



Pokud cítíte pohyby svého miminka, je to známka toho, že je Vaše miminko v pořádku

Většina maminek začne cítit pohyby svého miminka obvykle mezi 16. a 24. týdnem těhotenství. Pohyby miminkase dají popsat jako kopání, kmitání, švihání nebo vlnění. Způsob pohybu se může měnit s postupem Vašeho těhotenství.



Jak často by se moje miminko mělo pohybovat?

Není stanoveno množství běžných pohybů.

Od 16. do 24. týdne se pohyby miminka stupňují až do 32. týdne, kdy jejich množství zůstane přibližně stejné až do doby porodu.



NEČEKEJTE
do následujícího dne s vyhledáním poradenství, pokud máte obavy z pohybů Vašeho miminka.



NENÍ PRAVDA, že se miminka ke konci těhotenství nebo při porodu pohybují méně.



Pohyby miminka by měly **POKRAČOVAT** až do doby porodu a také během porodu.

Seznamte se s pohyby svého miminka



Proč jsou pohyby méhomiminkadůležité?

Omezení pohybů miminka může být důležitým varovným signálem toho, že je s ním něco v nepořádku.

Přibližně polovina maminek, kterým se dítě narodilo mrtvé, si všimlo, že pohyby jejich miminka se zpomalily nebo zastavily.

Pokud si myslíte, že se pohyby Vašeho miminka zpomalily nebo zastavily, oznamte to **okamžitě své porodní asistentce nebo porodnickému oddělení** (porodní asistentky jsou k dispozici 24 hodin denně, 7 dnů v týdnu). Porodní asistentka je vždycky k dispozici, dokonce i v noci.



- **Neodkládejte** kontakt s porodní asistentkou nebo porodnickým oddělením.
- **Neváhejte a zatelefonujte**, je důležité, abyste se s porodní asistentkou nebo porodnickým oddělením poradila, i když si nejste jistá. Je velmi pravděpodobné, že Vás budou chtít okamžitě vidět.



Co když se množství pohybů mého miminka opět sníží?

Pokud nejste ani po prohlídce spokojená s tím, jak se Vaše miminko pohybuje a i když všechno bylo naposledy v pořádku, musíte se okamžitě obrátit na svou porodní asistentku nebo porodnické oddělení.

NIKDY NEVÁHEJTE a spojte se se svou porodní asistentkou nebo porodním oddělením bez ohledu na to, jak často se to stane. Porodní asistentky mají na porodnickém oddělení službu 24 hodin denně.



Nepoužívejte manuální monitory, doplery ani aplikace v telefonu ke kontrole srdečního tepu svého miminka.

I když zjistíte puls, neznamená to, že Vaše miminko je v pořádku.



Kontaktní údaje:

Zdroje a poděkování

Informace v tomto letáku jsou založeny na Směrnici č. 57 RCOG Green-top *Snížení pohybů plodu* (2011) a letáku Informace pro pacienty RCOG *Pohyby Vašeho miminka během těhotenství: informace pro Vás* (2012).

Poděkování těmto organizacím za podporu při vývoji tohoto letáku:



Tommy's

Together, for every baby

Publikováno: květen 2020 | Příští revize: květen 2023

tommys.org

Tommy's je registrovaná charita č. 1060508 a SC039280