

Поздравляем вас с рождением новой жизни!



Денис Николаевич Проценко
Директор ГБУЗ «ММКЦ «Коммунарка» ДЗМ»

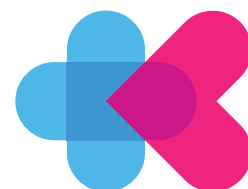
Несколько часов назад вы прошли через непростое испытание, дав жизнь вашему ребенку, и сейчас находитесь в послеродовом отделении перинатального центра ММКЦ «Коммунарка». Наш перинатальный центр построен на новой территории с нуля с учетом самых актуальных требований к безопасности, эффективности и комфорту. У нас есть высококлассные специалисты и новейшее оборудование. А кроме того, специалисты многопрофильного клинического центра могут прийти на помощь, когда требуются совместные усилия мультидисциплинарной бригады врачей. Все это дает нам возможность оказывать помощь матери и ребенку даже в очень сложных случаях. Вместе с тем мы уважаем право рожать естественно, и, если помощь медицины не требуется, у нас есть все для родов без

вмешательств - то есть, как задумано природой. После родов здоровье матери и ребенка – в руках команды опытейших специалистов, однако и здесь мы отдаем должное естественности, поэтому в нашем перинатальном центре работает лакториум, специалисты которого в круглосуточном режиме будут квалифицированно помогать вам справляться с вопросами вскармливания.

Перинатальный центр ММКЦ «Коммунарка» - не просто очередной новый родильный дом, а поистине уникальное учреждение, дающее возможность реализовывать на практике передовой мировой опыт акушерства и помощи детям. Помимо возможностей медицины мы постарались предусмотреть и удобство совместного послеродового пребывания матери и ребенка. Надеемся, вы оцените и купальную раковину со встроенным пеленальным столом, и ночную подсветку, и мини-холодильник, и многое другое.

Мы подготовили для вас полезные рекомендации о том, как правильно восстанавливаться и следить за своим здоровьем прямо сейчас и после выписки, а также уверенно ухаживать за новорожденным. Помогать вам в этом будут врачи акушеры-гинекологи и неонатологи, акушерки и детские медсестры, консультанты по грудному вскармливанию, специалисты ультразвуковой диагностики и многие другие члены нашей команды. Пожалуйста, ознакомьтесь с содержанием этого журнала, при необходимости сфотографируйте нужные страницы. Обращайтесь за любой помощью и поддержкой на сестринский пост. Будьте здоровы и счастливы! И ждем вас снова.

Мы внимательно относимся к мнению наших пациентов. Ваши отзывы и предложения отправляйте по адресу mmcc@zdrav.mos.ru, а в случае возникновения конфликтных ситуаций вы всегда можете обратиться напрямую к руководству перинатального центра в приемную, в кабинет 3079 на 3 этаже.



Правильное Начало Новой жизни

ПЕРИНАТАЛЬНЫЙ ЦЕНТР

СОДЕРЖАНИЕ:

О послеродовом отделении.....	2
Правила и распорядок дня.....	3
Вещи и передачи.....	4
Помощь для мамы и малыша.....	5
После выписки.....	6
Домашний уход за ребенком.....	7
Свидетельство о рождении.....	8
Алгоритм выписки.....	10
Фотослужба ММКЦ "Коммунарка".....	12
Детский амбулаторный центр.....	14

АКУШЕРСКОЕ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ

В послеродовое отделение родильница направляется не ранее чем **через 2 часа** после окончания родов (при физиологическом течении родов). Маму и малыша встречают акушерки послеродового отделения и транспортируют их в палату совместного пребывания. Оно предполагает, что малыш находится вместе с мамой, **кормление** в этом случае осуществляется по требованию, то есть без фиксированных пауз и привязки ко времени. **Палаты** оснащены всем необходимым оборудованием для совместного пребывания мамы и малыша: комфортными кроватями, столиком для пеленания, душевой кабиной, отдельным санузлом, холодильником и кнопками экстренного вызова.

В послеродовом отделении ежедневно проводятся **обходы врачей**. К маме приходит **акушер-гинеколог**, который ее осматривает и отвечает на все вопросы, касающиеся здоровья женщины и восстановления после родов. А малыша каждый день посещает **неонатолог**, он проводит осмотры ребенка, назначает вакцинацию и контролирует проведение необходимых скрининговых исследований ребенку, консультирует маму по вопросам состояния новорожденного и дает рекомендации по вопросам грудного вскармливания.

Во время пребывания в перинатальном центре **ребенку проводится** вакцинация против гепатита и туберкулеза, проводятся: скрининг-тест на определение слуха, кардиоскрининг на выявление критических пороков сердца, а также неонатальный скрининг на наследственные тяжелые заболевания - данный скрининг может проводиться также по месту жительства.



ПРАВИЛА И РАСПОРЯДОК ДНЯ

В ПОСЛЕРОДОВОМ ОТДЕЛЕНИИ РЕКОМЕНДУЕТСЯ СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА:

- В целях сохранения здоровья ребенка в палате необходимо поддерживать чистоту и порядок
- В палате стирать и сушить белье не рекомендуется
- Рекомендуется использование гигиенических прокладок. Женские одноразовые пеленки и прокладки нужно выбрасывать в мусорное ведро в туалетной комнате
- Рекомендуется не менее 5 раз в день подмываться (после каждого похода в туалет и кормления ребенка), ежедневно 2 раза (утром и вечером) принимать гигиенический душ с мылом, чаще лежать на животе
- После получения передачи необходимо сразу убрать продукты в холодильник, а личные вещи и пакеты – в тумбочку
- В целях профилактики послеродовых осложнений рекомендуется использование бюстгалтеров для кормления, бандажей, компрессионного трикотажа
- Режим кормления детей – по требованию (желательно через каждые 1,5-2 часа, пауза между кормлениями не должна превышать 3-х часов). Требование предполагает и сигналы ребенка, и желание матери кормить
- В каждое кормление рекомендуется давать обе груди для улучшения оттока молока, стимуляции лактации и профилактики лактостаза
- Ребенка необходимо часто подмывать под проточной водой и обрабатывать кожные покровы согласно рекомендациям неонатолога

РАСПОРЯДОК ДНЯ

- 06:00-06:30** Забор крови (на 3-и сутки после родов)
- 08:30-08:45** Завтрак
- 09:00-11:00** Врачебный обход (УЗИ органов малого таза на 3-и сутки после родов)
- 11:00-11:15** Второй завтрак
- 12:00-20:00** Выписка
- 13:00-14:00** Обед
- 16:00-16:15** Полдник
- 17:30-18:00** Ужин



ВЕЩИ И ПЕРЕДАЧИ

Послеродовое отделение Перинатального центра предоставляет самое необходимое для родильницы и ее ребенка. После родов родственники и близкие могут передать вам вещи в послеродовое отделение в моющейся сумке (пакете) из полимерных материалов.

ВЕЩИ ДЛЯ МАМЫ:

- Одноразовые трусы
- Послеродовые прокладки
- Небольшое х/б полотенце для тела
- Средства личной гигиены (мыло, зубная паста и зубная щетка)
- Резиновые тапочки для душа
- Бюстгалтер для кормящих женщин
- Крем от трещин сосков (декспантенол, ланолин)
- Бандаж абдоминальный послеоперационный (необходим для пациенток после кесарева сечения)
- Компрессионный трикотаж
- Влажная туалетная бумага

ВЕЩИ ДЛЯ РЕБЕНКА:

- Подгузники – 1 упаковка (от 2 до 5 кг)
- Влажные салфетки
- Одноразовые пеленки 6-8 шт.
- Детский гель для подмывания
- Крем защитный под подгузник
- Комплект одежды на каждый день: распашонки 2-4 шт. на сутки, боди, носочки, «антицарапки»



Передача вещей осуществляется **с 8:00 до 20:00**. Пакет с вещами необходимо оставить на специальном стеллаже на КПП № 1 (для Перинатального центра) или КПП № 4, с указанием отделения, фамилии пациентки и номера палаты. Адрес КПП № 1: ул. Сосенский Стан, д. 8, строение 11

ПОМОЩЬ ДЛЯ МАМЫ И МАЛЫША

ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА

Все вопросы, связанные с состоянием здоровья малыша, можно задать неонатологу, который ежедневно посещает маму с ребенком. А с уходом за ребенком поможет детская сестра.

ВОПРОСЫ ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ

В структуру перинатального центра входит уникальное **отделение нутритивной поддержки** с центральным молочным блоком. Главная задача отделения - обеспечить всех новорожденных в перинатальном центре максимально подходящим для них питанием. Учитывая, что **грудное молоко** матери — это идеальное питание для новорожденного малыша, **основной упор** делается на поддержку грудного вскармливания на всех этапах выхаживания. Для этого в составе отделения есть не только **молочные сестры**, которые прекрасно владеют техниками поддержки грудного вскармливания, но и **врачи-неонатологи**, которые могут оказать высококачественную консультативную помощь в вопросах грудного вскармливания, становления лактации и нутритивного статуса ребенка. Особое внимание уделяется деткам, **рожденным прежде срока**. Мамы таких малышек включаются в программу «раннего сцеживания» с целью максимально эффективной стимуляции лактации и обеспечения «торопыжек» их законным грудным молоком.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

Психологическая поддержка беременности и психологическая подготовка к родам очень важны для будущих мам. Поэтому на протяжении всей беременности, начиная с момента постановки на учет и до рождения ребенка, а также после родов у мамы есть возможность получить квалифицированную психологическую помощь. В послеродовом периоде есть риск появления тревожных или депрессивных симптомов. Будьте внимательны к своему состоянию.

Обращайте внимание на следующие признаки:

Частые слезы без видимой причины

Нарушения сна и аппетита

Ощущение беспокойства, беспричинные страхи

Чувство вины, отсутствие привязанности к ребенку

Сниженный фон настроения



Если эти симптомы сохраняются у вас более двух недель, обязательно обратитесь к специалистам! Для получения консультации психолога необходимо взять направление у врача акушера-гинеколога в женской консультации, а если вы находитесь в Перинатальном центре, обратиться к лечащему врачу с просьбой пригласить психолога.

ПОСЛЕ ВЫПИСКИ

Если мама и ребенок чувствуют себя хорошо, на 3-4 сутки после физиологических родов и 4-5 сутки после оперативного родоразрешения (кесарево сечение) происходит выписка матери и ребенка домой. Перед выпиской акушер-гинеколог разъясняет молодой маме особенности течения послеродового периода, а неонатолог дает рекомендации по уходу за малышом.

ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ НА ПЕРВОЕ ВРЕМЯ ПОСЛЕ ВЫПИСКИ:

Послеродовый период длится 6 недель. Выделения из половых путей могут продолжаться весь послеродовый период, идти равномерно, постепенно уменьшаться, могут прекратиться, а затем возобновиться, также в выделениях могут появляться сгустки.

Гигиенические прокладки необходимо менять после каждого похода в туалет, менять нательное белье - ежедневно.

В послеродовом периоде рекомендуется физический и половой покой 1,5-2 мес.

Гигиенический душ необходимо принимать 2 раза в день.

Принимать ванну и посещать сауну не рекомендуется до 1,5-2 месяцев после родов.

Посетить гинеколога женской консультации по месту жительства рекомендуется через 1 месяц после неосложненных родов и через 2 недели после осложненных. На приеме обязательно обсудите с врачом вопрос контрацепции.

С целью профилактики мастита (воспаления молочных желез) требуется соблюдать гигиену тела, нательного и постельного белья.

Ваши молочные железы выполняют свою основную функцию – лактационную. Сразу после родов в молочной железе молозиво, ценный питательный продукт, богатый иммуноглобулинами, и формирующий иммунитет ваших детей в первые месяцы жизни. На 3-4 сутки образуется переходное молоко, на 2-й неделе молоко приобретает постоянный состав и называется зрелым молоком.

Режим кормления ребенка – по требованию. На начальном этапе в каждое кормление дают ребенку обе груди. Требование предполагает и сигналы ребенка, и желание матери кормить.

Частое прикладывание ребенка к груди стимулирует приход молока и сокращение матки.

При появлении проблем с молочными железами, повышении температуры тела, появлении дискомфорта или болей внизу живота, алых кровяных выделений, резкого зловонного запаха из половых путей в течение 1 месяца после выписки из Перинатального центра обращаться:



в будние дни с 09:00 до 15:00 – в консультативно-диагностическое отделение Перинатального центра



в вечернее и ночное время, выходные и праздничные дни – в приемное отделение Перинатального центра

ДОМАШНИЙ УХОД ЗА РЕБЕНКОМ

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО УХОДУ ЗА РЕБЕНКОМ ДОМА:

Пуповинный остаток — содержать в чистоте и сухости, промывать проточной водой, не закрывать подгузником. Он должен высохнуть и отделиться. В случае воспаления, нагноения, появления неприятного запаха обратиться в поликлинику или к специалистам патронажа

Пупочная ранка — после отпадения пупочного остатка содержать в чистоте и сухости, не закрывать подгузником

Купать — через 2 дня после вакцинации БЦЖ, далее ежедневно. Температура воды 37 С. Добавлять средства для купания не обязательно

Глаза – протирать в направлении от внешнего угла к внутреннему тампоном, смоченным теплой водой

Ногти — стричь после 2 недель жизни.

Кожа — обрабатывать складки ежедневно ватным тампоном, смоченным теплой водой. При необходимости обрабатывать кожу под подгузником кремом, содержащим оксид цинка

Нос, уши — без показаний не обрабатывать

Гулять — на следующий день после выписки, при хорошей погоде. Начинать с 20 минут, постепенно увеличивать время. Необходимо защищать ребенка от прямых солнечных лучей. Избегайте как переохлаждения, так и перегрева, не кутайте ребенка



ВЫПИСКИ И СПРАВКИ

При выписке акушер-гинеколог выдает женщине ее выписной эпикриз и талон № 2, который содержит информацию о родильнице и течении родов. Талон № 2 и выписной эпикриз следует передать врачу женской консультации. Неонатолог выдает выписной эпикриз на ребенка и талон № 3, который содержит информацию о новорожденном для детской поликлиники. Сразу при получении рекомендуется ознакомиться с данными в выписных эпикризах и тщательно их проверить.

Возможно оформление талонов 2 и 3 в электронном виде. В таком случае на руки выдаются только выписные эпикризы. Талоны поступают в поликлиники автоматически.

СВИДЕТЕЛЬСТВО О РОЖДЕНИИ

В Перинатальном центре молодая мама получает первый документ ребенка – медицинское свидетельство о рождении, в котором указан день, месяц, год, время суток, медицинская организация, город, страна, пол и параметры, с которым малыш появился на свет. Здесь же указывают фамилию, имя, отчество и год рождения мамы, номер медицинской карты мамы и фамилию врача, который помогал ребеночку появиться на свет.

На основании медицинского свидетельства о рождении сотрудники МФЦ, работающие в Перинатальном центре, могут оформить свидетельство о рождении вашего ребенка.

НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ ДЛЯ ОФОРМЛЕНИЯ СВИДЕТЕЛЬСТВА О РОЖДЕНИИ ДЛЯ ГРАЖДАН РФ

Родители состоят в официальном **браке**:

- ♥ Свидетельство о браке
- ♥ Паспорта обоих родителей
- ♥ Медицинская справка о рождении (выдается в роддоме)

Родители в разводе/брак признан недействительным/супруг умер менее 300 дней назад:

данные об отцовстве вносятся на основании свидетельства о браке

Если отец ребенка не состоит в официальном браке с его матерью, одновременно со свидетельством о рождении оформляется свидетельство об установлении отцовства.

Родители **не состоят** в официальном браке:

- ♥ Паспорт матери
- ♥ Медицинская справка о рождении (выдается в роддоме)
- ♥ Установление отцовства

Если мама является единственным родителем, то в графе «отец» ставится прочерк.



Установление отцовства можно оформить в Перинатальном центре вместе с оформлением свидетельства о рождении. Для этого потребуются:

- ♥ Паспорта родителей ребенка
- ♥ Медицинская справка о рождении
- ♥ Личное присутствие папы и его заявление об установлении отцовства
- ♥ Оплаченная госпошлина за регистрацию установления отцовства в размере 350 рублей

Если мать ребенка, состоящая в зарегистрированном браке, заявляет, что ее **супруг не является отцом** ребенка и просит указать в записи акта о рождении отцом иное лицо, необходимо письменное заявление супруга матери, в котором он подтверждает, что не является отцом ребенка, родившегося у его супруги.

ДЛЯ ИНОСТРАННЫХ ГРАЖДАН:

Родители в официальном браке:

- ♥ Оригинал свидетельства о браке и его нотариально заверенный перевод.
- ♥ Оригиналы паспортов обоих родителей и их нотариально заверенные переводы.
- ♥ Медицинская справка о рождении.

Родители не состоят в официальном браке:

- ♥ Оригиналы паспорта матери и его нотариально заверенный перевод.
- ♥ Медицинская справка из роддома

Для установления отцовства потребуется:

- ♥ Оригиналы паспортов родителей ребенка и их нотариально заверенные переводы.
- ♥ Медицинское свидетельство о рождении
- ♥ Личное присутствие и заявление об установлении отцовства от папы.
- ♥ Оплаченная госпошлина за регистрацию установления отцовства в размере 350 рублей

Если родители не хотят указывать отчество (отец иностранец с двойным именем или имя не склоняется), желают присвоить ребенку фамилию по имени деда или добавить к фамилии/имени КЫЗЫ или ОГЛЫ, необходимо обращаться в консульство за справкой.

АЛГОРИТМ ВЫПИСКИ ДОМОЙ

1 По результатам осмотра акушера-гинеколога и неонатолога принимается решение о выписке. На акушерском посту маме необходимо указать удобное время для выписки, выбрав из предложенных временных интервалов. Необходимо указать ФИО встречающих, номер палаты, автомобиль, на котором приедут родственники.

2 За несколько часов до планируемой выписки мама получает рекомендации по уходу за ребенком и по течению послеродового периода. Маме выдают два выписных эпикриза: собственный и детский.

3 За 15 минут до планируемой выписки неонатальная сестра спускает ребенка и маму в выписную комнату на 1 этаж. При наличии одежды с собой в палате мама может переодеться в отделении, если вещи на выписку передали родственники - то в выписной комнате. Родственники передают вещи для ребенка и мамы медсестре. Мама забирает свои вещи в кладовой, если она оставила их до родов. В выписной комнате медсестра одевает ребенка, в это же время по желанию мамы возможна фото- и видеосъемка.

4 Медсестра провожает мать и ребенка в выписной холл. Там происходит встреча с близкими, звучат поздравления, по желанию проводится фото- и видеосъемка. Всех провожают к выходу.

ПЕРИНАТАЛЬНЫЙ ЦЕНТР РАСПОЛОЖЕН НА ТЕРРИТОРИИ В КОРПУСЕ 7

На общественном транспорте: м. Ольховая, далее 7 минут пешком по пешеходной дорожке до КПП 1

от м. Теплый Стан:
- маршрутные такси 895, 577 автобусы 991, 512, 878, 577, 531, 531К (КПП 1)
- 1170, 512, 531, 577, 878, С19 (КПП 2)

На личном автомобиле: – до КПП 1 - далее пешком по схеме. Бесплатная парковка вдоль Юдинского бульвара. – до КПП 4 - с Юдинского бульвара повернуть налево на ул. Блохина, далее поворот налево за подстанцией Скорой помощи на большой красный указатель «Парковка перинатального центра».

На выписку заезд через КПП 1 и КПП 4, сказать ФИО пациентки и кодовое слово ВЫПИСКА.

Для сопровождающих лиц: Уважаемые пациенты и сопровождающие! На территории ММКЦ «Коммунарка» одностороннее движение. Проектом медицинского комплекса не предусмотрены парковочные места на территории. Личные автомобили могут помешать проезду машин «Скорой помощи». Спасибо за понимание!



ФОТОСЛУЖБА ММКЦ "КОММУНАРКА"

Мы - команда профессионалов. Осуществляем фото и видео съемку в нашем центре, а именно:

торжество выписки.

Фотосъемка выписки - это тонкий и деликатный процесс, к которому мы относимся с должной ответственностью и тактом. Нам важны искренние чувства и эмоции первой встречи, первых объятий. Это то, что остается навсегда в семейном архиве.

Наши преимущества:

- ♥ Большой стаж наших фотографов, умение работать с новорожденными детьми, все необходимые медицинские анализы и документы для работы в медицинском учреждении
- ♥ Возможность сохранить трогательные кадры первых дней нахождения малыша в роддоме
- ♥ Доступ в закрытые зоны, такие как палаты и пеленальные комнаты
- ♥ Политика конфиденциальности
- ♥ Печать уникальной фотокниги с самыми яркими кадрами





Наши пакеты:

- ♥ **Пакет "Фотозона"** - около 30 фото в электронном виде, 5 из них в ретуши.
- ♥ **Пакет "Выписка"** - около 50 фото в электронном виде, 10 в ретуши на усмотрение фотографа. Напечатаем 10 отретушированных фото в ПОДАРОК.
- ♥ **Пакет "Фото и видео"**
Около 50 фото в электронном виде, 10 в ретуши. Видео около 3-х минут. Напечатаем 10 отретушированных фото в ПОДАРОК. Рекомендуем добавить видео из личного архива, чтоб получился полноценный фильм.
- ♥ **Пакет "Сторителлинг"**
История рождения вашего малыша. Мы вместе с вами будем работать над этой историей. Собирать видеозаписи с момента вашей беременности (например, как ездили на узи, собирались в родильный дом, небольшие интервью бабушек, дедушек, сестренки и братиков, как они ждут появления крохи на свет). Можно заснять первые дни малыша дома. Мы будем снимать не только фото, но и видео вашей выписки, а далее все материалы смонтируем в один 10-минутный Фильм - историю! Бонус фотосъемка выписки.
- ♥ **Съемка «Ньюборн»**
Малыши очень быстро растут, особенно в период до года, и хочется запечатлеть каждый день, важные даты и успехи. Фотосессия новорожденных в стиле «Newborn» - отличное решение. У каждой семьи должна быть история и семейные реликвии, которые бережно хранятся из поколения в поколение.

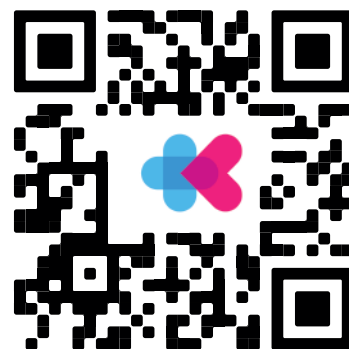


Находимся мы в перинатальном центре
(там, где происходит выписка).

☎ +7 (985) 850-09-69

@ Fotokommunarka@yandex.ru

VK fotokommunarka
@foto.kommunarka



ДЕТСКИЙ АМБУЛАТОРНЫЙ ЦЕНТР ММКЦ «КОММУНАРКА»

НАБЛЮДЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТОВ:

- Невролог
- Оториноларинголог (сурдолог)
- Педиатр
- Хирург-ортопед
- Офтальмолог
- Неонатолог
- Пульмонолог
- Консультанты по грудному вскармливанию
- Консультации психологов (индивидуальные и семейные)

ДИАГНОСТИКА:

- Ультразвуковые исследования
- Лабораторные исследования
- Неонатальный скрининг
- Электрокардиография
- Электроэнцефалография с видеомониторингом

АБИЛИТАЦИЯ:

- ЛФК
- Массаж
- Кинезиотейпинг
- Физиотерапия
- Остеопатия

ВАКЦИНАЦИЯ И ИММУНИЗАЦИЯ

- Составление индивидуального графика прививок
- Иммунизация препаратом «Синагис» детей из групп риска в эпидсезон



Сосенский стан, д. 8, стр. 5, корп. 7,
Перинатальный центр, 1 этаж
с 9:30 до 18:00

☎ +7 (495) 744-07-03

📍 +7 (915) 312-35-94

@ detstvo.cvl@mmccdzm.ru

