

출산 선호도 사용자 안내서

Birth Preferences User's Guide (Korean)

이 지침서는 귀하의 출생 선호도 양식을 작성하는 것을 돕기 위함입니다. 저희는 귀하께서 귀하의 출산전 방문때, 이 양식 또는 이 지침서에 대한 질문뿐 아니라, 귀하의 의료진과 함께 이 양식에 대해 의견을 나누시기를 권장합니다.

저에 대해서/저희에 대해서 About me/us: 이번이 귀하의 첫 아기인지 아니면 귀하께서 다른 아이들이 있는지, 귀하가 하시는 일의 종류, 이번 임신의 배경, 귀하께서 즐기는 취미 등과 같은 귀하에 대한 정보를 이 섹션을 이용해 귀하의 관리 팀에게 말씀해 주시기 바랍니다.

분만 지원팀 (이름과 관계): Labor support team (names and relationships): 파트너, 형제, 둘라 등과 같이, 귀하의 분만을 도와줄 사람들을 여기 나열하세요.

이번 출산에 대한 희망 Hopes for this birth: 이번 출산 경험에 있어서 귀하께서 가지고 있는 일반적인 희망을 이 부분에 포함시키세요.

이번 출산에 대한 우려사항 Concerns about this birth: 귀하께서 출산에 대해 가질 수 있는 염려, 걱정 또는 두려움을 여기에 포함시키세요.

통증 관리

Pain management

- 하반신 마취제는 등 아래쪽의 척수 신경 주변 공간에 마취제를 주입하는 것입니다. 그것은 주입한 위와 아래의 부분을 마비시키고 대개 대부분의 분만의 고통을 없애줍니다.
- 또한 마약성 의약품이 분만의 일부 감각을 둔화시키기 위해 정맥을 통해 제공될 수 있습니다.
- 분만의 일부 또는 전부에 있어서, 특히 진통제를 사용하고 싶지 않으시다면, 자연스러운 편안한 방법이 귀하에게 도움이 될 수 있습니다.
- 아래는 페니 심킨 통증 관리 척도입니다. 귀하께서는 분만때 통증 관리에 대한 귀하의 감정을 전달하기 위해 숫자를 선택할 수 있습니다. 귀하는 또한 간병인에게 귀하께서 지금 진통제를 원하는 것을 알려주는 코드 단어를 선택할 수 있습니다.

통증 관리 선호도 척도는 페니 심킨이라는 물리치료사에게 의해 개발되었습니다. 다음은 분만의 고통을 조절하는 것에 대한 가능한 감정의 숫자 척도입니다.

숫자 Number 그것이 의미하는 것 What it means

- +10 아무것도 느끼고 싶지 않다: 분만을 시작하기 전에 마취에 대한 욕망.
- +9 통증에 대한 두려움; 내가 대처할 수 있는 자신감 부족, 통증 완화를 위해 직원에게 의존.
- +7 제공자가 허용하는 한 또는 분만이 고통스러워지기 전에 즉시 마취에 대한 명확한 욕구
- +5 진행(7-8cm)전에 하반신 마취제 희망. 아마도 약과 함께 그때까지는 대처할 의지가 있음.
- +3 진통제를 사용하고 싶지만, 될 수 있는 대로 적게. 자연 분산은 목표가 아니다.
- 0 의견이나 선호사항이 없음.
- 3 오직 분만이 짧고 쉬울때 진통제 사용을 피하는 것을 선호함.
- 5 진통제 사용을 피하는 것을 강하게 선호하지만, 어려운 분만때는 수용할 것임.
- 7 아기에게 이로운뿐 아니라 개인적인 만족감을 위해 자연 분만에 대한 강한 욕망이있음.
- 9 요청해도 직원이 거부한 약품을 원함.
- 10 제왕절개 분만 시에도 약을 사용하지 않을 것임.

분만과출 Labor and birth

- 아기의 심장 박동수를 정상 범위로 유지하기 위해 귀하의 분만 동안 아기의 심박 수는 관찰됩니다. 임신 상황에 따라 이것이 어떤 식으로 진행될 것인지에 대한 몇 가지 선택사항들이 있습니다:
 - 귀하의 임신과 분만이 복잡하지않다면 간헐적인 진찰(듣는 것)이 선택사항일 수 있습니다.
 - 지속적인 전자 태아 관찰은 일부 위험 요인이 있는 임신에 대해 수행됩니다.
 - 모바일 무선 모니터링은 때때로 연속 또는 귀하께서 움직일 수 있도록 간헐적으로 수행될 수 있습니다.
- 의약품을 위한 정맥의 접근 지점은 안전을 위해 정기적으로 시행됩니다. (또한 헤파락 또는 염분 락으로 불리우는) 필요한 경우 이것은 정맥 용액에 연결할 수 있습니다.
- 다르게 미는 자세는 선택사항이 될 수 있습니다.
- 일부 여성들은 아기의 머리가 나올때 거울을 사용해서 보고싶어합니다.
- 일부 여성들은 아기가 태어났을때 아기의 머리를 만지고 싶어합니다.
- 아기가 태어난 후 정기적으로 피토신을 주는 것은 산후 심한 출혈의 위험을 낮추는 것으로 나타났다.
- 일반적으로 수술실에서 지원자를 한 명 동반할 수 있습니다. 마취과 의사의 재량에 따라, 둘라도 동반될 수 있습니다.

귀하의 아이가 태어난 후 After your baby is born

- 저희는 귀하와 귀하의 아기에게 많은 건강상의 이점 때문에 귀하께서 모유 수유하기를 권장하지만, 이것이 귀하에게 최선이 아닐 수 있는 다른 바람이나 신체적인 이유가 있을 수 있습니다. 모유 수유에 대한 우려에는 이전의 유방 수술, 이전의 수유 문제 또는 역유두가 포함될 수 있습니다.

- 비타민 K, 눈 연고, 그리고 B 형 간염 백신은 출혈이나 감염을 피하기 위해 귀하의 아기에게 정기적으로 주어집니다.
- 저희는 귀하나 귀하의 파트너가 병원에 있는 동안 아기를 목욕시킬 것을 권장합니다. 어떤 상황에서는 간호사가 이것을 할 것입니다.

탯줄 혈액 Cord blood

- 지연된 탯줄 클램핑은 귀하의 의료 제공자가 태반으로부터 더 많은 혈액이 출산 후 아기에게 유입되도록 하는 탯줄을 클램프하기 위해 기다리는 것을 의미합니다.
- 귀하는 귀하의 아기의 제대혈을 기부하거나 개인적인 사용을 위해 저장할 것을 선택할 수 있습니다.
- 파트너나 다른 지원자는 아기의 탯줄을 자를 수 있을 것입니다.

아기의 의료 제공자 Baby's care provider

- 소아과 의사, 가족 진료 의사, 임상 간호사 의사 또는 귀하의 아기의 건강 관리를 위해 선택하는 다른 의료 제공자에 대한 정보를 나열하십시오.



