

زایمان فیزیولوژیک

زایمان یک روند طبیعی است و بدن زن با این فرآیند سازگار است.

زایمان فیزیولوژیک یعنی طی شدن روند طبیعی زایمان، بدون هر گونه دخالت دارویی و پزشکی!

در زایمان فیزیولوژیک، مادر باردار با دردهای کاملاً طبیعی خود مراجعه میکند و پرونده بستری تشکیل میدهد، اما دیگر از وصل کردن سرم و خوابیدن روی تخت و غذا نخوردن و ... خبری نیست.

در این نوع زایمان همه چیز فقط در صورت لزوم انجام می شود.

وجود همراه زایمان (معمولاً همسر و یا مامای همراه) نیز از اصول زایمان فیزیولوژیک است.



فرق زایمان طبیعی و فیزیولوژیک

در زایمان طبیعی انواع دخالت های پزشکی صورت می گیرد اما در زایمان فیزیولوژیک بدون هرگونه دخالت دارویی و پزشکی، زایمان صورت می گیرد.

در زایمان فیزیولوژیک، مادر پیش از زایمان در کلاس های آمادگی برای زایمان که از هفته بیستم بارداری شروع میشود، شرکت می کند با روش های مختلف زایمان آشنا می شود و آزادانه مجاز به انتخاب شیوه زایمانی است.

در روند زایمان فیزیولوژیک «همراه مادر باردار» در صورت تمایل مادر، در کنار اوست

مادر اجازه راه رفتن،

حرکت کردن، خوردن و آشامیدن را دارد

زایمان در فضا و اتاقی انجام می شود که مادر احساس خوشایندی دارد

و در تمام مراحل آزادی عمل دارد.

فضای اتاق زایمان، آرام و در کنار استفاده از توپ های مخصوص زایمان،

دوش و تخت های راحت در موقعیت های ایستاده، نشسته و به پهلو می باشد.

در زایمان فیزیولوژیک، تمام سعی مان بر این است که فرد احساس راحتی کند.

همه کس و همه چیز در اختیار مادر باردار قرار دارد که فقط راحت باشد و احساس غریبی نکند.

در زایمان فیزیولوژیک سعی می کنیم از نیروهای طبیعی شکم و لگن برای پیشرفت زایمان استفاده کنیم.





یا من اسمہ دوائ و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

زایمان فیزیولوژیک

کد محتوا: ۶۴۳



<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

روش های کاهش درد زایمان به دو گروه دارویی و غیردارویی تقسیم می شود.

- روش های دارویی شامل:
 - گاز انتونوکس،
 - بی حسی اپیدورال،
 - داروهای عضلانی
 - و داروهای وریدی می باشد.
- روش های غیردارویی شامل:
 - تمرین های کششی،
 - لمس و ماساژ،
 - تن آرامی،
 - تکنیک های تنفسی،
 - گرمای سطحی،
 - طب فشاری،
 - رایحه درمانی،
 - موسیقی،
 - قرار گیری در وضعیت های مختلف
 - و توپ زایمان می باشد.

تهیه کننده : ویده قلی پور "کارشناس مامایی"

منبع: ویلیامز ۲۰۱۸

مشاور علمی : دکتر مریم هاشمی "جراح و متخصص زنان و زایمان"

طراحی و تدوین : اکرم یزدانی "کارشناس آموزش سلامت"
 بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) پاییز ۱۳۹۹



انواع روش های کنترل درد در زایمان

فیزیولوژیک

- طبیعت زایمان، درد است و علت اصلی درد زایمان، انقباضات رحمی است.
- واکنش مادر نسبت به درد زایمان متفاوت است و تحت تأثیر عوامل زیادی مانند:
 - فرهنگ،
 - احساس ترس و نگرانی،
 - تجربه زایمان قبلی، میزان آمادگی برای بچه دار شدن و حمایت همسر می باشد.

