

Poradnik Pacjenta: W czym pomoże położna i jak ją wybrać

NFZ

Położna jest członkiem zespołu medycznego

Położna jest samodzielnym zawodem medycznym. Nie podlega bezpośrednio lekarzowi, ale jest równoprawnym członkiem zespołu medycznego. Może pracować nie tylko w szpitalu czy poradni położniczo-ginekologicznej, ale również w przychodni podstawowej opieki zdrowotnej. Wiele położnych rodzinnych prowadzi także własne praktyki w ramach umowy z NFZ, w których świadczą specjalistyczne usługi tj.:

- prowadzenie ciąży
- edukację przedporodową indywidualnie lub grupowo w ramach szkoły rodzenia
- badanie KTG
- badanie USG
- wizyty domowe u noworodka, niemowlęcia i kobiety w porożu
- konsultacje laktacyjne
- sprawowanie opieki po operacjach ginekologicznych lub ginekologiczno-onkologicznych.

*- Położna jest samodzielnym zawodem medycznym, a zakres jej samodzielności wynika z procesu kształcenia przygotowującego do wykonywania tego zawodu. Natomiast rola położnej w systemie ochrony zdrowia wynika z ustawowych regulacji prawnych wskazujących na to, że wykonywanie zawodu położnej polega na udzielaniu określonych świadczeń zdrowotnych - zaznacza **prof. Grażyna Iwanowicz-Palus**, położna, specjalistka w dziedzinie pielęgniarstwa położniczego i pielęgniarstwa rodzinnego oraz w dziedzinie zdrowia publicznego.*

Położna dba o zdrowie kobiet

Zadaniem położnej jest dbanie o zdrowie każdej kobiety. Z jej pomocy mogą skorzystać panie, które zmagają się z chorobą ginekologiczną lub onkologiczną. Młode dziewczyny wchodzące w okres dojrzewania, czy kobiety, które przechodzą właśnie trudny proces menopauzy. Jej wiedza i doświadczenie bardzo często okazują się niezwykle pomocne również dla kobiet, które planują założenie rodziny, mają jednak obawy lub wątpliwości związane z macierzyństwem.

Położna zachęca także do regularnych badań profilaktycznych: cytologii, samobadania piersi, USG piersi, mammografii, czy profilaktycznego USG narządów rodnych.

Na każdym etapie życia kobiety pomaga jej zrozumieć zachodzące w jej organizmie zmiany i daje wskazówki jak dbać o zdrowie. W przypadku niepokojących objawów kieruje na odpowiednie badania lub do lekarza specjalisty.

Z pomocy położnej może skorzystać każda kobieta, która jest ubezpieczona w Narodowym Funduszu Zdrowia. Wizytę możesz umówić w swojej przychodni POZ lub gabinecie położnej POZ.

WAŻNE!

Każda kobieta ciężarna w okresie ciąży i do 6 tygodni po porodzie ma prawo do korzystania ze świadczeń opieki zdrowotnej bez względu na to czy jest ubezpieczona czy nie. Warunkiem jest posiadanie obywatelstwa polskiego i miejsca zamieszkania w Polsce.

Czy wiesz, że...

Rak piersi to najczęściej występujący nowotwór złośliwy u kobiet. Rocznie dowiaduje się o nim aż 20 tysięcy kobiet. W początkowym okresie nie daje on żadnych objawów, a wcześniej wykryty jest uleczalny.

[PRZECZYTAJ, TO WAŻNE: Rak piersi – jak mu skutecznie zapobiegać?](#)

Jak wybrać położną POZ?

Każda kobieta powinna wybrać swoją położną. Możesz to zrobić przez:

- pisemną deklarację wyboru położnej POZ w wybranej przez Ciebie przychodni POZ lub indywidualnie u położnej POZ, która podpisała kontrakt z NFZ
- wysłanie deklaracji wyboru położnej POZ w formie elektronicznej, podpisaną kwalifikowanym podpisem elektronicznym, podpisem zaufanym lub podpisem osobistym
- [Internetowe Konto Pacjenta otwiera się w nowej karcie:](#)
 - zaloguj się do swojego IKP
 - wejdź w zakładkę „Moje konto”
 - na dole strony, pod śródtytułem „Twoja Podstawowa Opieka Zdrowotna (POZ)”, znajdź właściwą pozycję i kliknij „Wypełnij deklarację”
 - wybierz placówkę/ przychodnię POZ
 - wybierz położną POZ i kliknij zatwierdź.

WAŻNE!

Dwa razy w roku kalendarzowym bezpłatnie i bez podawania przyczyny możesz zmienić położną POZ. Za każdą kolejną zmianę zapłacisz 80 zł. Położną POZ zmienisz przez złożenie nowego druku deklaracji w wybranej przez siebie przychodni lub gabinecie położnej POZ.

[Dowiedz się więcej o podstawowej opiece zdrowotnej \(POZ\)](#)

Położna, nie tylko w szpitalu

Położna POZ najczęściej przyjmuje w gabinecie położnej w przychodni:

- od poniedziałku do piątku w godzinach 8:00 – 18:00 (z wyłączeniem dni ustawowo wolnych od pracy)
- w terminie uzgodnionym z pacjentką
- w terminie określonym w treści zlecenia lekarskiego lub skierowania
- jeśli stan zdrowia kobiety tego wymaga – w dniu zgłoszenia.

Świadczenia położnej rodzinnej realizowane są również w domu pacjentki, w przypadku uzasadnionym medycznie np. położu oraz podczas wizyt patronażowych w opiece nad noworodkiem, zgodnie z harmonogramem pracy przychodni POZ.

Opieka profilaktyczna położnej

Do zadań położnej w zakresie profilaktyki należą m.in.:

- profilaktyka chorób kobiecych i patologii położniczych
- rozpoznanie problemów zdrowotnych
- przygotowanie kobiety i jej rodziny do porodu, położu i rodzicielstwa
- edukacja w zakresie zapobiegania zakażeniom HIV i chorobom przenoszonym drogą płciową
- edukacja w zakresie szczepień ochronnych.

Położna - opieka okołoporodowa nad kobietą w ciąży

Położna POZ jest nie tylko specjalistką z zakresu medycyny, ale także wsparciem emocjonalnym i źródłem cennych informacji. Dlatego po otrzymaniu informacji, że jesteś w ciąży, jednym z pierwszych kroków powinien być kontakt z położną rodzinną.

Nawet jeśli czujesz się dobrze i nie masz żadnych specjalnych trosk lub obaw, regularne kontrole prenatalne są kluczowe dla monitorowania zdrowia Twojego i dziecka. Położna rodzinna może pomóc Ci zrozumieć, czego możesz oczekiwać w kolejnych etapach ciąży, a także jak najlepiej przygotować się do porodu i opieki nad noworodkiem.

Edukacja przedporodowa położnej POZ

Kobieta ciężarna ma prawo do bezpłatnej opieki okołoporodowej od 21. tygodnia ciąży oraz w położu – do 8. tygodnia życia dziecka. Niezależnie od opieki osoby prowadzącej ciążę i zajęć w szkole rodzenia.

Wizyty edukacji przedporodowej położnej POZ odbywają się na NFZ:

- od 21. do 31. tygodnia ciąży – raz w tygodniu, maksymalnie 10 wizyt
- od 32. tygodnia ciąży – dwa razy w tygodniu, maksymalnie 16 wizyt.

Łącznie, jako ciężarna, możesz odbyć 26 wizyt z położną POZ. Spotkania odbywają się w dogodnych dla obu stron terminach. Warto pamiętać, że ma to miejsce od poniedziałku do piątku, w godzinach pomiędzy 8:00 a 18:00.

- W Polsce opiekę nad kobietami ciężarnymi o prawidłowym przebiegu ciąży oraz podczas porodu i położu fizjologicznego mogą samodzielnie sprawować położne. Kobieta w okresie ciąży powinna uzyskać praktyczne i teoretyczne przygotowanie do porodu, położu, karmienia piersią i rodzicielstwa w formie grupowej lub indywidualnej. To kobieta decyduje, jaką formę edukacji przedporodowej wybierze. Dzięki takim spotkaniom edukacyjnym możliwe jest zminimalizowanie lub zniwelowanie dyskomfortu związanego z tak często spotykanym lękiem i obawami w okresie okołoporodowym, wynikającymi z niedostatecznej wiedzy i umiejętności. Podczas tych edukacyjnych spotkań z położną

POZ ciężarna może lepiej przygotować się do zmian i wyzwań związanych z nową sytuacją życiową – podkreśla **prof. Grażyna Iwanowicz-Palus**.

Położna - opieka nad noworodkiem

Po narodzinach dziecka opieka położnej się nie kończy. Wiele położnych świadczy opiekę w okresie poporodowym, podczas której monitorują stan zdrowia matki i dziecka, pomagają w karmieniu piersią i opieką nad noworodkiem.

Położna wspiera mamę w nawiązywaniu silnej więzi z dzieckiem, co jest kluczowe dla rozwoju emocjonalnego i psychicznego maluszka. Położna pomaga radzić sobie z fizycznymi i emocjonalnymi zmianami, które następują po porodzie, choćby zmęczenie, ból, zmiany nastroju i obawy związane z opieką nad narodzonym dzieckiem.

Położna POZ jest zobowiązana przyjść na wizytę patronażową, do 48 godzin od czasu uzyskania informacji o powrocie do domu mamy z dzieckiem. Do 2. miesiąca życia niemowlęcia, położna powinna odbyć 4-6 wizyt patronażowych.

Położna POZ opiekując się kobietą w połogu i dzieckiem przez 8 tygodni po porodzie:

- będzie czuwać nad prawidłowym powrotem matki do formy i prawidłowym rozwojem dziecka
- udzieli wsparcia i wskazówek w przypadku wystąpienia wątpliwości i problemów dotyczących zdrowia i pielęgnacji oraz związanych z karmieniem piersią.

Czy wiesz, że...

- Badania noworodka czy szczepienia powinny być wykonywane w obecności rodziców lub opiekunów prawnych dziecka.
- Po zakończeniu wizyt patronażowych, po ukończeniu przez dziecko 8. tygodnia życia, położna POZ przekazuje opiekę nad niemowlęciem pielęgniarce POZ. Nadal jednak opiekuje się mamą, której udziela wsparcia w zakresie karmienia piersią i poradnictwa laktacyjnego.

*Położna POZ w zakresie opieki nad noworodkiem w ramach wizyt patronażowych jest przede wszystkim wsparciem dla matki. Wspiera ją w tworzeniu więzi z dzieckiem, ocenia stan zdrowia noworodka, obserwuje jego rozwój fizyczny. Położna również edukuje rodziców w zakresie czynności higienicznych u noworodka, tj. kąpiel, pielęgnacja skóry i kikutu pępownicy oraz informuje o obowiązkowych szczepieniach ochronnych i badaniach profilaktycznych. Dokonuje także oceny sposobu i technik karmienia, zachęca matkę do karmienia naturalnego, udziela porady laktacyjnej, pomaga w rozwiązywaniu problemów związanych z laktacją – zauważa **prof. Grażyna Iwanowicz-Palus**.*

Położna - opieka pielęgnacyjna położnej nad kobietą w schorzeniach ginekologicznych i onkologicznych

Położna POZ jest również wsparciem dla kobiet po operacjach ginekologicznych lub ginekologiczno-onkologicznych. Podczas wizyt domowych położna realizuje opiekę pielęgnacyjną od momentu wypisu ze szpitala do całkowitego zagojenia się rany pooperacyjnej (na podstawie skierowania od lekarza specjalisty wystawionego w związku z zakończeniem leczenia szpitalnego).

Do jej zadań należy m.in.:

- pielęgnowanie rany pooperacyjnej
- podawanie leków różnymi drogami i technikami zleconymi przez lekarza, wykonywanie iniekcji domięśniowych, dożylnych i śródskórnych
- zdejmowanie szwów
- cewnikowanie pęcherza moczowego u kobiet i usuwanie cewnika
- wykonywanie zabiegów z zastosowaniem ciepła i zimna
- prowadzenie ćwiczeń usprawniających
- ustalanie diety kobiety zgodnie z jej potrzebami.

Badanie cytologiczne u położnej

Położne z umową z Narodowym Funduszem Zdrowia mają możliwość pobierania wymazu do badania cytologicznego. Nie ma konieczności umawiania wizyty lekarskiej.

[SPRAWDŹ: Czy Twoja położna realizuje program profilaktyki raka szyjki macicy i umów się na badanie cytologiczne na NFZ otwiera się w nowej karcie](#)

*- Badanie cytologiczne jest jednym z najważniejszych elementów profilaktyki raka szyjki macicy. Dzięki badaniu możliwe jest wykrycie nieprawidłowych komórek w szyjce macicy, z których może rozwinąć się nowotwór. W początkowym stadium raka szyjki macicy nie ma żadnych objawów. Nowotwór może rozwijać się w ten sposób nawet przez 3-10 lat. Dolegliwości pojawiają się dopiero, gdy guz nacieka sąsiednie tkanki lub daje przerzuty do węzłów chłonnych i innych narządów. Same objawy również nie są charakterystyczne i mogą zostać pomyłone z innymi problemami ginekologicznymi (krwawienia między miesiączkami, bóle podbrzusza, upławy). To właśnie brak objawów przez długi czas jest główną przyczyną zbyt późnego wykrycia raka szyjki macicy, a tym samym złego rokowania. **Należy podkreślić, że rak szyjki macicy wykryty we wczesnym stadium jest uleczalny z bardzo wysoką skutecznością, dlatego badanie powinno być wykonywane regularnie. Tylko badanie cytologiczne jest w stanie wykryć zmiany na wczesnym etapie. Trwa kilka minut, a może uratować nam życie** - podkreśla prof. Grażyna Iwanowicz-Palus.*

Bądź odpowiedzialna. Badaj się, by żyć

Cytologia nie boli, a ratuje życie

Badanie cytologiczne polega na pobraniu materiału z szyjki macicy za pomocą małej szczoteczki. Następnie w laboratorium badane są mikroskopowo pobrane komórki nabłonka. Dzięki temu można wykryć nawet najmniejsze nieprawidłowości. Wcześniej wykryte zmiany w komórkach szyjki macicy, można całkowicie wyleczyć. **Każda kobieta po 25. urodzinach powinna regularnie wykonywać profilaktyczne badania cytologiczne.**

Jak się przygotować do cytologii?

- Przed badaniem nie należy stosować żadnych leków dopochwowych.
- Nie należy zgłaszać się na badanie w czasie krwawienia miesięczkowego.
- Przed pobraniem materiału z szyjki macicy nie należy przeprowadzać badania

ginekologicznego lub USG przezpochwowego.

- Należy powstrzymać się od współżycia na 1-2 dni przed planowanym badaniem cytologicznym.

Posłuchaj, co mówią eksperci

Jaki wykryć raka szyjki macicy? Jak często kobiety powinny wykonywać cytologię? Na te i inne pytania odpowiada **prof. Mariusz Bidziński**, konsultant krajowy w dziedzinie ginekologii onkologicznej i Ida Karpińska, prezeska Organizacji na rzecz Walki z Rakiem Szyjki Macicy „Kwiat Kobiecości”.