

Stages of Labor

As you near the birth of your baby, it is helpful to learn about the 3 stages of labor.

The First Stage of Labor

The first stage is the start of labor and lasts until the cervix is fully open at 10 centimeters. This is the longest stage of labor and can last 12 to 17 hours.

This stage is divided into early labor, active labor and transition.

1. During **early labor**, the cervix dilates from 0 to 3 centimeters. Contractions may last 30 to 60 seconds and occur every 5 to 20 minutes. There may be a pink, slightly bloody or mucous discharge from the vagina. Backache, nausea and diarrhea may also occur.
2. During **active labor**, the cervix dilates to about 7 centimeters. Contractions become stronger and longer, lasting about 1 minute and repeating every 2 to 4 minutes. Pain medicine may be given at this time.
3. During **transition**, the cervix dilates to 10 centimeters. Contractions are stronger and occur more often. Intense pressure in the lower back and rectum may be felt.

What you can do:

Relax between contractions. Use the breathing or relaxation techniques you learned in childbirth classes or ask your nurse for help. Do not push until you are told to do so.

What your partner can do:

Encourage and comfort. During early labor, help her change positions every 1 to 2 hours. Provide ice chips and lip balm. Use touch and massage. Use encouraging words.

Периоды родов

С приближением рождения младенца полезно узнать о трех периодах родов.

Первый период родов

Первый период является началом родов и длится до момента, пока шейка матки полностью не раскроется до 10 сантиметров. Это самый продолжительный период родов, который может длиться 12- 17 часов.

Этот период делится на раннюю фазу, активную фазу и переходную фазу.

1. Во время **ранней фазы** шейка матки раскрывается от 0 до 3 сантиметров. Схватки могут длиться 30-60 секунд и происходить каждые 5- 20 минут. Возможны розовые, слегка кровавые или слизистые выделения из влагалища. Могут также наблюдаться боли в спине, тошнота и диарея.
2. Во время **активной фазы** шейка матки раскрывается примерно до 7 сантиметров. Схватки становятся сильнее и продолжительнее, длятся около 1 минуты и повторяются каждые 2-4 минуты. В это время могут применяться обезболивающие препараты.
3. Во время **переходной фазы** шейка матки раскрывается примерно до 10 сантиметров. Схватки становятся сильнее и происходят чаще. Может ощущаться интенсивное давление в нижней части спины и прямой кишке.

Что вы можете делать:

Расслабляйтесь между схватками. Используйте методы дыхания или расслабления, которые вы изучили на занятиях по подготовке к родам, или попросите медсестру о помощи. Не тужьтесь, пока вам об этом не скажут.

Что может делать ваш партнер:

Подбадривать и утешать. Во время ранней фазы помогать роженице менять положение тела каждые 1-2 часа. Смазывать ее губы мелкими кубиками льда и бальзамом. Поглаживать и массажировать роженицу. Говорить ей ободряющие слова.

The Second Stage of Labor

The second stage begins when the cervix is fully open and lasts until the baby is delivered, about 1 to 2 hours. During this time, staff will tell you when you can push and help support your body as you deliver your baby.

What you can do:

You will be encouraged to push with each contraction. You may be told to push more gently or to stop pushing at times.

What your partner can do:

Support her body during delivery. Encourage her and help her count while pushing.

The Third Stage of Labor

The third stage is the delivery of the afterbirth called the placenta. This is the shortest stage of labor, lasting 15 to 20 minutes.

What you and your partner can do:

Relax and enjoy this time with your baby.

Talk to the staff if you have any questions or concerns at any time during labor and delivery.

2007 – 1/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Wexner Medical Center at The Ohio State University, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

Второй период родов

Второй период начинается с момента полного раскрытия шейки матки и продолжается до рождения младенца, обычно 1-2 часа. В течение этого времени персонал подскажет вам, когда нужно тужиться, и будет помогать вам поддерживать нужное положение тела, пока вы рожаете.

Что вы можете делать:

При каждой схватке вам будут говорить, что нужно тужиться. Временами, вас могут просить тужиться с меньшей силой или на время прекратить тужиться.

Что может делать ваш партнер:

Поддерживать тело роженицы во время родоразрешения. Подбадривать ее и помогать ей считать во время потуг.

Третий период родов

Третьим периодом является рождение последа, или плаценты. Это самый короткий период родов, который длится 15- 20 минут.

Что можете делать вы и ваш партнер:

Расслабиться и наслаждаться первыми минутами с вашим новорожденным ребенком.

Если во время родов и родоразрешения у вас возникают вопросы или опасения, обращайтесь к медицинскому персоналу в любое время.

2007 – 1/2012 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. Wexner Medical Center at The Ohio State University, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.