

Fødsel i vand

Varmt vand virker ofte afslappende, og det nyder mange kvinder godt af under fødslen. Badekarret kan bruges i udvidelsesperioden, under presseveerne, og når barnet fødes.

De kvinder, der har anvendt badekar i forbindelse med fødslen, lægger vægt på bevægelsesfriheden i vandet, den smertestillende effekt af det varme vand og en følelse af, at fødslen bliver mere 'privat'.

De nyeste teorier inden for vandfødsler peger i retning af, at ophold i kropsvarmt vand fremmer frigivelsen af stoffer, der virker stimulerende på veerne. Det betyder, at livmodermunden ofte åbner sig hurtigere i vand.

Det er individuelt, hvornår det føles bedst at være i vandet, og du kan benytte dig af badekarret flere gange i løbet af fødslen.

Man har en formodning om, at forbruget af smertestillende- og vestimulerende medicin er mindre, og at der sker færre og mindre bristninger, når den fødende opholder sig i varmt vand under fødselsforløbet.

SÅDAN FOREGÅR EN FØDSEL I VAND

Vandet skal have en temperatur mellem 35° og 37° C. På nogle kvinder virker vandet så afslappende, at de kan blunde mellem veerne. Derfor skal der altid være nogen hos dig, når du er i vandet.

Umiddelbart efter fødslen hjælper jordemoderen barnets hoved oven vande, og barnet vil begynde at trække vejret inden for det første minut. Nyfødte er fra fødslen udstyret med en "dykkerrefleks", der bevirker, at de ikke trækker vejret, mens de er under vand.

Når barnet én gang har været oven vande, må det ikke få hovedet under vand igen. Moderkagen fødes normalt 5-20 minutter efter barnet. Den fødes på fødelejet.

KRITERIER FOR FØDSEL I VAND

Du kan føde i vand, hvis:

- du er sund og rask
- du har haft en normal graviditet
- du kan forvente en normal fødsel af et barn i hovedstilling
- fødslen finder sted fra 37. uge og før fulde 42 uge og er startet spontant.
- fostervandet er klart, og der har ikke været vandafgang i mere end 18 timer
- fødselsforløbet udvikler sig normalt
- du er mobil og i stand til at bevæge dig efter jordemoderens anvisninger i forbindelse med undersøgelser med mere.

SIKKERHED VED VANDFØDSLER

Vandfødsler er forholdsvis nyt i Danmark, og det er begrænset, hvad der er lavet af undersøgelser omkring emnet.

En stor del af den viden, vi har, stammer fra data, som løbende indsamles på fødeafdelinger i Danmark og udlandet. Disse erfaringer tyder på, at sikkerheden for mor og barn er lige så god som ved fødsel på et almindeligt fødeleje.

PRØV DIG FREM

Du behøver ikke beslutte på forhånd, om du vil føde dit barn i vand. Du kan betragte det som en mulighed, et tilbud, som du kan bruge på et hvilket som helst tidspunkt i fødselsforløbet. Men vær opmærksom på, at det kun er den ene af vores fødestuer, der har et badekar, som kan bruges til vandfødsel. Så hvis du overvejer, at du gerne vil føde i vand, så sig det gerne, når du kontakter Fødegangen med henblik på fødsel.

Vær åben over for, hvordan du faktisk oplever situationen, når fødslen er gået i gang.



Det primære er ikke, om du føder i vand eller på et almindeligt fødeleje, men at du prøver dig frem og finder ud af, hvad der føles godt for dig og virker bedst ved netop din fødsel.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.

På vores hjemmeside har vi samlet henvisninger til de pjecer, du får brug for i forbindelse med dit forløb her i afdelingen. Du finder dem på følgende Link: rn.dk/info-til-gravide-thisted.



Kontakt

Afsnit for Graviditet, Fødsel og Barsel

Fødegangen
Tlf. 97 65 00 70