notte, una mamma andasse un poco in crisi, o perché il bimbo piange, o perché è troppo stanca, il personale si adopererà per venire incontro alle sue esigenze.

Orari di Visita.

Ricordiamo che è nostra volontà mantenere il reparto aperto il più possibile alle visite; però vi sono delle esigenze da salvaguardare, come le attività sanitarie, i pasti ed il riposo delle pazienti. Per tale motivo **l'accesso al reparto è libero**: dalle ore **6.00** alle ore **7.45**; dalle ore **10.30** alle ore **13.30**; dalle ore **16.00** alle ore **21.00**. Questi orari sono **indicativi**, e non possono essere sempre rispettati rigidamente, per le variabili esigenze di reparto; **e di questo vi preghiamo di informare parenti ed amici, per evitare spiacevoli incomprensioni**. I papà possono entrare in qualunque momento, salvo che durante la visita medica ed i pasti.

L'organizzazione del reparto

Uno dei problemi maggiori di un reparto di ostetricia è il sovraffollamento di parenti ed amici nelle stanze di degenza; il nostro, pur disponendo di **stanze a 2 letti** soltanto, non fa eccezione. Non è raro purtroppo trovare 8/10 parenti (!!!) in una stanza, in presenza tra l'altro dei neonati, in quanto i bimbi stazionano in stanza con le mamme. Poiché è sgradevole allontanare i visitatori negli orari di apertura del reparto (e si rimediano spesso delle male parole!) vi invitiamo a convincere parenti ed amici a limitare le visite e, se possibile, a rinviarle a diversi giorni dopo la dimissione, quando sarete tornate e casa e sarete anche in condizioni migliori. Comunque, già 4-5 visitatori per stanza sono un numero troppo alto per mamme e neonati.

La divisione prevede il cambio del turno alle ore 6, alle ore 13, ed alle ore 21: questi sono momenti molto importanti per il personale che si trasmette " le consegne " sulle pazienti ricoverate. Data l'importanza di questo momento vi chiediamo la cortesia, nei 15/20 minuti di consegna per ogni cambio di turno, di chiamare il personale **solo in caso di effettiva urgente necessità**: questo vostro riguardo sarà utile perché la nostra assistenza sia più precisa e qualificata.

La dimissione.

E' nostra abitudine dimettere le mamme dopo circa 48 ore in caso di parto fisiologico e dopo circa 3 giorni in caso di parto cesareo. E' comunque ovvio che la degenza può variare in base a molteplici esigenze: non vi è perciò alcuna rigidità nell'applicazione di queste abitudini. Al momento della dimissione Le verranno fornite informazioni e chiarimenti per Lei e per il neonato; allo stesso tempo sarà fissato l'appuntamento per l'eventuale controllo successivo nei nostri ambulatori del primo piano.

Incontri con la struttura

Per le mamme/coppie che non partecipano al corso di preparazione al parto presso il consultorio familiare di Carpi o per chiunque lo desiderasse , è prevista la possibilità di un incontro ("Nascere insieme") di conoscenza della struttura e della filosofia del reparto che si svolge il sabato mattina dalle 10 alle 12 con un'ostetrica. Per partecipare, iscriversi telefonando al n° 059.659545 dalle 12 alle 13.30 dal lunedì al venerdì.

Incontro "Essere Voce": La voce è musica e la musica è ritmo; il feto riconosce il ritmo della voce materna e per lui è un'esperienza globale e profonda. La voce materna è una forma di contatto emozionale già prima della nascita, dopo continua come un'estensione non corporea dell'abbraccio, del contatto materno. La voce e il suono hanno capacità di contenere e di abbracciare, di rassicurare e di stabilizzare. Il neonato fin dai primi giorni riconosce brani musicali, canzoni o fiabe ascoltate ripetutamente nelle ultime settimane di gravidanza ed è in grado di distinguere la voce della madre rispetto a quello degli altri adulti, e molto presto imparerà a conoscere la voce del padre.

Per questo le ostetriche del reparto insieme alle bibliotecarie della Biblioteca ragazzi Il Falco Magico e mamme lettrici volontarie hanno istituito " ESSERE VOCE " un incontro mensile (ogni terzo giovedì del mese dalle ore 16:30 alle ore 18.30 presso i locali della biblioteca ragazzi) per sensibilizzare le coppie in attesa verso la lettura ad alta voce in gravidanza e nei primissimi mesi di vita del neonato. Prenotazione obbligatoria al numero Tel. 3384265167.

Per conoscere tutte le attività del nostro reparto può visitare il sito: www.ausl.mo.it/partorireacarpi

Con i nostri più sinceri auguri.

Il Direttore Dr. Paolo Accorsi