Партнерские роды

Партнерские роды — это когда на родах присутствует муж или другой родственник.
Партнер должен быть физически здоров и не иметь инфекционных заболеваний. Выбор партнеров в родах, а также само проведение партнерских родов осуществляется только при желании роженицы.

**Обязательные условия для партнерских родов:**

* желание и согласие роженицы;
* желание и согласие будущего папы;
* совместная подготовка к родам;
* согласие медиков, принимающих роды;
* предварительная сдача анализов (в некоторых роддомах это входит в условия присутствия постороннего в родзале);
* наличие специальной одежды и тапочек;
* согласованность действий всех участников процесса родов.

**Как помочь партнеру избежать эмоционального потрясения?**

К такому испытанию, как присутствие на родах, готовы далеко не все. Особенно это касается мужчин. Идя вместе на роды, часть молодых пар попросту не представляют реальности родов. А отсутствие элементарной предродовой подготовки к такому важному шагу приводит порой к печальным последствиям: муж видит страдания жены, а помочь не может. Это большой стресс для мужчины, который чувствует себя ответственным.

Роды — это тяжелый труд для женщины. Но, зная об их специфике, о своей роли в них, мужчина, находясь рядом с женой, может значительно облегчить для нее процесс рождения малыша. От партнера в родах требуется конкретная помощь, облегчающая боль во время схваток, например массаж поясницы и живота, контроль правильности дыхания и многое другое, что требует серьезной предродовой подготовки. Поэтому подготовка партнера к родам должна стать такой же составной частью процесса, как подготовка будущей мамы. Это можно сделать на курсах по подготовке к родам.

А вот степень участия мужа в родах каждая пара должна определить сама. Находиться ли мужу в родзале во время потуг или зайти после рождения ребенка? Взять ли на роды сестру, подругу или профессионального психолога — каждый решает, исходя из своей индивидуальной ситуации.

**Требования, предъявляемые к партнеру в родах:**

Уверенность в себе, знание процесса родов и умение оказать поддержку (это и достигается специальной подготовкой).

Партнер должен понимать, что нельзя паниковать, вступать в конфликты с медперсоналом, навязывать ему свою позицию, действовать вопреки желаниям и состоянию роженицы (скажем,настаивать на своем только потому, что с такими способами папа познакомился в том или ином источнике информации).

Подстроиться под желания женщины и быть готовым, что на него могут обрушиться ее эмоции и даже гнев, и относиться к этому спокойно.

При желании женщины возможно использование личного белья, сменной обуви, предметов личной гигиены, в том числе гигиенических прокладок, питьевой минеральной воды, легкой пищи (йогурт, шоколад, фрукты и.т.д.), сотового телефона, фотоаппарата или видеокамеры.