

سزارین

نوعی از عمل جراحی و به معنای خارج کردن جنین از طریق دادن برش بر روی شکم و رحم می باشد.



مراقبت های قبل از انجام سزارین توسط مادر

- 1- بستری یک روز قبل از عمل در صورت جراحی از قبل برنامه ریزی شده.
- 2- گرفتن شرح حال از شما توسط پزشک و پرستار.
- 3- در مورد قطع یا ادامه ی مصرف داروها پزشک یا پرستار خود را مطلع نمایید.
- 4- ناشتا بودن حداقل 8 ساعت قبل از عمل.
- 5- همراه داشتن کلیه سونوگرافی ها و آزمایشات.
- 6- خارج نمودن دندان مصنوعی و اشیا فلزی و تزئینی (دستبند و ساعت)
- 7- ویزیت جراح یا متخصص بیهوشی.

8- آموزش های قبل از جراحی برای کمک به کاهش مشکلات پس از جراحی که شامل: انجام روش های تسکین درد پس از انجام عمل جراحی- انجام تنفس عمیق و سرفه بعد از عمل جهت دستیابی به عملکرد مناسب ریه.

مراقبت های پس از عمل جراحی و حین بستری

- 1- به محض تولد نوزاد روی شکم مادر قرار می گیرد و تماس پوست با پوست سبب می شود هم درجه حرارت بدن نوزاد ثابت بماند و هم پایه های ارتباط عاطفی دراز مدت گذاشته شود.
- 2- شیردهی در اسرع وقت و بلافاصله پس از تولد نوزاد انجام شود.
- 3- یکی از مراقبت های مهم در ساعات اولیه ماساژ رحم یا همان فشار دادن شکم بعد از عمل است تا از جمع شدن مناسب رحم مطمئن شویم، زیرا در همین ساعات است که در برخی مادران خونریزی شدید و مخفی داخل رحم رخ می دهد و در صورتی که کنترل نشود، خطر مرگ، مادر را تهدید می کند.
- 4- انجام تنفس عمیق و سرفه.
- 5- انجام روش های تسکین درد که در برطرف کردن تنش و اضطراب و ترس مفید بوده و ایجاد آرامش می کند که شامل:

-تصورات ذهنی: تمرکز بر روی یک تجربه ی خوشایند یا حس راحتی.

-انحراف فکر: فکر کردن درباره ی یک داستان لذت بخش یا زمزمه شعر

-مثبت اندیشی-موسیقی درمانی

6-خروج سوند بین 8 تا 12 ساعت پس از عمل.

7-ناشتا بودن حداقل 8 تا 24 ساعت پس از عمل (بنا به دستور پزشک)

8-بلند شدن از تخت و راه رفتن با کمک دیگران در اولین فرصت ممکن به شدت توصیه می شود.

آموزش پس از ترخیص

- 1-در صورت بروز علائم عفونت محل زخم که معمولاً پس از روز چهارم می باشد و ممکن است شامل تب، ترشح، قرمزی، حساسیت محل عمل باشد بلافاصله مراجعه کنید.
- تب شیر:** نوعی تب در دوران نفاس می باشد که در اثر احتقان پستان ایجاد می شود. 15 درصد زنانی که شیر نمی دهند دچار تب نفاسی ناشی از احتقان پستان می شوند. بروز تب در زنان شیرده کم تر است. تب ندرتاً بیش از 39 درجه در روزهای اول پس از زایمان می رسد و معمولاً کمتر از 24 ساعت طول می کشد. در احتقان پستان، هر دو پستان سفت و حساس می باشد و زمان بروز آن 3 تا 5 روز پس از زایمان است.

درمان تب شیر: -انجام شیردهی صحیح و ادامه شیردهی.



مراقبت های پس از زایمان

آموزش به بیمار



تهیه کننده: واحد لیبر

تایید کننده: دکتر زهرا قلی بیگی - متخصص زنان

شماره سند: EL-09-31

تاریخ صدور: 1404/11/15

تاریخ بازنگری: 1405/11/15

نیاز به ویتامین ها و املاح در دوران شیردهی افزایش می یابد -
مصرف کافی مایعات - افزایش میزان کلسیم و آهن در برنامه غذایی.

نکته: گاهی اوقات دردهایی شبیه به قاعدگی در چند روز اول بعد از زایمان احساس می شود که پس درد نام دارد و در جریان شیردهی افزایش می یابد که ممکن است تا یک هفته بعد از زایمان ادامه داشته باشد.

استفاده از سینه بند مناسب در زنان شیرده ضرورت دارد و از شلی سینه ها جلوگیری می کند.

جهت پاسخگویی به سوالات مربوط به این بیماری با شماره تلفن زیر تماس حاصل فرمایید

تلفن: 35225120 الی 28

واحد آموزش سلامت

جهت اطلاعات تکمیلی به سایت ذیل مراجعه نمایید:

Vlayathouse.semums.ac.ir

منابع: بهداشت مادر و کودک پروانه رضاسلطانی - بیماریهای برک و نواک دکتر بهرام قاضی جهانی - بارداری و زایمان ویلیامز جلد دوم دکتر بهرام قاضی جهانی

- کمپرس گرم پستان قبل از شیردهی و کمپرس سرد بین شیردهی.

- مصرف مسکن های مجاز در شیردهی با دستور پزشک.

2- خونریزی از واژن تا 6 هفته پس از زایمان ادامه دارد. در ابتدا ترشحات خونی و پس از 3 تا 4 روز میزان ترشحات خونی کمتر و کمرنگ تر خواهد شد. در صورت افزایش میزان خونریزی از واژن بلافاصله مراجعه نمایید.

3- در صورت دردناک شدن یا التهاب و قرمزی پستان مراجعه نمایید.

4- مصرف قرص آهن تا 3 ماه و سایر داروها طبق دستور پزشک مصرف شود. با توجه به شرایط مادر ممکن است دوز آهن افزایش یابد.

5- استحمام در روز سوم بعد از عمل بی خطر است و اگر قبل از آن بخواهید حمام کنید از پانسمن ضد آب استفاده نمایید تا محل بخیه ها خیس نشود.

6- بهداشت فردی رعایت شود.

7- بخیه ها را با توجه به روزی که پزشک شما توصیه کرده است با مراجعه به مراکز درمانی آن را بردارید.

8- فعالیت شما در هفته اول باید محدود به مراقبت از خود و نوزاد با کمک دیگران باشد.