

LEZIONE 2

CHECKLIST

CORSO PRE-PARTO

LA MAGIA DEL TRAVAGLIO: LA FASE ATTIVA

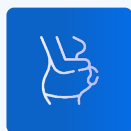


I segnali del corpo. Quando andare in ospedale?



“È il momento giusto per andare in ospedale?”

È una domanda che tutte le mamme si fanno. La verità è che il tuo corpo sa già cosa fare: il nostro obiettivo è aiutarti ad ascoltarlo con più fiducia. Per questo abbiamo preparato questa checklist chiara e rassicurante, che ti aiuterà a distinguere i segnali normali da quelli che richiedono attenzione.



Segnali Preliminari (Fase Prodromica).

Questi segnali indicano che il corpo si sta preparando, ma il travaglio non è ancora iniziato. L'ambiente ideale è casa tua, per favorire il rilascio di ossitocina.

- ☐ **Perdita del tappo mucoso:** perdite gelatinose e filanti (anche con striature di sangue). Non è motivo di preoccupazione e non richiede di recarsi in ospedale.
- ☐ **Contrazioni preparatorie:** irregolari, simili a dolori mestruali, della durata di 20-40 secondi.
- ☐ **Cosa fare a casa:** mantieni la calma, fai una passeggiata, riposa, fai una doccia o un bagno caldo per alleviare la tensione muscolare.





Segnali di avvio del travaglio (è il momento di prepararsi).

- ☐ Contrazioni regolari e ritmiche: due o tre contrazioni ogni 10 minuti, intense e dolorose, della durata di 50-60 secondi ciascuna, ininterrottamente da almeno un'ora.
- ☐ Rottura delle acque (liquido limpido): fuoriuscita di liquido inodore e incolore (o rosato). Non farti prendere dal panico: avvisa la sala parto, fai una doccia con calma e raggiungi l'ospedale entro un paio d'ore.



Quando contattare subito il medico o andare in clinica.

- ☐ Liquido amniotico tinto: se le acque rotte sono verdastre o marroni.
- ☐ Perdite di sangue rosso vivo e abbondanti (tali da dover usare un assorbente).
- ☐ Assenza o drastica diminuzione dei movimenti fetali (meno di 10 movimenti al giorno).
Consiglio: prova prima a bere/mangiare qualcosa di dolce e a stimolare il bimbo.
- ☐ Sintomi di allarme: pressione alta (superiore a 140/90), febbre, forti dolori addominali, disturbi visivi.





L'ultimo controllo prima di uscire.

- ☐ Valigia per la mamma pronta?
- ☐ Valigia per il neonato pronta?
- ☐ Documenti clinici presi?
- ☐ **Kit SSCB per le cellule staminali preso?** (Se hai deciso di conservarle, non lasciarlo a casa!)





Kit per la conservazione delle cellule staminali SSCB.



SE HAI DECISO DI CRIOCONSERVARE, PORTALO ASSOLUTAMENTE CON TE IL GIORNO DEL PARTO!

Il giorno del parto è un momento unico e irripetibile: è l'unica occasione per raccogliere le cellule staminali del cordone ombelicale.

Se hai scelto di conservarle, ti consigliamo di preparare il kit SSCB insieme alla valigia, così da sentirti serena e pronta.

Scopri di più sulla conservazione delle cellule staminali del cordone ombelicale.

Se non hai ancora preso una decisione, nella maggior parte dei casi sei ancora in tempo per ricevere informazioni e organizzare il servizio prima del parto.



www.sscb-stembitech.ch

INQUADRAMI!