



CHECKLIST PREVENCE SEKUNDÁRNÍ TRAUMATIZACE

V TĚHOTENSKÉ A PORODNÍ PÉČI

1. PŘED KAŽDÝM VYŠETŘENÍM / ZÁKROKEM 2. PO PORODU

- ☐ Představil/a jsem se a vysvětlil/a svou roli
- ☐ Vysvětlil/a jsem srozumitelně, co budu dělat a proč
- ☐ Ověřil/a jsem porozumění ženy
- ☐ Požádal/a jsem o informovaný souhlas
- ☐ Ujistil/a jsem se, že žena má možnost klást otázky
- ☐ Dal/a jsem jí prostor říct „ne“ nebo požádat o pauzu
- ☐ Nabízím možnost probrat průběh porodu
- ☐ Ověřuji, jak žena zážitek prožila
- ☐ Poskytuji prostor pro otázky
- ☐ Všímám si známek nadměrné úzkosti či traumatu

3. RESPEKT K TĚLESNÉ INTEGRITĚ

- ☐ Vyšetření provádím pouze se souhlasem
- ☐ Před dotykem ženu upozorním
- ☐ Minimalizuji zbytečné odhalení
- ☐ Omezím počet osob v místnosti na nezbytné

4. KOMUNIKACE BĚHEM PÉČE

- ☐ Mluvím přímo k ženě, ne „o ní“
- ☐ Používám jazyk bez odborného žargonu
- ☐ Průběžně informuji o tom, co se děje
- ☐ NE hodnotím a zlehčuji komentářům
- ☐ Respektuji tempo ženy

5. ZAPOJENÍ ŽENY DO ROZHODOVÁNÍ

- ☐ Nabízím volby tam, kde je to možné
- ☐ Vysvětluji výhody a rizika jednotlivých postupů
- ☐ Respektuji preference ženy
- ☐ Dávám prostor pro rozmyšlení

6. EMOČNÍ PODPORA

- ☐ Všímám si emocí a reaguji na ně
- ☐ Nabízím přítomnost doprovodu
- ☐ Podporuji pocit bezpečí
- ☐ Normalizuji prožívání

7. TRAUMA-INFORMOVANÝ PŘÍSTUP

- ☐ Předpokládám možnost předchozího traumatu
- ☐ Vyhýbám se nátlaku a zbytečné direktivitě
- ☐ Postupuji předvídatelně a citlivě
- ☐ Dávám ženě pocit kontroly

8. PŘI NÁHLÉ/AKUTNÍ SITUACI

- ☐ I v tísni stručně vysvětluji, co se děje
- ☐ Komunikuji klidně a s respektem
- ☐ Udržuji kontakt s ženou
- ☐ Po výkonu nabízím vysvětlení a debriefing

MINICHECK – 5 OTÁZEK PRO SEBE

1. VYSVĚTLIL/A JSEM ŽENĚ, CO DĚLÁM A PROČ?

2. ZEPTAL/A JSEM SE NA SOUHLAS?

3. DOSTAL/A JSEM JI DO AKTIVNÍ ROLE?

4. REAGOVAL/A JSEM NA JEJÍ EMOCE S RESPEKTEM?

5. CÍTLA SE BĚHEM PÉČE V BEZPEČÍ?