



**SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA**
Azienda Unità Sanitaria Locale di Modena

Presidio Ospedaliero Ospedale B. Ramazzini di Carpi
Unità Operativa di Ostetricia e Ginecologia

LETTERA ALLE FUTURE MAMME

Gentile signora,

fra poco sarà con noi per l'importante appuntamento del parto, per questo desideriamo fornirle alcune utili informazioni sulle abitudini e sui comportamenti più frequenti all'interno del nostro reparto.

Ambulatorio della gravidanza a termine e controlli pre-ricovero

I controlli pre-ricovero sono **previsti a partire dalla 37° settimana**, cioè 3 settimane prima della data presunta del parto, presso l'ambulatorio della gravidanza a termine di Carpi.

Per una maggior flessibilità nell'organizzazione degli appuntamenti la invitiamo a **telefonare, già dalla 34° settimana** di gravidanza, **al numero 059 659545** (dal lunedì al venerdì dalle 12.00 alle 13.30) **per fissare l'appuntamento** con l'ostetrica.

Anche qualora il suo ginecologo avesse già stabilito un parto con taglio cesareo programmato, la invitiamo comunque a prenotare i controlli necessari con le modalità sopra indicate; in seguito potrà esserle comunicata la data dell'intervento.

Il giorno dell'appuntamento porti con sé:

- tutti gli esami del sangue (completi del gruppo sanguigno) eseguiti durante la gravidanza in corso, e di eventuali precedenti gravidanze,
- i referti delle visite, delle ecografie e di eventuali consulenze eseguite durante la gravidanza
- la documentazione sanitaria relativa al proprio stato di salute (es. documentazione di eventuali precedenti interventi e/o malattie)

L'ostetrica compilerà la cartella clinica valutando il decorso della gravidanza, la documentazione sanitaria e i referti degli esami in suo possesso e la sottoporrà ad alcuni esami e controlli non invasivi e non dolorosi:

- tampone vagino-rettale per la ricerca dello Streptococco di gruppo B, un batterio spesso presente nel secreto vaginale.
- misurazione della pressione arteriosa ed esami del sangue
- ascolto del battito cardiaco del bambino
- elettrocardiogramma, qualora lei volesse accedere al percorso per la parto analgesia (epidurale).

Infine saranno programmati i successivi controlli: visite, tracciati cardiocografici, ecografie.

Ulteriori informazioni disponibili su www.ausl.mo.it/ambulatorio-gravidanza-a-termine

Cosa mettere nella valigia della mamma?

- una maglietta o una camicia da notte per il parto (qualcosa di comodo che le permetta di muoversi liberamente e che non abbia paura di sporcare);
- un accappatoio, utile sia durante travaglio sia per una comoda doccia dopo il parto.
- la biancheria per la degenza: canottiere, t-shirt, mutande monouso in carta o rete, camicie o pigiami in cotone aperte sul davanti per consentire l'allattamento, reggiseni comodi a discrezione, vestaglia, calze di cotone, asciugamani, fermacapelli, ciabatte in plastica, prodotti per l'igiene personale (spazzolino da denti, dentifricio) e quanto altro le possa far piacere. Assorbenti e detergenti intimi le saranno forniti durante la degenza.

Le auguriamo un travaglio breve ma, proprio perché questo non è prevedibile e non sempre è possibile, le consigliamo anche di mettere in valigia:

- riviste, dispositivi per l'ascolto di musica/audiolibri, riviste, libri o altro che possa farle trascorrere il tempo serenamente;
- qualche cibo leggero come, ad esempio, biscotti, succhi di frutta, miele, fette biscottate, yogurt e cioccolato.

Se lo possiede, può portare il suo cuscino dell'allattamento su cui dovrà indicare il cognome di entrambi i genitori.

Cosa mettere nella valigia del bambino?

È opportuno portare **5 cambi completi** ognuno dei quali andrà inserito in una **busta etichettata con i cognomi di entrambi i genitori** in modo da avere tutto pronto sia al momento della nascita del vostro bambino, sia per una vostra maggiore praticità.

A seconda della stagione in cui partorerà, ciascun cambio dovrà essere così composto:

- **nel periodo invernale:**
 - 1 camicino in cotone o seta senza maniche (facoltativo),
 - 1 maglietta intima o body mezza manica di lana e cotone sulla pelle oppure cotone felpato,
 - 1 tutina con i piedini oppure maglietta e pantaloni,
 - 1 paio di calzini,
 - 2 cuffiette (la prima verrà messa subito dopo il parto e quindi si sporcherà facilmente).
- **nel periodo estivo:**
 - 1 camicino di cotone o seta senza maniche (facoltativo),
 - 1 maglietta intima o body mezza manica e/o smanicato di cotone,
 - 1 tutina di cotone leggero manica lunga con piedini oppure una maglietta maniche lunghe di cotone e un paio di pantaloni con i piedini,
 - 1 paio di calzini,
 - 2 cuffiette (la prima verrà messa subito dopo il parto e quindi si sporcherà facilmente).

Durante la degenza le forniremo i pannolini, l'olio per il cambio, il detergente e le garze per la medicazione del cordone ombelicale per il neonato.

Si ricorda che l'elenco sopra indicato è puramente indicativo. Per ulteriori chiarimenti è possibile contattare le puericultrici chiamando il numero **059 659699**.

Quando recarsi in ospedale per il ricovero?

Consigliamo di recarsi in ospedale (accedendo direttamente in reparto), portando con sé la valigia della mamma e del bambino, quando le contrazioni presentano un andamento ritmico e regolare (ogni 3-5 minuti) con intensità crescente, oppure qualora di rompe il sacco amniotico con perdita di liquido e chiara sensazione di "bagnato".

Non tema di sbagliare, gli errori non esistono!

Possono esistere, invece, i dubbi che l'ostetrica e/o il ginecologo - presenti in reparto 24 ore su 24 - potranno toglierle, sia di persona che per telefono. Può sempre contattarci al numero **059 659302**.

Come accedere in ospedale?

Di norma non è necessario telefonare anticipatamente per avvertire del suo arrivo. Le chiediamo però di **avvisarci** prima di accedere al reparto telefonando al numero **059 659302 qualora:**

- sapesse di essere positiva Covid
- manifestasse i sintomi ad esso riconducibili (febbre, tosse, difficoltà respiratorie).

Cosa succede all'arrivo in reparto?

Al momento del suo arrivo le verrà fatto un tampone nasofaringeo per la ricerca del COVID-19 e un'intervista come screening per Covid-19. Sarà poi sottoposta ad alcuni accertamenti non invasivi come: la visita vaginale (per controllare la dilatazione, la posizione del bambino, il sacco amniotico ed il liquido), il controllo del battito del bimbo e, in generale, il controllo del benessere materno/fetale.

Nel frattempo, il suo accompagnatore dovrà attendere fuori dal reparto: solo in caso di effettivo ricovero potrà accedere previa intervista per Covid-19.

Se l'esito del suo tampone risultasse positivo (in assenza di gravi sintomi), non si preoccupi: verrà ricoverata presso una sala parto isolata del reparto di ostetricia. Solo in rari gravi casi è necessario il trasferimento presso il Centro Hub di riferimento dell'Ospedale Policlinico di Modena.

Durante le visite potrebbe sentirsi utilizzare un linguaggio tecnico-sanitario poco comprensibile: parole come "monitor", cioè la macchina per ascoltare o registrare il battito, o "sintocinon", cioè un farmaco utilizzato per provocare o regolarizzare le contrazioni, o ancora "tumore da parto", cioè l'edema che si forma normalmente sulla testa del bambino prima del parto.

Non abbia mai alcun timore di chiederci spiegazioni: i professionisti saranno a sua disposizione per chiarire ogni suo dubbio.

Durante il travaglio le visite vaginali di norma non sono molto frequenti ma ciò può sempre dipendere da caso a caso (e sono utili per valutare la progressione del travaglio). Ogni parto è diverso, ogni parto è unico.

La registrazione del battito cardiaco del bambino permette di valutare il suo stato di benessere e viene eseguita con modalità diverse nelle varie fasi del travaglio.

Quali posizioni durante il parto?

Se desidera fare il travaglio in acqua, è consigliabile entrare in vasca quando le contrazioni sono regolari, altrimenti rischiano di scomparire. Di solito in acqua si sta spogliati, ma nulla vieta l'uso di reggiseno, t-shirt o altro.

Una volta completata la dilatazione del collo uterino, inizierà il periodo espulsivo (le "spinte") avvertito come un bisogno irresistibile di spingere. In questa fase, se tutto procede per il meglio, potrà assumere la **posizione ritenuta più comoda**, libera di scegliere sia dentro che fuori dalla vasca. L'episiotomia viene fatta solo se necessario.

Avrà a disposizione letti da parto multifunzione e anche altri supporti utili come gli sgabelli, la palla, i materassi, la spalliera, ecc... che non le toglieranno di certo il dolore, ma che l'aiuteranno a vivere meglio questa esperienza unica.

Poi, qualunque sia la posizione adottata, nascerà il vostro bambino e se le condizioni di entrambi (mamma e bambino) lo permetteranno, lo potrai stringere subito tra le tue braccia: infatti è nostra abitudine adagiare il neonato, ben coperto, sull'addome della mamma immediatamente dopo la nascita lasciandoli a contatto diretto per qualche tempo.

Se l'andamento del travaglio-parto sarà regolare, il personale si impegnerà ad esaudire nei limiti del possibile le tue richieste.

Nel caso fosse necessario intervenire per favorire un rapido espletamento del parto o con la necessità di un taglio cesareo, tu e il papà (o il tuo accompagnatore) ne sarete informati.

Dopo il parto avverrà il secondamento, cioè l'espulsione della placenta e, solo se necessario, verranno messi eventuali punti di sutura. Questo è un momento di norma poco doloroso grazie ad un'efficace anestesia locale ma, spesso, risulta ugualmente fastidioso poiché ogni mamma, dopo il parto, vorrebbe godersi il proprio bambino ed il meritato riposo.

L'analgesia epidurale

L'analgesia epidurale è a disposizione al Punto Nascita di Carpi in forma gratuita, 24 ore su 24. È una tecnica di controllo del dolore farmacologica che determina una sedazione parziale del corpo, permettendoti di mantenere uno stato di coscienza vigile e una normale possibilità di movimento. La maggior parte delle donne può sottoporsi all'epidurale, ma sono necessari alcuni passaggi preventivi:

- la presa visione dell'informativa e dei consensi disponibili anche alla pagina dedicata del sito www.ausl.mo.it/epidurale
- l'elettrocardiogramma, che verrà eseguito all'apertura della cartella
- la firma dei consensi con il medico anestesista in reparto durante il ricovero.

E' anche possibile partecipare ad un corso informativo gratuito, rivolto alle donne **dalla 31° settimana di gravidanza** in poi e tenuto dalle ostetriche e dagli anestesisti, con l'obiettivo di approfondire le metodiche farmacologiche e non farmacologiche di contenimento del dolore in corso di travaglio di parto.

Per partecipare è necessario iscriversi compilando il form disponibile su www.ausl.mo.it/epidurale

L'analgesia epidurale sarà **effettuata solo dopo la valutazione ostetrica ed il parere favorevole del ginecologo**: infatti alcune situazioni ostetriche che si verificano durante il travaglio possono condizionarne l'esecuzione.

Donazione del sangue cordonale

Da tempo i nostri professionisti sono impegnati nella raccolta del sangue del cordone ombelicale: si tratta di una libera donazione che la mamma può fare per gli scopi terapeutici e di ricerca.

Per valutare se vi sono le condizioni per la donazione, occorre dichiarare la propria disponibilità durante il primo controllo alla 37° settimana per poi sostenere un colloquio mirato a valutare se esistono le condizioni per la donazione.

Ulteriori informazioni disponibili su www.ausl.mo.it/donazione-sangue-cordonale

Accoglienza del bambino in sala parto e contatto pelle a pelle

Solitamente il bambino viene lasciato con la mamma per il primo contatto diretto pelle a pelle, che prosegue fino al termine della prima poppata al seno. Solo dopo un prolungato contatto pelle a pelle, che favorisce l'adattamento del bambino alla vita extrauterina si procede alle prime cure al neonato (profilassi, misurazioni, medicazione cordone ombelicale). Una volta vestito, il bimbo viene riaffidato ai genitori. Nelle prime ore dopo il parto cerchiamo di lasciare insieme mamma, papà e neonato negli ambienti del travaglio oppure in stanza.

Ulteriori informazioni su www.ausl.mo.it/contatto-pelle-a-pelle

Rooming-in

Una delle scelte caratterizzanti del nostro reparto è il rooming-in totale, 24 ore su 24, così la mamma potrà sempre avere il suo bimbo accanto. Si tratta di una scelta basata sugli studi scientifici che evidenziano come sia fondamentale il rapporto mamma-neonato fin dai primi momenti di vita.

Non è una scelta di comodo, anzi, riuscire a gestire un gruppo di neonati distribuiti in un elevato numero di stanze - e non in unico nido - è un grosso impegno ben accettato da tutti i nostri professionisti per il benessere dei bimbi e lo sviluppo armonico delle famiglie.

Qualora non vi fossero le condizioni utili per il rooming-in sarà il pediatra ospedaliero a fornire tutte le spiegazioni ai neogenitori. E se per qualche motivo la neo mamma volesse applicare modalità diverse, o avesse necessità di ulteriore supporto, potrà rivolgersi alle puericultrici: il personale si adopererà per venire incontro alle esigenze del caso.

Ulteriori informazioni su www.ausl.mo.it/rooming-in

Orari di visita e organizzazione del reparto

A partire dal travaglio attivo o dai prodromi di travaglio avanzati, **il papà o l'accompagnatore potrà rimanere sempre al tuo fianco.**

Durante i giorni di **degenza** post parto, inoltre, questa persona potrà **accedere liberamente dalle 10 alle 21**, sempre indossando la mascherina. Per le mamme che lo desiderano, è possibile far entrare un secondo parente (che deve rimanere invariato per tutti i giorni della degenza) dalle 17 alle 18, sempre indossando la mascherina.

Attualmente non è concesso l'accesso in reparto ai bambini (es. fratellini/sorelline).

La dimissione

La dimissione solitamente avviene dopo circa 2 giorni in caso di parto fisiologico e dopo circa 3 giorni in caso di parto cesareo. La degenza può comunque variare in base a molteplici esigenze; quindi non vi sono rigidità nell'applicazione di queste abitudini. Al momento della dimissione i professionisti forniranno tutte le informazioni e chiarimento utili e fisseranno l'appuntamento per l'eventuale controllo successivo.

Incontri con il Punto Nascita:

- **“Nascere Insieme”**: un incontro in presenza gratuito, rivolto ai futuri genitori, con l'obiettivo di presentare il nostro Punto Nascita e la filosofia del reparto.

Per partecipare è necessario iscriversi contattando l'ambulatorio della gravidanza a termine al numero 059 659545, dal lunedì al venerdì dalle 12 alle 13:30.

- **“Partoanalgesia”**: un incontro in presenza gratuito, tenuto da ostetriche e anestesisti per parlare delle metodiche di contenimento del dolore farmacologiche (parto-analgesia e protossido) e non farmacologiche.

Per partecipare è necessario iscriversi compilando il form disponibile su www.ausl.mo.it/epidurale

- **“Ben Arrivato”**: un incontro gratuito con le ostetriche dedicato ai futuri genitori, per parlare dei cambiamenti che avvengono in famiglia nei primi giorni dopo la nascita di un neonato.

Per partecipare è necessario iscriversi contattando l'ambulatorio della gravidanza a termine al numero 059 659545, dal lunedì al venerdì dalle 12 alle 13:30.

- **“Giving Birth in Carpi”**: Monthly antenatal meetings for women from abroad in Carpi hospital (ambulatori di Ostetricia e Ginecologia. 1st floor.)

When: on the last wednesday of each month at 10:00 a.m.

With: midwives and interpreter if needed.

For info and reservation, please, call the phone number 059 659545 from monday to Friday (from 12 to 13:30 in the morning)

- **“Essere Voce, letture nel pancione”**: la voce è musica e la musica è ritmo. Il feto riconosce il ritmo della voce materna e per lui è un'esperienza globale e profonda. La voce materna è una forma di contatto emozionale già prima della nascita, dopo continua come un'estensione non corporea dell'abbraccio, del contatto materno. La voce e il suono hanno capacità di contenere e di abbracciare, di assicurare e di stabilizzare. Il neonato fin dai primi giorni riconosce brani musicali, canzoni o fiabe ascoltate ripetutamente nelle ultime settimane di gravidanza ed è in grado di distinguere la voce della madre rispetto a quello degli altri adulti, e molto presto imparerà a conoscere la voce del padre.

Per questo le ostetriche del reparto insieme alle bibliotecarie della biblioteca per ragazzi “Il Falco Magico” e mamme lettrici volontarie hanno istituito **“ESSERE VOCE”**. Per informazioni telefonare allo 059 649961.

Ulteriori informazioni sul Punto Nascita di Carpi sono disponibili nella sezione dedicata dell'Ausl di Modena accessibile dalla pagina web www.ausl.mo.it/punto-nascita-carpi.

Con i nostri più sinceri auguri.

Lo staff del Punto Nascita di Carpi