Planadong Panganganak sa Bahay 2018

Bagay ba sa iyo ang magplano ng panganganak ng iyong sanggol sa bahay?

Impormasyon para sa mga Kababaihan

Bakit ang Panganganak sa Bahay?

Ang kapanganakan ng iyong anak ay isang masaya at matalik na karanasan na maaaring ibahagi sa mga taong pinakamalapit sa iyo. Hindi kataka-taka kung gayon, na tulad ng ilang kababaihan, maaaring nais mong manganak sa ginhawa at pribasya ng iyong sariling tahanan.

Ang mga kababaihan na nakaranas ng (mga) panganganak sa bahay ay nakaramdam ng higit na kalayaang magpasya para sa sarili at pakiramdam na may higit silang kontrol sa proseso ng panganganak at kapaligiran nito, malaya mula sa mga pamimilit at paghihigpit na minsan ay nararamdaman sa panganganak sa ospital. Ayon sa mga kababaihan, ito ay hahantong sa damdaming nagsasakapangyarihan (empowerment) at damdamin na may nagawa, kung saan naman mapapagbuti ang kasiyahan sa karanasan sa panganganak at sa kabuuang sikolohikal na kagalingan.

Inilarawan din ng mga kababaihan kung paano ang presensya at pakikilahok ng kanilang mga katuwang at/o malapit na kapamilya o mga kaibigan ay mas madaling nakapagbigay ng higit pang kapanatagan ng loob at alalay.

Maraming mga salik na isasalang-alang kapag nagpaplanong manganak sa bahay, ang ilan ay personal at ang ilan ay pinamamahalaan ng South Australian Department for Health and Wellbeing (Kagawaran ng South Australia para sa Kalusugan at Kagalingan). Ang mga rehistradong komadrona na empleyado ng pamahalaan na lumahok sa planadong panganganak sa bahay ay dapat sumunod sa SA Health Planned Birth at Home Clinical Directive (Klinikal na Panuto ng SAHealth sa Planadong Panganganak sa Bahay) at iba pang kaugnay na mga patakaran (hal. First Stage Labour and Birth in Water Clinical Directive (Klinikal na Panuto sa Unang Yugto ng Pag-labour at Pagsilang sa Tubig).

Ipinapakita sa pananaliksik:

Kapag naghahambing ng magkakatulad na mga kababaihan na mababa ang panganib sa mga komplikasyon; ang mga kababaihan na nagpaplanong magsilang sa bahay sa halip na sa isang ospital ay:

- Mas malamang na magkaroon ng normal na panganganak na magagawa ng 85-90% ng mga kababaihan
- Mas malamang na walang mga interbensyon sa pagle-labour at panganganak tulad ng mga gamot upang 'pabilisin' ang labor, epidural analgesia, episiotomy, panganganak sa tulong ng mga instrumentong gaya ng forceps at/o caesarean section
- Mas malamang na hindi makaranas ng matinding perineal trauma o pagdurugo (haemorrhage) pagkatapos manganak
- Mas malamang na simulan ang pagpapasuso nang mas maaga at mas matagal

Government of South Australia
SA Health

Ang kanilang mga sanggol ay:

- Malamang na hindi kailangang ipasok sa nursery
- Pareho lang ang panganib sa stillbirth at neonatal na pagkamatay

Paglipat sa ospital

- Kung ikaw ay nagdadalang-tao sa kauna-unahang pagkakataon, ikaw ay mas malamang na mangailangan ng paglilipat sa ospital sa panahon ng pagbubuntis, pagle-labour o pagkatapos manganak kung ikukumpara sa mga kababaihan na nagdadalang-tao ng ikalawang beses o kasunod na sanggol (humigit-kumulang 30% kumpara sa 10%). Ang iyong sanggol ay malamang magkaroon ng mas maraming komplikasyon dahil dito, ngunit ang pangkalahatang panganib ay nananatiling mababa.

Maaari mong planuhing ipanganak ang iyong sanggol sa bahay kung lahat ng sumusunod ay angkop sa iyo:

- Ikaw ay nagbubuntis sa isang (1) sanggol lamang
- Wala kang medikal na dahilan o karamdaman na pipigil sa iyong manganak sa bahay
- Ikaw ay may timbang na 100kg o mas mababa pa at ang iyong BMI (Body Mass Index) ay 35kg/m2 o mas mababa pa
- Hindi ka pa nagkaroon ng caesarean section
- Hindi ka nagkaroon ng malaking problema sa nakaraang panganganak (hal. pagdurugo (haemorrhage) ng mahigit sa isang litro matapos ang panganganak)
- Sumailalim ka sa pagsusuri para sa diyabetes habang nagbubuntis at ikaw ay hindi nangangailangan ng gamot para sa mga di-makontrol na antas ng asukal
- Ikaw ay sumailalim sa morpolohiyang ultrasound na walang natukoy na mabigat na komplikasyon
- Ikaw ay nagkaroon na ng normal na pagbubuntis nang walang mga komplikasyon
- Ikaw ay nagbubuntis nang mahigit sa 37 linggo ngunit wala pang 42 na linggo
- Ang ulo ng iyong sanggol ay pababa bago magsimula ang pagle-labour
- Ayaw mo ng gamot para guminhawa sa pananakit sa labor
- Walang mga alalahanin sa proteksiyon ng bata para sa iyong sanggol sa sinapupunan
- Handa mong sagutin ang halaga ng transportasyon ng ambulansya sa ospital kung kinakailangan

Ikaw ay pinaalaman tungkol sa Klinikal na Panuto ng SA Health sa Planadong Panganganak sa Bahay, tinalakay ito sa iyong komadrona at pinirmahan ang form ng pagsang-ayon para sa Planadong Panganganak sa Bahay

Maaari mong planuhing ipanganak ang iyong sanggol sa bahay kung ang inyong bahay ay:

- mas mababa sa tatlumpung (30) minuto ang oras ng paglalakbay ng ambulansya patungo sa sumusuportang ospital
- may maaasahang mga telekomunikasyon; linya ng telepono sa bahay o mobile na may 'coverage'
- may madaling pag-access sa ambulansya kung kailangan
- may malinis na tubig at kuryente
- malinis

- may lugar para paglagyan ng mga hayop na malayo sa kapaligiran ng panganganak

Kailangan mo ring matiyak na ang iba pang mga anak o naka-asang mga tao sa bahay ay aalagaan ng ibang tao maliban sa iyong sarili at ikaw ay may alalay sa bahay, lalo na sa mga unang 24 na oras pagkapanganak.

Maaaring kailangan mong lumipat sa ospital habang nagle-labour o pagkatapos makapanganak kung:

- ang iyong pag-labour ay hindi sumusulong gaya ng inaasahan ng iyong komadrona
- nagkaroon ng iba pang mga komplikasyon sa pagle-labour, habang nanganganak o pagkatapos na pagkatapos ng panganganak
- may mga alalahanin para sa kapakanan ng iyong sanggol habang nagle-labour, nanganganak o pagkatapos maisilang ang iyong sanggol

Kailangang handa mong tanggapin ang payo ng iyong komadrona na lumipat sa ospital kung sa kanyang palagay ito ay kinakailangan. Ang mga dahilan nito ay maaaring talakayin sa iyong komadrona nang maaga at nakalista sa Klinikal na Panuto sa Planadong Panganganak sa Bahay .

Para sa karagdagang impormasyon

SA Maternal, Neonatal & Gynaecology Community of Practice
Women's & Children's Health Network
52 King William Rd
North Adelaide SA 5006
www.sahealth.sa.gov.au

Pampubliko-I4-A4©

Department for Health and Wellbeing, Government of South Australia. All rights reserved.

www.ausgoal.gov.au/creative-commons

Government of South Australia
SA Health