

Birth Plan Esa-Chalim

Berikut adalah rencana persalinan dan perawatan bayi baru lahir yang kami inginkan. Kami sadar bahwa proses kelahiran yang kami inginkan ini hanya dapat dilaksanakan apabila bayi dalam kondisi berikut:

- bayi baru lahir cukup bulan atau hampir cukup bulan (>35 minggu),
- berat lahir lebih dari 2000 gram
- bayi didiagnosa Normal
 - langsung menangis saat lahir
 - seluruh tubuhnya tampak kemerahan, tidak pucat dan tidak biru
 - gerakannya aktif
 - refleks hisap menyusu kuat
- tidak ada tanda-tanda patologi, sejak kelahiran sampai dipulangkan ke rumah.

Nama ibu: Esa Puspita G. (Esa)

Tanggal perkiraan lahir: 22 Juli 2017

Nama dan no telpon suami: Abdul Chalim (Chalim) – 0852-2079-5095

Pendamping persalinan: hanya suami

Proses persalinan: normal spontan, alami, aktif

Tempat persalinan: Bidan Farida Agustiani

Penolong persalinan: bidan Farida dan asisten

Kala I

1. Tetap aktif mobile/bergerak
2. Didampingi suami
3. Makan minum cukup, dan tersedia camilan (kurma, madu)
4. Membiarkan ketuban pecah secara spontan
5. Posisi persalinan disepakati bersama
6. Penggunaan aromaterapi jasmine
7. Memutar murattal (Yusuf Mansur atau Mishary Rasyid)
8. Pijat selama proses persalinan
9. Menggunakan birthing ball atau gerakan yang dapat membantu
10. Tidak dilakukan induksi kecuali urgen. Induksi alami dengan nanas atau endorphine massage
11. VT dilakukan sesuai kebutuhan tapi tidak terlalu sering

Kala II

1. Sebisa mungkin tidak dilakukan episiotomi
2. Penundaan pemotongan tali pusar hingga denyutnya berhenti (delay cord)
3. Suami mendampingi pemotongan tali pusar jika sudah saatnya
4. IMD secara penuh segera setelah bayi lahir
5. Dibantu untuk posisi paling nyaman untuk mengejan.
6. Bayi tidak perlu langsung dibersihkan
7. Suami mengazani bayi

8. Suami melakukan tahnik pada bayi
9. Suami tetap mendampingi
10. Room-in

Kala III

1. Penimbangan bayi (pemeriksaan dkk) didampingi ayah bayi atau jika memungkinkan, dilakukan di ruangan yang sama tempat saya berada
2. Menyusui kapanpun bayi inginkan
3. Menunggu plasenta lahir alami, tidak diberikan suntik oxytocin (kecuali jika berdasarkan pertimbangan medis, perlu urgen dilakukan)
4. Bayi diberikan vit K dan HBO

Mohon tidak memberikan kosmetik apapun seperti bedak, lotion dsb pada bayi. Kami bersedia menjalani induksi ataupun sc hanya jika jelas indikasi medisnya. Jika bayi perlu mendapat perawatan di unit khusus, saya ingin tetap memberinya ASI eksklusif. Jika bayi memiliki kelainan, mohon diberi penjelasan dan alternatif penanganannya.

Kami sangat berharap petugas-petugas kesehatan (dokter, bidan, dan perawat) di tempat yang kami rencanakan untuk melahirkan bisa membantu dan bekerjasama dengan kami agar segala proses persalinan dan perawatan bayi di awal kelahirannya ini dapat berjalan dengan lancar, sesuai dengan harapan kita semua.

Demikian rencana persalinan kami, semoga berkenan di hati petugas sekalian dan kita dapat bekerjasama dengan baik. Atas perhatian dan bantuan yang diberikan, kami mengucapkan terima kasih.

Hormat kami,

Calon Ibu

Calon Ayah

Esa Puspita G.

Abdul Chalim