

Что такое партнерские роды

На партнерских родах присутствует не только медицинский персонал, но и близкий человек, который поддерживает роженицу. Основная цель партнера — это посильная помощь и моральная поддержка будущей мамы.

Роды — процесс долгий и сложный, поэтому стать помощником может только психологически подготовленный человек. Врачи рекомендуют заранее обсуждать этот вопрос в семье. Женщине важно четко представлять, для чего именно ей нужен партнер на родах, а сопровождающему человеку понимать, что от него потребуется. Вот примерный список обязанностей:

- готовность быстро и спокойно доставить женщину в роддом со всеми необходимыми документами [и вещами](#);
- помощь в приемном отделении;
- контроль эмоционального состояния беременной — борьба со страхом и только положительный настрой;
- проявление заботы — помочь перевернуться или встать, проводить в душ, накрыть, дать воды и так далее;
- знание и применение техник дыхания;
- контроль частоты и длительности схваток;
- обезболивающий массаж;
- сотрудничество с медицинским персоналом.

Кто может быть партнером на родах

Теоретически партнером может быть любой человек, прошедший медицинское обследование. Обычно это отец ребенка, а также мама, сестра или другой родственник женщины. При желании партнером в родах может стать близкая подруга или доула (профессиональная помощница).

При этом важно знать, что не все государственные роддома позволяют приглашать на роды кого-либо, кроме мужа, а иногда требуют справку, доказывающую родство с другим человеком, даже с мамой. Рекомендуем уточнить этот момент у специалистов роддома заранее.

В списке собрали объективные требования к партнеру, которые могут помочь ему и женщине во время родов:

- способность держать себя в руках и не впадать в панику в стрессовых ситуациях;
- физическая и психологическая готовность к долгому процессу;
- знания о том, [как проходят роды](#): схватки, потуги, рождение ребенка и последа;

- понимание задач, которые стоят перед акушерами и врачами;
- соблюдение условий роддома.

На роды стоит приглашать только уверенного в своих возможностях человека. Если будущий папа по какой-либо причине не готов присутствовать, лучше отнестись к его решению с пониманием и пойти на компромисс.

В России проводилось исследование о важности партнерства во время беременности и в родах. Эксперты опросили представителей 232 семей. Результаты показали, что 17,4% мужчин, не прошедших подготовительные курсы, изначально были готовы присутствовать при рождении ребенка. 52,5% были настроены давать женщине необходимую поддержку на протяжении всей беременности, но только за пределами роддома. 30,1% опрошенных решительно отказались брать на себя роль партнера в родах.

В целом ученые сделали вывод о том, что партнерство во время беременности благотворно влияет на ее течение, а именно — позволяет контролировать управляемые осложнения. К таким можно отнести, например, повышенное артериальное [давление](#): женщина чувствует себя спокойнее, поэтому вероятность гипертензии снижается.