

BÆKLINGARÖÐ LJÓSMÆÐRAFÉLAGS ÍSLANDS[©]

Þessi bæklingur er í röð bæklinga sem
Ljósmeðrafélag Íslands gefur út á vef
félagsins www.ljosmodir.is

Höfundur þessa bæklingis er
Anna Sigríður Vernharðsdóttir,
ljósmóðir.

Útgáfuár 2010

Myndir Shutterstock.com

Helstu heimildir

Prendiville, W.J.P., Elbourne, D., McDonald, S.J. (2009). *Active versus expectant management in the third stage of labour*. Cochrane Database of Systematic Reviews, 3

ICM, FIGO (2003). *Joint statement management of the third stage of labour to prevent post-partum haemorrhage*.



Borgartúni 6
105 Reykjavík
Sími 564-6099
www.ljosmodir.is

BÆKLINGARÖÐ LJÓSMÆÐRAFÉLAGS ÍSLANDS[©]



Þriðja stig fæðingar

Hvað er það og hvaða
val hef ég um meðferð?



HVAÐ ER ÞRIÐJA STIG FÆÐINGAR?

Þriðja stig fæðingar hefst um leið og barnið er fætt og því lýkur þegar fylgjan er fædd. Fæðingunni er skipt í 3 stig, fyrsta stigið er útvíkkunartímabilið, annað stigið er rembingstímabilið og svo er þriðja stigið fylgjufæðingin.

Ljósmæður taka vel á móti þér!

ÆTTI ÉG AÐ ÞIGGJA VIRKA MEÐFERÐ EÐA LEYFA NÁTTÚRUNNI AÐ HAFA SINN GANG?

Þitt er valið. Ef ferlið hefur verið náttúrulegt fram að þessu er mjög líklegt að líkami þinn framleiði þau hormón sem gera það að verkum að legið dragi sig vel saman og blæðing verði minni háttar. Ef hins vegar einhverjir áhættuþættir eru til staðar eða ef einhver inngríp hafa verið gerð í fæðingarferlið er öruggara að þiggja virka meðferð á þriðja stigi.

ÁHÆTTUÞÆTTIR FYRIR BLÆÐINGU EFTIR FÆÐINGU

- Blæðing fyrir fæðingu
- Fyrri keisaraskurður
- Blæðing eftir fyrri fæðingu
- Andvana barn
- Mikið þan á legi t.d. fjölburar eða of mikið legvatn
- Fætt oft áður
- Blóðleysi
- Áhaldafæðing
- Langdregin fæðing
- Rifur
- Blóðstorkutruflanir

NIÐURSTÖÐUR RANNSÓKNA

sýna að virk meðferð á þriðja stigi fæðingar minnkar líkur á blæðingu eftir fæðingu um 60%. Í ljósi þess hafa alþjóðleg samtök fæðingalækna og ljósmæðra tekið höndum saman um að hvetja fagfólk til að bjóða öllum konum upp á virka meðferð á þriðja stigi fæðingar, jafnvel konum sem ekki eru í sérstakri áhættu á blæðingu eftir fæðingu.



ÁSTARHORMÓNID OXYTÓSÍN

Hormónið oxýtósín gegnir lykilhlutverki í fæðingunni. Það stuðlar að samdrætti legsins á öllum stigum fæðingar. Vellíðan og slökun stuðla að losun þess en kvíði, streita og hræðsla draga úr losuninni. Notalegt umhverfi og umönnun sem stuðla að vellíðan og slökun geta því haft góð áhrif á meðan kuldalegt umhverfi, streita og truflanir stuðla frekar að myndun streituhormóna sem draga úr oxýtósín losun. Ef truflun verður á losun oxýtósíns getur það leitt til langdreginnar fæðingar og meiri hættu á blæðingu eftir fæðingu.

Við brjóstagjöf verður losun á hormóninu oxýtósín sem ýtir undir að legið dragist saman eftir fæðingu.

VIRK MEÐFERÐ

felur í sér að gefin er sprauta sem inniheldur samdráttarlyf (eftirlíking af hormóninu oxýtósín) strax eftir fæðingu barnsins. Síðan er skilið á milli barns og fylgju u.þ.b. 1-3 mínútum eftir fæðingu barnsins eða eftir að sláttur í naflastrengnum hættir. Reynt er að flýta fæðingu fylgjunnar eins og hægt er með því að hvetja móðurina til að rembast þegar kröftugur samdráttur kemur í legið og á sama tíma er togað létt í naflastrenginn. Þegar virkri meðferð er beitt tekur fylgjufæðingin styttri tíma en við lífeðlisfræðilega umönnun.

LÍFEÐLISFRÆÐILEG UMÖNNUN

felur í sér að ekki eru gefin samdráttarlyf og ekki er skilið á milli móður og barns fyrr en fylgjan er fædd. Þegar merki eru um að fylgjan sé laus er móðirin beðin um að nota krafta sína eða þyngdarafli til að fæða fylgjuna

Lífeðlisfræðileg umönnun getur verið góður kostur eftir eðlilega fæðingu hjá hraustri konu þar sem ekki hafa verið notuð verkjalyf eða hríðaörvandi lyf og engir áhættuþættir fyrir blæðingu eftir fæðingu eru til staðar.