

## Kodusünnituse järgse koduviisi protokoll

Naise nimi, isikukood		Aadress, telefon		Ämmaemand, nimi ja kood	Perearsti nimi, perearstikeskus
		e-post			
Esmane visiit	korduv visiit	visiidi kuupäev	sünnitusjärgne päev	visiidi algus ja lõpp kl	
Naise anamnees					
Raseduse kulg					
Sünnituse kulg (sh. sünnitusviis, sekkumised, valutustamine jne.)					
Sünnitusjärgse perioodi ja imetamise kulg* (sh nahk-naha kontakti kestvus, mitmendal minutil esimene imetamine jne.)					
Lapse sj perioodi kulg, riskid, diagnoosid, ordinatsioonid					
Vaktsineerimine	TBC		B-hepatiit		
Skriining	ainevahetushaigused		OAE		
Kaebused hetkel, kasutatavad ravimid	ema		laps		
Keskkond, turvalisus					
Juriidilised teemad (sünni reg., toetused)					
Tulevikuplaanid (kool, töö)					
Soovitused					
Järgmise visiidi plaan					
Ambulatoorse konsultatsiooni/hospitaliseerimise vajadus					

## I OSA - NAISE FÜÜSILINE TAASTUMINE JA LÄBIVAATUS

Üldseisund	Seisundi kirjeldus			Kaebused, kommentaarid, abistamine, nõustamine
Kehatemperatuur	RR	pulss	HS	
Tursed	näos	kätel	jalgadel	
Nahk, limaskestad	norm	kahvatu	lööve	
<b>Emakas</b>				
emakapõhi naba suhtes	naba kõrgusel	..... cm allpool naba		
emaka toonus	normotooniline	hüpotooniline		
<b>Lohhiad</b>				
Värvus	<i>rubra</i>	<i>fusca</i>	<i>alba</i>	
Hulk	rohke	vähene	puudub	
Lõhn	norm	lehkav		
Hüübed	esineb	ei esine		
<b>Perineum</b>				
intaktne	paranemas	paranenud		
episiotomia haav, rebend	õmblused säilinud	osaliselt lahti	kõik lahti	
põletikutunnused	tursevaba	turses		
punetus	eritis	verevalumid		
<b>Eritamine</b>				
defekatsioon	Iga päev	2-3 p järel	harvem	
hemorroidid	esineb	ei esine		
urineerimine	vaba	valulik		
inkontinents	esineb	ei esine		
muu				
<b>Valu</b> (esinemine, tugevus VAS)		<b>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10</b>		
peavalu	esineb	ei esine		
emakavalu	esineb	ei esine		
seljavalu	esineb	ei esine		
perineumi valu	esineb	ei esine		
muu	esineb	ei esine		
<b>Puhkus/uni</b>				
<b>Toitumine ja vedeliku tarbimine</b>				
<b>Füüsiline aktiivsus</b>				

## II OSA - NAISE EMOTSIONAALNE STAATUS JA TOIMETULEK

### Emotsionaalne staatus. Emadusmasenduse, sünnitusjärgne depressiooni, psühhoosi esinemine

rahulik, positiivne	üliaktiivne	apaatne
nutuvalmidus	hirmunud	ärev
mure lapse pärast	mure enda pärast	mure pereliikmete pärast
üksindustunne	enesekindluse puudumine	muu

### Valmidus rääkida sünnituskogemusest, naise hinnang

--

### Vajadused ja kohanemine

vajaduste väljendamine	
info otsimine	
info mõistmine ja kasutamine	
uue rolliga kohanemine	
elustiili kohandamine	
ressursside hindamine ja kasutamine	
muu	

### Enesehooldusvajaduse mõistmine ja hindamine

--

### Kontakt lapsega

positiivsus	
teadlikkus lapse vajadustest	
lapse vajadustele vastamine	
lapse nime kasutamine, silma vaatamine, spontaanne rääkimine lapsega, puudutamine, sülle võtmine, turvaline hoidmine	
isa kaasatus hooldusse	
perekonna kaasamine kontakti	

### Seksuaalsus

suguelu turvaline alustamine	
ohutunnused	
teadlik piirangutest	

### Kontratseptsioon

kontratseptsiooni-vahendi valik	
---------------------------------	--

### Tugisüsteemid (vajadused ja toimetulek)

kodutööd, lastehooldus, emotsionaalne toetus partnerilt, perelt, sõpradelt, väline abi	
--	--

### III OSA - RINNAD JA IMETAMINE

#### Ootused, plaanid ja kaebused seoses imetamisega

<b>konsistents</b>	pehme <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	paisunähtudega <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p		
<b>nibuväli</b>	terve <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	punetav <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p		turseline <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p
<b>nibu</b>	terve <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	lame <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	sissetõmbunud <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	lõhe <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p
<b>eritis nibust</b>	ternespiim <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	piim <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	mädane eritis <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	veresegune eritis <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p
<b>valu lokalisatsioon ja tekke aeg</b>	nibust <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	turvest <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	lümfisõlmedest <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	ummistunud juhast <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p
	enne	ajal	järel	kestvus
<b>punetus</b>	ühtlane <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p	väätidena <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p		laikudena <input type="checkbox"/> v <input type="checkbox"/> p
<b>rindade lisastimulatsioon</b>	käsitsi	pumbaga	algus	sagedus
<b>rinnahooldus</b>				
<b>tähelepanekud</b>				
<b>Rinnaga toitmine</b>				
<b>Sagedus</b> (kordade arv ööpäevas)				
<b>toitmiskorra kestvus</b>				
<b>imetamisasend</b>				
<b>imemise võte</b> (imemise tugevus, neelamis-liigutused, hääled imemisel jne)				
<b>ema-lapse koostöö</b>				
<b>toidu tagasiheide, oksendamine</b>				
<b>kasutatakse rahustamiseks, uinutamiseks</b>				
<b>Piimaseguga toitmine</b>				
<b>mitmendast elupäevast?</b>				
<b>näidustus</b>	alustatud sünnitusmajas		alustatud kodus	
<b>sagedus</b>				
<b>ajastus (enne/pärast imetamist)</b>				
<b>kogus ühel toitmiskorral</b>				
<b>toitmise viis (pudel, tops, lusikas, süstal)</b>				
<b>muu</b>				

## IV OSA - VASTSÜNDINU LÄBIVAATUS

<b>vanus päevades</b>		<b>sünnikaal</b>		
<b>kaaluive</b>	<b>kaal hetkel</b>			
<b>Elulised näitajad</b>				
<b>Seisundi kirjeldus, kommentaarid, abistamine, nõustamine</b>				
hingamine regulaarne	abilihased kaasatud	hingeldus	apnoe	
oiglemine	tsüanoos	kahvatus		
südamerütm regulaarne	tahhükardiline >160	bradükardiline <100		
temperatuur				
<b>Üldseisund</b>				
hea	rahuldav	raske		
rahulik	rahutu	kergesti erutuv		
aktiivne	loid	unine	viril	
<b>Nutt</b>				
<b>iseloom</b>	jõuline	nõrk	kiljuv	oiglev
<b>sagedus</b>	puudub	harva	tihti	pidev
<b>Pea</b>				
pea ümbermõõt				
lõgemed	avatud	lamedad	nutmisel pinges	
turse	hematoom	sünnimuhk		
<b>Suu</b>				
keelekida	limaskest puhas	soor		
<b>Silmad</b>				
puhtad <input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> P	laugude turse <input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> P			
vesine eritis <input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> P	laugude punetus <input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> P			
verevalumid <input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> P	mädane eritis <input type="checkbox"/> V <input type="checkbox"/> P			
<b>Nina</b>				
eritis	hingamistakistus			
<b>Nahk</b>				
<b>värvus</b>	roosa	kahvatu	tsüanootiline	ikterus
<b>elastsus</b>	normaalne		vähenenud	
<b>turgor</b>	normaalne		langenud	
<b>lööve</b>	higilööve	toksiline erüteem	püodermia	
<b>verevalum</b> (lokalisatsioon)				
<b>haudumus</b> (lokalisatsioon)	voltide punetus	leemendus	veritsus	
<b>Kõht</b>				
pehme	pinges		puhitunud	
<b>Naba</b>				
irdumas	irdunud		paranenud	
kuiv	leemendav	punetus	lõhn	
<b>Urineerimine</b>				
sagedus	värvus	lõhn		
dehüdratsiooni tunnused	genitaalid			
<b>Roojamine</b>				
sagedus	värvus	konsistents		
lõhn	koolikad	gaaside väljutamine	abistamise vajadus	
<b>Neuroloogiline leid</b>				
jäsemete toonus	õlavöötme toonus	treemor		
eakohased refleksid	rkamisreaktsioon (raskesti äratav, ärkab erutunult)			

liigutuste sümmeetria	pea hoidmine	silma vaade
<b>Vastsündinu hooldus</b>	<b>mõistmine (jah/ei)</b>	<b>oskused (jah/ei)</b>
füüsiline kontakt		
emotsionaalne kontakt		
turvalisus		
naha ja näo hooldus		
küünte hooldus		
naba hooldus		
mähkmepiirkonna hooldus		
toitmine		
eritamine		
vannitamine		
riietus, riietamine		
magamisasendid ja uni		
magamisaseme ohutus		
sensoorne stimulatsioon		
õueskäimine ja karastamine		
haiguste tunnused		
pere kaasatus hooldusse		
hooldusvahendite kasutamine		
hooldusvead		
<b>Ravimite manustamine</b>		
D-vitamiin (firma)	annus	sagedus
Gaasiravimid		
Muu		