



Podejmowanie decyzji dotyczących opieki

<https://www.youtube.com/watch?v=KGJBKWLVGtw>

Niniejsza ulotka informacyjna ma pomóc Ci w podjęciu decyzji dotyczących opieki, jaką będziesz otrzymywać w czasie ciąży, porodu i później.

Znajdziesz tu informacje o przysługujących Ci prawach oraz pomocne sugestie, jak podejmować decyzje i jak sprawić, aby były one respektowane.

AIMS (Association for Improvements in the Maternity Services, Stowarzyszenie na rzecz poprawy usług położniczych) opracowało dokument, w którym można znaleźć znacznie więcej informacji: [Przewodnik AIMS po Twoich prawach w okresie ciąży i porodu](#) (AIMS Guide to Your Rights in Pregnancy & Birth).

Możesz również otrzymać ulotkę informacyjną przygotowaną przez organizację charytatywną Birthrights i przetłumaczoną na szesnaście języków. Możesz ją wydrukować lub pobrać [tutaj](#).

Kto podejmuje decyzję?

Zgodnie z obowiązującymi przepisami każda osoba dorosła ma prawo do samodzielnego decydowania o wyrażeniu zgody na poddanie się leczeniu lub zabiegowi medycznemu. Określa się to mianem „zasady autonomii”.

Bez Twojej dobrowolnie wyrażonej „świadomej zgody” lekarze i położne nie mogą nic zrobić. Oznacza to, że najpierw muszą udzielić Ci dokładnych informacji o proponowanym leczeniu i wszelkich rozsądnych metodach alternatywnych. Powinno to obejmować możliwość rezygnacji z leczenia lub zaczekania, aby sprawdzić, co się stanie. Mają również obowiązek poinformować Cię o zagrożeniach i korzyściach związanych z każdą z tych opcji. Muszą pozwolić Ci zdecydować, czy wyrazić zgodę, czy odmówić.

Jeżeli nie powiedziano Ci o opcji, którą chcesz omówić, możesz poprosić ich o podanie informacji także na ten temat.

Przygotowania warto rozpocząć od zorientowania się w dostępnych opcjach. Książki przygotowane przez AIMS i strony z informacjami o porodzie często zawierają wymagane wyjaśnienia.

Lekarze i położne muszą udzielić Ci wyważonych informacji. Nie mogą Cię straszyć ani wymuszać na Tobie wyrażenia zgody.

Jedynym przypadkiem, w którym personel medyczny może zapewnić leczenie bez świadomej zgody, jest sytuacja, gdy ktoś nie posiada „zdolności do podejmowania decyzji”. Jest to rzadka sytuacja i istnieją

ściśle zasady, które decydują o tym, że ktoś nie ma zdolności do podejmowania decyzji. Przykładem może być sytuacja, w której doszło do utraty przytomności, a wymagane jest leczenie ratujące życie.

Doświadczanie bólu lub sytuacja będąca nagłym przypadkiem nie spowoduje, że stracisz „zdolność do podejmowania decyzji”.

Jeżeli w dowolnym momencie, w tym podczas porodu, nie będziesz mieć pewności co do oferowanego Ci leczenia lub zabiegu, możesz poprosić o opinię drugiej osoby — wtedy inny lekarz lub specjalista zostanie poproszony o wyrażenie opinii.

Jakie jest ryzyko?

Jeżeli lekarz lub położna powie, że konkretny sposób postępowania (jak urodzenie dziecka w domu lub odmowa wywołania porodu) „zwiększy ryzyko”, możesz poprosić ich o wyjaśnienie, co przez to rozumieją.

Na przykład mogą powiedzieć, że w przypadku jednej opcji „ryzyko urodzenia martwego dziecka wzrasta dwukrotnie”. Może to oznaczać wzrost ryzyka z 1 na 2000 do 1 na 1000. Ryzyko wzrasta dwukrotnie, ale nadal jest niewielkie. Aby podjąć świadomą decyzję, musisz wiedzieć, jak duże jest rzeczywiste ryzyko — dlatego poproś ich o te informacje.

Istnieje wiele różnych opinii i odczuć na temat ryzyka. Mogą ponadto istnieć inne czynniki, które chcesz wziąć pod uwagę. To od Ciebie zależy, co jest dla Ciebie ważne. Na przykład jedna osoba może uważać, że ryzyko na poziomie 1 na 1000 jest tak małe, że nie warto się martwić, a inna osoba może uznać je za zbyt duże do zaakceptowania.

Czasami położne i lekarze skupiają się na konkretnym ryzyku, ale nie mówią o innych (jak wpływ na zdrowie psychiczne czy stan zdrowia w ujęciu długoterminowym).

To Twoja decyzja — nie podejmie jej za Ciebie ani lekarz, położna, ani jakakolwiek inna osoba.

Co może pomóc mi przemyśleć decyzję?

Dobrym sposobem na podjęcie decyzji jest rozważenie każdej opcji według poniższego schematu.

1. Korzyści — w jaki sposób może to okazać się pomocne?
2. Zagrożenia (negatywne strony) — czy mogą wystąpić jakiegokolwiek niepożądane skutki?
3. Opcje alternatywne — jakie są inne opcje?
4. Intuicja/instynkt — jak się z tym czujesz? (Twoje uczucia są ważne)
- 5.

Niepodjęcie żadnych działań — czy możesz poczekać i sprawdzić lub zdecydować później?

W języku angielskim powyższa lista jest oparta na łatwym do zapamiętania akronimie BRAIN (mózg):

1. **Benefits** - Korzyści
2. **Risks** - Zagrożenia, negatywne strony
3. **Alternatives** - Opcje alternatywne
4. **Instinct/Intuition** - Instynkt/Intuicja
5. **Nothing** - Niepodjęcie żadnych działań

Wybór tego, co zrobić, nie zawsze jest prosty — większość opcji ma zalety i wady. Ludzie podejmują różne decyzje w zależności od tego, co jest dla nich ważne.

Jeżeli wszystkie informacje zostały przez Ciebie dokładnie rozważone i uważasz, że konkretna opcja jest najlepsza, a Twój instynkt mówi, że tak właśnie jest — to prawdopodobnie będzie to dla Ciebie właściwa decyzja. Ale zastanów się, czy nie potrzebujesz dalszych informacji lub czy nie jest na Ciebie wywierana presja, aby zrobić coś, co nie wydaje Ci się właściwe.

Jak mogę upewnić się, że otrzymam potrzebne mi informacje?

Lekarze i położne mają obowiązek udzielić Ci informacji, które pomogą Ci podjąć decyzję. Jeżeli nie otrzymasz od nich właściwych odpowiedzi lub nie będą chcieli poświęcić Ci czasu, konieczne może okazać się dążenie tematu — i powtarzanie swoich pytań.

Masz prawo do informacji.

Możesz zapytać o badania, na podstawie których wydano rekomendację. Możesz poprosić o ich zapisanie, jeżeli później będziesz chciała sama je sprawdzić.

Może Ci być łatwiej, jeżeli będzie towarzyszyć Ci ktoś, kto udzieli Ci wsparcia — partner, inny członek rodziny, przyjaciel lub doula (asystentka ciężarnej). Przydatne może być robienie notatek lub nagrywanie rozmowy.

Masz prawo do skorzystania z pomocy profesjonalnego tłumacza, jeżeli właśnie tego potrzebujesz. NHS ma prawny obowiązek zapewnienia, że świadczone usługi są dostępne dla każdego. Lekarze i położne wiedzą, że w razie potrzeby należy zaoferować wsparcie profesjonalnego tłumacza, aby pomóc Ci zrozumieć prowadzoną rozmowę oraz aktywnie w niej uczestniczyć.

Przykładowe pytania, które możesz zadać:

-

Czy to nagły wypadek? Czy muszę podjąć decyzję natychmiast?

- Czy coś jest nie tak ze mną lub dzieckiem?
- Dlaczego jest to zalecane?
- Jakie są korzyści dla mnie i mojego dziecka?
- Jakie są zagrożenia dla mnie i mojego dziecka?
- Jak jest prawdopodobieństwo wystąpienia takiego zdarzenia i co mówią badania?
- Czy istnieją opcje alternatywne oraz jakie korzyści i zagrożenia się z nimi wiążą?
- Co się może stać, jeśli odłożę podjęcie decyzji na później?

Nie musisz podejmować decyzji od razu, chyba że istnieje powód, aby sądzić, że istnieje bezpośrednie ryzyko dla Ciebie lub Twojego dziecka. Możesz zastanowić się nad decyzją i poprosić o opinię innej osoby.

AIMS nie udziela porad medycznych. Wolontariusze infolinii AIMS chętnie udzielą dalszych informacji i wsparcia. Prosimy o wysłanie wiadomości e-mail na adres helpline@aims.org.uk lub kontakt telefoniczny pod numerem telefonu 0300 365 0663. Prosimy o kontakt w języku angielskim, gdyż wolontariusze nie mówią po polsku.

Możesz przekazać darowiznę na rzecz AIMS za pośrednictwem platformy [Peoples Fundraising](#).

Więcej informacji o tym, jak zostać członkiem AIMS lub zapisać się na naszą listę mailingową, znajdziesz w punkcie [Przyłącz się do AIMS](#)